

OFERTA WARSZTATÓW

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krakowie

Styczeń 2012

4-5.01	KOMUNIKACJA DROGĄ DO SUKCESU W PRACY I NIE TYLKO	WUP Sala Spotkań Grupowych (306)	10.00-14.00
9-10.01	PISANIE ŻYCIORYSU I LISTU MOTYWACYJNEGO	WUP Sala Spotkań Grupowych (006)	10.00-14.00
		WUP Sala Spotkań Grupowych (103)	
11-12.01	KWESTIONARIUSZ ZAINTERESOWAŃ ZAWODOWYCH	WUP Sala Spotkań Grupowych (103)	9.00-14.00
16.01	METODY POSZUKIWANIA PRACY	WUP Sala Spotkań Grupowych (006)	10.00-14.00
17.01	KOMPUTER I INTERNET JAKO NARZĘDZIE POSZUKIWANIA PRACY	WUP Sala Spotkań Grupowych (103)	10.00-15.30
17-19.01	ROZMOWA KWALIFIKACYJNA Z PRACODAWCĄ	WUP Sala Spotkań Grupowych (006)	10.00-14.00
19.01	PLANOWANIE KARIERY ZAWODOWEJ	WBP, ul. Rajska 1 s. 256	09.00-12.00
24-26.01	WŁASNA FIRMA - ZANIM ZREALIZUJESZ POMYSŁ	WUP Sala Spotkań Grupowych (006)	10.00-14.00
30-31.01	METODA EDUKACYJNA I - BUDOWANIE PROJEKTU ZAWODOWEGO* *(zapisy na cały cykl: styczeń – luty 2012)	WUP Sala Spotkań Grupowych (006)	10.00-14.00

Zapisy

Kraków, Pl. Na Stawach 1

Sala 003

tel.: 12 42 40 738

BLIŻSZE INFORMACJE O USŁUGACH CENTRUM ZNAJDZIECIE

PAŃSTWO NA NASZEJ STRONIE: www.wup-krakow.pl

centrum.krakow@wup-krakow.pl

WSZYSTKIE USŁUGI CENTRUM SĄ BEZPŁATNE!

OFERTA WARSZTATÓW

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Nowym Sączu

Styczeń 2012

3.01	TWOJA PRZYSZŁOŚĆ, TWOJA KARIERA
5.01	POCIĄG DO KARIERY/SPOTKANIE FILMOWO-DYSKUSYJNE - GDZIE I JAK SZUKAĆ PRACY?
9.01	PISANIE ŻYCIORYSU I LISTU MOTYWACYJNEGO
11.01	PRZYGOTOWANIE DO ROZMOWY Z PRACODAWCĄ
13.01	POCIĄG DO KARIERY/SPOTKANIE FILMOWO-DYSKUSYJNE - ASERTYWNOŚĆ
17-19.01	WŁASNA FIRMA - ZANIM ZREALIZUJESZ POMYSŁ
24.01	SZTUKA MÓWIENIA I PREZENTACJI
26.01	ELASTYCZNE FORMY ZATRUDNIENIA-JEŚLI NIE ETAT TO CO?
31.01	INTERNET NARZĘDZIEM POSZUKIWANIA PRACY

Kariery Zawodowej

WSZYSTKIE ZAJĘCIA

odbywają się w CIiPKZ w Nowym Sączu

ul. Węgierska 146

II piętro pok. 211 , godz. 9.00

Nasze usługi są bezpłatne! Serdecznie zapraszamy!



Wojewódzki Urząd Pracy
w Krakowie

OFERTA WARSZTATÓW

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Tarnowie

Styczeń 2012

9 -10.01	POZNAWANIE SIEBIE - TRENING W DOKONYWANIU SAMOOCENY	I piętro, sala 126
12.01	PISANIE ŻYCIORYSU I LISTU MOTYWACYJNEGO	
13.01	INTERNET NARZĘDZIEM POSZUKIWANIA PRACY	I piętro, sala 134
16.01	RYNEK PRACY - CO WARTO WIEDZIEĆ	I piętro, sala 126
17-19.01	ROZMOWA KWALIFIKACYJNA Z PRACODAWCĄ	
20.01	MOBILNOŚĆ NA EUROPEJSKIM RYNKU PRACY	MBP, ul. Krakowska 4
23-24.01, godz.10.00	ROZWIJANIE INDYWIDUALNYCH CECH UŁATWIAJĄCYCH ZDOBYCIE ZATRUDNIENIA	PUP w Bochni
25 -26.01	KOMUNIKACJA DROGĄ DO SUKCESU W PRACY I NIE TYLKO	I piętro, sala 126
30.01	RADZENIE SOBIE ZE STRESEM	
31.01	SZTUKA PLANOWANIA CZASU	

**Wszystkie zajęcia odbywają się w Tarnowie
Al. Solidarności 5-9, I piętro, godz. 9.00.**

Zapisy:

**Tarnów, Al. Solidarności 5-9, pokój 135, I piętro
tel. 014 626 99 40, email: ciz.tarnow@wup-krakow.pl**

OFERTA WARSZTATÓW

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krakowie

Luty 2012

1.02	METODA EDUKACYJNA I - BUDOWANIE PROJEKTU ZAWODOWEGO*	WUP Sala Spotkań Grupowych (006)	10.00-14.00
2.02	PISANIE ŻYCIORYSU I LISTU MOTYWACYJNEGO	WUP Sala Spotkań Grupowych (006)	10.00-14.00
1-2.02	KWESTIONARIUSZ ZAINTERESOWAŃ ZAWODOWYCH	WUP Sala Spotkań Grupowych (103)	9.00-14.00
7.02	RADZENIE SOBIE ZE STRESEM	WUP Sala Spotkań Grupowych (006)	10.00-14.00
8-9.02	METODA EDUKACYJNA II- BUDOWANIE PROJEKTU ZAWODOWEGO*	WUP Sala Spotkań Grupowych (006)	10.00-14.00
13.02	METODY POSZUKIWANIA PRACY	WUP Sala Spotkań Grupowych (006)	10.00-14.00
14.02	KOMPUTER I INTERNET JAKO NARZĘDZIE POSZUKIWANIA PRACY	WUP Sala Spotkań Grupowych (103)	10.00-15.30
14-16.02	ROZMOWA KWALIFIKACYJNA Z PRACODAWCĄ	WUP Sala Spotkań Grupowych (006)	10.00-14.00
17.02	METODA EDUKACYJNA III - BUDOWANIE PROJEKTU ZAWODOWEGO*	WUP Sala Spotkań Grupowych (006)	10.00-14.00
20.02	METODA EDUKACYJNA III - BUDOWANIE PROJEKTU ZAWODOWEGO*	WUP Sala Spotkań Grupowych (006)	10.00-14.00
21-23.02	WŁASNA FIRMA - ZANIM ZREALIZUJESZ POMYSŁ	WUP Sala Spotkań Grupowych (006)	10.00-14.00
23.02	PLANOWANIE KARIERY ZAWODOWEJ	WBP, ul. Rajska 1, s. 256	09.00-12.00
29.02	METODA EDUKACYJNA IV - BUDOWANIE PROJEKTU ZAWODOWEGO*	WUP Sala Spotkań Grupowych (006)	10.00-14.00

Zapisy

**Kraków, Pl. Na Stawach 1
Sala 003**

tel.: 12 42 40 738

**BLIŻSZE INFORMACJE O USŁUGACH CENTRUM ZNAJDZIECIE
PAŃSTWO NA NASZEJ STRONIE: www.wup-krakow.pl**

centrum.krakow@wup-krakow.pl

WSZYSTKIE USŁUGI CENTRUM SĄ BEZPŁATNE!

*(zapisy na cały cykl: styczeń – luty 2012)

OFERTA WARSZTATÓW

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Nowym Sączu

Luty 2012

2.02	KOMPETENTNI PRZEZ MOBILNOŚĆ - ROZWIJAMY SIĘ PRZEZ CAŁE ŻYCIE
7.02	METODY POSZUKIWANIA ZATRUDNIENIA
9.02	PISANIE ŻYCIORYSU I LISTU MOTYWACYJNEGO
13.02	POCIĄG DO KARIERY/SPOTKANIE FILMOWO-DYSKUSYJNE - POCZUCIE WŁASNEJ WARTOŚCI
16.02	TWOJA PRZYSZŁOŚĆ, TWOJA KARIERA
20.02	KOMPETENCJE I PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE
22-23.02	SKUTECZNE DECYDOWANIE
28.02	POCIĄG DO KARIERY/SPOTKANIE FILMOWO-DYSKUSYJNE - JAK POKONAĆ STRES?

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej

WSZYSTKIE ZAJĘCIA

odbywają się w CIiPKZ w Nowym Sączu

ul. Węgierska 146

II piętro pok. 211 , godz. 9.00

Nasze usługi są bezpłatne! Serdecznie zapraszamy!



Wojewódzki Urząd Pracy
w Krakowie

OFERTA WARSZTATÓW

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Tarnowie

Luty 2012

2.02	RYNEK PRACY - CO WARTO WIEDZIEĆ	I piętro, sala 126
3.02	MOBILNOŚĆ NA EUROPEJSKIM RYNKU PRACY	MBP, ul. Krakowska 4
9.02	„POCIĄG DO KARIERY”- „JAK I GDZIE SZUKAĆ PRACY”	I piętro, sala 126
13-14.02	SKUTECZNE DECYDOWANIE	
15.02 godz.10.00	MOBILNOŚĆ NA EUROPEJSKIM RYNKU PRACY	PUP w Bochni
15-17.02	WŁASNA FIRMA - ZANIM ZREALIZUJESZ POMYSŁ	I piętro, sala 126
20.02	INTERNET NARZĘDZIEM POSZUKIWANIA PRACY	I piętro, sala 134
20-24.02	KURS INSPIRACJI	I piętro, sala 126
27-29.02	ROZMOWA KWALIFIKACYJNA Z PRACODAWCĄ	

Kariery Zawodowej

**Wszystkie zajęcia odbywają się w Tarnowie
Al. Solidarności 5-9, I piętro, godz. 9.00.**

Zapisy:

**Tarnów, Al. Solidarności 5-9, pokój 135, I piętro
tel. 014 626 99 40, email: ciz.tarnow@wup-krakow.pl**

OFERTA WARSZTATÓW

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Krakowie

Marzec 2012

5.03	RADZENIE SOBIE ZE STRESEM	WUP Sala Spotkań Grupowych (006)	10.00-14.00
6.03	KOMPUTER I INTERNET JAKO NARZĘDZIE POSZUKIWANIA PRACY	WUP Sala Spotkań Grupowych (103)	10.00-15.30
7-8.03	JAK SIĘ DOBRZE ZAPREZENTOWAĆ?	WUP Sala Spotkań Grupowych (006)	10.00-14.00
12-16.03	KURS INSPIRACJI	WUP Sala Spotkań Grupowych (006)	10.00-14.00
19.03	PISANIE ŻYCIORYSU I LISTU MOTYWACYJNEGO	WUP Sala Spotkań Grupowych (006)	10.00-14.00
20-22.03	ROZMOWA KWALIFIKACYJNA Z PRACODAWCĄ	WUP Sala Spotkań Grupowych (006)	10.00-14.00
23.03	METODY POSZUKIWANIA PRACY	WUP Sala Spotkań Grupowych (006)	10.00-14.00
26-28.03	WŁASNA FIRMA - ZANIM ZREALIZUJESZ POMYSŁ	WUP Sala Spotkań Grupowych (006)	10.00-14.00
29.03	PLANOWANIE KARIERY ZAWODOWEJ	WBP, ul. Rajska 1, s. 256	09.00-12.00
30.03	KWESTIONARIUSZ ZAINTERESOWAŃ ZAWODOWYCH	WUP Sala Spotkań Grupowych (103)	9.00-14.00

Zapisy

Kraków, Pl. Na Stawach 1

Sala 003

tel.: 12 42 40 738

BLIŻSZE INFORMACJE O USŁUGACH CENTRUM ZNAJDZIECIE

PAŃSTWO NA NASZEJ STRONIE: www.wup-krakow.pl

centrum.krakow@wup-krakow.pl

WSZYSTKIE USŁUGI CENTRUM SĄ BEZPŁATNE!

OFERTA WARSZTATÓW

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Nowym Sączu

Marzec 2012

5.03	INTERNET NARZĘDZIEM POSZUKIWANIA PRACY
8.03	POCIĄG DO KARIERY/SPOTKANIE FILMOWO-DYSKUSYJNE - CZY NADAJĘ SIĘ NA PRZEDSIĘBIORCĘ?
13.03	SZTUKA MÓWIENIA I PREZENTACJI
15.03	ELASTYCZNE FORMY ZATRUDNIENIA - JEŚLI NIE ETAT TO CO?
19-21.03	ROZMOWA KWALIFIKACYJNA Z PRACODAWCĄ
23.03	RYNEK PRACY - CO WARTO WIEDZIEĆ
27.03	POCIĄG DO KARIERY/SPOTKANIE FILMOWO-DYSKUSYJNE - ZARZĄDZANIE CZASEM
29.03	KOMPETENCJE I PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE

WSZYSTKIE ZAJĘCIA
odbywają się w CIiPKZ w Nowym Sączu

ul. Węgierska 146

II piętro pok. 211 , godz. 9.00

Nasze usługi są bezpłatne! Serdecznie zapraszamy!



Wojewódzki Urząd Pracy
w Krakowie

OFERTA WARSZTATÓW

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Tarnowie

Marzec 2012

2.03	PISANIE ŻYCIORYSU I LISTU MOTYWACYJNEGO	I piętro, sala 126
5.03	RADZENIE SOBIE ZE STRESEM	
7-8.03	KOMUNIKACJA DROGĄ DO SUKCESU W PRACY I NIE TYLKO	
12-14.03	METODA EDUKACYJNA	
14.03 godz.10.00	MOBILNOŚĆ NA EUROPEJSKIM RYNKU PRACY	PUP w Bochni
15.03	„POCIĄG DO KARIERY” – PLANOWANIE KARIERY ZAWODOWEJ	I piętro, sala 126
19-20.03	POZNAWANIE SIEBIE - TRENING W DOKONYWANIU SAMOOCENY	
20.03	INTERNET NARZĘDZIEM POSZUKIWANIA PRACY	I piętro, sala 134
21.03 godz.10.00	MOBILNOŚĆ NA EUROPEJSKIM RYNKU PRACY	PUP w Tarnowie
23.03	ABC WOLONTARIATU	MBP, ul. Krakowska 4
28-30.03	ROZMOWA KWALIFIKACYJNA Z PRACODAWCĄ	I piętro, sala 126

Centrum Informacji i Planowania

**Wszystkie zajęcia odbywają się w Tarnowie
Al. Solidarności 5-9, I piętro, godz. 9.00.**

Zapisy:

**Tarnów, Al. Solidarności 5-9, pokój 135, I piętro
tel. 014 626 99 40, email: ciz.tarnow@wup-krakow.pl**

Wojewódzki Urząd Pracy w Krakowie Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej

zaprasza na zajęcia dla osób zainteresowanych uzyskaniem lub poszerzeniem wiedzy i umiejętności w zakresie komunikacji w pracy i nie tylko pn. **"Komunikacja drogą do sukcesu w pracy i nie tylko"**

Udział w warsztatach umożliwi:

- poznanie zasad procesu komunikacji interpersonalnej,
- nabycie i rozwinięcie umiejętności związanych z porozumiewaniem się i aktywnym słuchaniem,
- zrozumienie znaczenia komunikacji werbalnej i niewerbalnej w relacjach międzyludzkich,
- wzmocnienie poczucia zaufania do siebie i swoich możliwości w procesie porozumiewania się,
- zdobycie wiedzy na temat form komunikacji w miejscu pracy.

Spotkanie odbędzie się w dniach **4-5 stycznia 2012 r.** w godz. **10.00–14.00** w siedzibie Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Krakowie, Pl. Na Stawach 1, III piętro, Sala Spotkań Grupowych (306)

Na zajęcia można zapisywać się **osobiście** w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej, Plac Na Stawach 1, sala 003, **telefonicznie** 124240738 lub **drogą elektroniczną**: centrum@wup-krakow.pl

Zajęcia są bezpłatne. Zapraszamy!

Wojewódzki Urząd Pracy w Krakowie Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej

zaprasza na zajęcia pn.: „**Pisanie życiorysu i listu motywacyjnego**”

List motywacyjny i życiorys niejednokrotnie decydują o powodzeniu w procesie rekrutacji. Stanowią one pierwszą wizytówkę, jaką przedstawiamy przyszłemu pracodawcy. Zadbajmy zatem o to, by te dokumenty były interesujące i sprawiły, by pracodawca wybrał je spośród wielu innych!

Podczas pierwszego dnia warsztatów:

- zapoznasz się z różnymi typami życiorysów i zasadami tworzenia listu motywacyjnego
- dowiedziesz się, na co pracodawcy zwracają uwagę czytając dokumenty aplikacyjne
- dowiesz się, jakich błędów unikać przygotowując dokumenty aplikacyjne
- dowiesz się, czym jest i jak wypełniać kwestionariusze osobowe oraz inne formularze wstępne stosowane przez pracodawców

Podczas drugiego dnia warsztatów:

- zajmiesz się praktycznym - samodzielnym przygotowywaniem dokumentów aplikacyjnych (cv/list motywacyjny), pracując na stanowisku komputerowym
- do dyspozycji uczestników warsztatu będzie dwóch konsultantów – doradców zawodowych, którzy na bieżąco będą odpowiadać na pytania uczestników warsztatu

Warsztaty odbędą się w dniach **9–10 stycznia 2012 r. w godz. 10.00–14.00** w siedzibie Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Krakowie Pl. Na Stawach 1, parter, sala 006

Na zajęcia można zapisywać się osobiście w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej, Plac Na Stawach 1, sala 003, **telefonicznie:** 124240738, **drogą elektroniczną:** centrum@wup-krakow.pl

Zajęcia są bezpłatne! Serdecznie zapraszamy!

Wojewódzki Urząd Pracy w Krakowie Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej

zaprasza na zajęcia dla osób zainteresowanych uzyskaniem lub poszerzeniem wiedzy i umiejętności z zakresu metod poszukiwania pracy pn. „**Metody poszukiwania pracy**”

Tematyka:

- Aktualna sytuacja na rynku pracy
- Kwalifikacje oczekiwane przez pracodawców
- Metody poszukiwania pracy
- Źródła informacji o wolnych miejscach pracy
- Przygotowanie indywidualnego planu poszukiwania pracy

Spotkanie odbędzie się w dniu **16 stycznia 2012 r.** w godz. **10.00–14.00** w siedzibie Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Krakowie, Pl. Na Stawach 1, parter, sala 006

Na zajęcia można zapisywać się **osobiście** w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej, Plac Na Stawach 1, sala 003, **telefonicznie** 12 4240738 lub **drogą elektroniczną**: centrum@wup-krakow.pl

Zajęcia są bezpłatne. Zapraszamy!



Centrum Informacji i Planowania
Kariery Zawodowej

Zapraszamy do skorzystania z sieci EURES

EURES jest siecią współpracy publicznych służb zatrudnienia i ich partnerów na rynku pracy, wspierającą mobilność w dziedzinie zatrudnienia na poziomie międzynarodowym, w krajach Europejskiego Obszaru Gospodarczego czyli w krajach Unii Europejskiej oraz Norwegii, Islandii, Liechtensteinie, i w Szwajcarii.

Sieć EURES ułatwia swobodny przepływ pracowników poprzez:

- międzynarodowe pośrednictwo pracy,
- informowanie na temat warunków życia i pracy w krajach członkowskich,
- identyfikowanie i przeciwdziałanie przeszkodom w mobilności.

Usługi EURES są ogólnodostępne, bezpłatne i skierowane do osób poszukujących pracy, zainteresowanych wyjazdem do innego kraju w celach podjęcia pracy oraz do pracodawców, którzy chcą prowadzić rekrutację pracowników z zagranicy.

**Kontakt z przedstawicielem sieci EURES
w Wojewódzkim Urzędzie Pracy w Krakowie:**

Telefon:

12 424 07 35

E-mail:

eures@wup-krakow.pl

Więcej informacji o sieci EURES na stronach internetowych:

wup-krakow.pl/uslugi-ryнку-pracy/praca-za-granica

eures.praca.gov.pl

ec.europa.eu/eures/home.jsp?lang=pl