



Powiatowy Urząd Pracy
w Gliwicach



PORADNICTWO ZAWODOWE
CENTRUM AKTYWIZACJI ZAWODOWEJ
Powiatowego Urzędu Pracy w Gliwicach

Pl. Inwalidów Wojennych 12, 44-100 Gliwice
tel. 519-130-779, 32 444-23-98, 32 444-23-99
www.gliwice.praca.gov.pl, doradca@pup.gliwice.pl



INFORMACJA GRUPOWA

„PUP – Twoja pomocna dłoń w aktywizacji”

Termin zajęć*	29.01.2024, 26.02.2024, 25.03.2024, 29.04.2024, 27.05.2024, 24.06.2024, 29.07.2024, 26.08.2024, 30.09.2024, 28.10.2024, 25.11.2024, 16.12.2024
Grupa docelowa	Aktywizacja zawodowa osób bezrobotnych i poszukujących pracy pozostających w rejestrze PUP Gliwice, w tym osób po pierwszej rejestracji, zainteresowanych pozyskaniem informacji na temat usług rynku pracy świadczonych przez PUP.
Osoba prowadząca	Julia SZTYK – Doradca zawodowy Monika BOHR – Doradca zawodowy
Tematyka zajęć	PUP – Twoja pomocna dłoń w aktywizacji ○ PUP – Twoja pomocna dłoń w aktywizacji (usługi rynku pracy) ○ Kreowanie profesjonalnego wizerunku zawodowego na obecnym rynku pracy (CV, autoprezentacja, rozmowa kwalifikacyjna) ○ Panel dyskusyjny – pytania Uczestników
Ilość godzin	3 h
Miejsce zajęć	Klub Pracy (budynek Cechu Rzemiosł Różnych i Przedsiębiorczości), ul. Raciborska 2, Gliwice, pok. 204 (II piętro)
Liczba miejsc	max. 16 osób
Rekrutacja*	rekrutacja ciągła od 02.01.2024 – 13.12.2024 Skierowania na zajęcia informacji grupowej wydawane są jedynie w Centrum Aktywizacji Zawodowej PUP Gliwice u pośredników pracy i doradców zawodowych – pok. 002, 006, 007, 008
Informacje dodatkowe	tel. 519-130-779, 32 444-23-99, 32 444-23-98, doradca@pup.gliwice.pl

**PUP Gliwice zastrzega sobie prawo do zmiany terminów zajęć grupowych/ godzina rozpoczęcia zajęć/ formy zajęć (stacjonarne lub online) - informacje te będą podane do wiadomości uczestników przy zapisach na zajęcia*



Powiatowy Urząd Pracy
w Gliwicach



PORADNICTWO ZAWODOWE
CENTRUM AKTYWIZACJI ZAWODOWEJ
Powiatowego Urzędu Pracy w Gliwicach

Pl. Inwalidów Wojennych 12, 44-100 Gliwice
tel. 519-130-779, 32 444-23-98, 32 444-23-99
www.gliwice.praca.gov.pl, doradca@pup.gliwice.pl



INFORMACJA GRUPOWA

„Poszukiwanie pracy od A do Z”

Termin zajęć*	22.01.2024, 18.03.2024, 20.04.2024, 22.07.2024, 23.09.2024, 18.11.2024
Grupa docelowa	Aktywizacja zawodowa osób bezrobotnych i poszukujących pracy pozostających w rejestrze PUP Gliwice zainteresowanych pozyskaniem podstawowej wiedzy na temat przygotowania się do wejścia na rynek pracy.
Osoba prowadząca	Julia SZTYK – Doradca zawodowy Monika BOHR – Doradca zawodowy
Tematyka zajęć	Poszukiwanie pracy od A do Z ○ Życiorys zawodowy – moja profesjonalna wizytówka zawodowa ○ Autoprezentacja i przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej ○ Analiza lokalnego rynku pracy ○ Zastosowanie różnorodnych metod poszukiwania pracy na obecnym rynku pracy ○ Zawody przyszłości, zawody deficytowe i nadwyżkowe ○ Panel dyskusyjny – pytania Uczestników
Ilość godzin	4 h
Miejsce zajęć	Klub Pracy (budynek Cechu Rzemiosł Różnych i Przedsiębiorczości), ul. Raciborska 2, Gliwice, pok. 204 (II piętro)
Liczba miejsc	max. 16 osób
Rekrutacja*	rekrutacja stacjonarna w terminie: – 02-19.01.2024 – zajęcia 22.01.2024 – 19.02.-15.03.2024 – zajęcia 18.03.2024 – 22.04.-17.05.2024 – zajęcia 20.05.2024 – 17.06.-19.07.2024 – zajęcia 22.07.2024 – 19.08.-20.09.2024 – zajęcia 23.09.2024 – 21.10.-15.11.2024 – zajęcia 18.11.2023 Skierowania na zajęcia informacji grupowej wydawane są jedynie w Centrum Aktywizacji Zawodowej PUP Gliwice u pośredników pracy i doradców zawodowych – pok. 002, 006, 007, 008
Informacje dodatkowe	tel. 519-130-779, 32 444-23-99, 32 444-23-98, doradca@pup.gliwice.pl

*PUP Gliwice zastrzega sobie prawo do zmiany terminów zajęć grupowych/ godzina rozpoczęcia zajęć/ formy zajęć (stacjonarne lub online) - informacje te będą podane do wiadomości uczestników przy zapisach na zajęcia



Powiatowy Urząd Pracy
w Gliwicach



PORADNICTWO ZAWODOWE
CENTRUM AKTYWIZACJI ZAWODOWEJ
Powiatowego Urzędu Pracy w Gliwicach

Pl. Inwalidów Wojennych 12, 44-100 Gliwice
tel. 519-130-779, 32 444-23-98, 32 444-23-99
www.gliwice.praca.gov.pl, doradca@pup.gliwice.pl



INFORMACJA GRUPOWA

„Stwórz swoje atrakcyjne CV!”

Termin zajęć*	12.02.2024, 22.04.2024, 10.06.2024, 12.08.2024, 02.10.2024, 02.12.2024
Grupa docelowa	Aktywizacja zawodowa osób bezrobotnych i poszukujących pracy pozostających w rejestrze PUP Gliwice zainteresowanych pozyskaniem wiedzy na temat konstrukcji swojej profesjonalnej wizytówki zawodowej, jaką jest Curriculum Vitae.
Osoba prowadząca	Julia SZTYK – Doradca zawodowy Monika BOHR – Doradca zawodowy
Tematyka zajęć	Stwórz swoje atrakcyjne CV! - o Rola dokumentów aplikacyjnych w procesie poszukiwaniu pracy - o Jak wyróżnić swoje CV na tle innych kandydatów? - o Cechy życiorysu zawodowego i przykłady form graficznych - o Co w zawodzie piszczy – jak wykorzystać zasoby internetowe w celu sporządzenia CV? - o Panel dyskusyjny – pytania Uczestników
Ilość godzin	3 h
Miejsce zajęć	Klub Pracy (budynek Cechu Rzemiosł Różnych i Przedsiębiorczości), ul. Raciborska 2, Gliwice, pok. 204 (II piętro)
Liczba miejsc	max. 16 osób
Rekrutacja*	rekrutacja stacjonarna w terminie: – 15.01.-09.02.2024 – zajęcia 12.02.2024 – 18.03.-19.04.2024 – zajęcia 22.04.2024 – 13.05.-07.06.2024 – zajęcia 10.06.2024 – 15.07.-09.08.2024 – zajęcia 12.08.2024 – 02.09.-01.10.2024 – zajęcia 02.10.2024 – 28.10.-29.11.2024 – zajęcia 02.12.2024 Skierowania na zajęcia informacji grupowej wydawane są jedynie w Centrum Aktywizacji Zawodowej PUP Gliwice u pośredników pracy i doradców zawodowych – pok. 002, 006, 007, 008
Informacje dodatkowe	tel. 519-130-779, 32 444-23-99, 32 444-23-98, doradca@pup.gliwice.pl

**PUP Gliwice zastrzega sobie prawo do zmiany terminów zajęć grupowych/ godzina rozpoczęcia zajęć/ formy zajęć (stacjonarne lub online) - informacje te będą podane do wiadomości uczestników przy zapisach na zajęcia*



Powiatowy Urząd Pracy
w Gliwicach



PORADNICTWO ZAWODOWE
CENTRUM AKTYWIZACJI ZAWODOWEJ
Powiatowego Urzędu Pracy w Gliwicach

Pl. Inwalidów Wojennych 12, 44-100 Gliwice
tel. 519-130-779, 32 444-23-98, 32 444-23-99
www.gliwice.praca.gov.pl, doradca@pup.gliwice.pl



INFORMACJA GRUPOWA

„Oko w oko z rekruterem – jak poradzić sobie podczas interview?”

Termin zajęć*	17.01.2024, 08.05.2024, 02.09.2024
Grupa docelowa	Aktywizacja zawodowa osób bezrobotnych i poszukujących pracy pozostających w rejestrze PUP Gliwice zainteresowanych pozyskaniem wiedzy i nabyciem umiejętności dotyczących przygotowania się do spotkania z pracodawcą.
Osoba prowadząca	Julia SZTYK – Doradca zawodowy Monika BOHR – Doradca zawodowy
Tematyka zajęć	Oko w oko z rekruterem – jak poradzić sobie podczas interview? - o Współczesne metody rekrutacji i selekcji pracowników - o Żelazne zasady interview - o Sprawna autoprezentacja, czyli jak zjednać sobie rekrutera - o Jak poradzić sobie w gąszczu trudnych pytań podczas rozmowy kwalifikacyjnej? - o Panel dyskusyjny – pytania Uczestników
Ilość godzin	3 h
Miejsce zajęć	Klub Pracy (budynek Cechu Rzemiosł Różnych i Przedsiębiorczości), ul. Raciborska 2, Gliwice, pok. 204 (II piętro)
Liczba miejsc	max. 16 osób
Rekrutacja*	rekrutacja stacjonarna w terminie: – 02.-16.01.2024 – zajęcia 17.01.2024 – 08.04.-07.05.2024 – zajęcia 08.05.2024 – 29.07.-30.08.2024 – zajęcia 02.09.2024 Skierowania na zajęcia informacji grupowej wydawane są jedynie w Centrum Aktywizacji Zawodowej PUP Gliwice u pośredników pracy i doradców zawodowych – pok. 002, 006, 007, 008
Informacje dodatkowe	tel. 519-130-779, 32 444-23-99, 32 444-23-98, doradca@pup.gliwice.pl

*PUP Gliwice zastrzega sobie prawo do zmiany terminów zajęć grupowych/ godzina rozpoczęcia zajęć/ formy zajęć (stacjonarne lub online) - informacje te będą podane do wiadomości uczestników przy zapisach na zajęcia



Powiatowy Urząd Pracy
w Gliwicach



PORADNICTWO ZAWODOWE
CENTRUM AKTYWIZACJI ZAWODOWEJ
Powiatowego Urzędu Pracy w Gliwicach

Pl. Inwalidów Wojennych 12, 44-100 Gliwice
tel. 519-130-779, 32 444-23-98, 32 444-23-99
www.gliwice.praca.gov.pl, doradca@pup.gliwice.pl



INFORMACJA GRUPOWA

„Jak poradzić sobie w gąszczu trudnych pytań? – rozmowa kwalifikacyjna”

Termin zajęć*	11.03.2024, 08.07.2024, 13.11.2024
Grupa docelowa	Aktywizacja zawodowa osób bezrobotnych i poszukujących pracy pozostających w rejestrze PUP Gliwice zainteresowanych przygotowaniem się do spotkań z pracodawcami podczas rozmów kwalifikacyjnych, zarówno bezpośrednich, jak i zdalnych (online).
Osoba prowadząca	Julia SZTYK – Doradca zawodowy Monika BOHR – Doradca zawodowy
Tematyka zajęć	Jak poradzić sobie w gąszczu trudnych pytań? – rozmowa kwalifikacyjna - o Specyfika rozmowy kwalifikacyjnej - o Przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej bezpośredniej i zdalnej - o Jak odpowiedzieć na trudne pytania podczas rozmowy z pracodawcą? - o Panel dyskusyjny – pytania Uczestników
Ilość godzin	3 h
Miejsce zajęć	Klub Pracy (budynek Cechu Rzemiosł Różnych i Przedsiębiorczości), ul. Raciborska 2, Gliwice, pok. 204 (II piętro)
Liczba miejsc	max. 16 osób
Rekrutacja*	rekrutacja stacjonarna w terminie: – 12.02-08.03.2024 – zajęcia 11.03.2024 – 10.06.-05.07.2024 – zajęcia 08.07.2024 – 14.10.-12.11.2024 – zajęcia 13.11.2024 Skierowania na zajęcia informacji grupowej wydawane są jedynie w Centrum Aktywizacji Zawodowej PUP Gliwice u pośredników pracy i doradców zawodowych – pok. 002, 006, 007, 008
Informacje dodatkowe	tel. 519-130-779, 32 444-23-99, 32 444-23-98, doradca@pup.gliwice.pl

**PUP Gliwice zastrzega sobie prawo do zmiany terminów zajęć grupowych/ godzina rozpoczęcia zajęć/ formy zajęć (stacjonarne lub online) - informacje te będą podane do wiadomości uczestników przy zapisach na zajęcia*



Powiatowy Urząd Pracy
w Gliwicach



PORADNICTWO ZAWODOWE
CENTRUM AKTYWIZACJI ZAWODOWEJ
Powiatowego Urzędu Pracy w Gliwicach

Pl. Inwalidów Wojennych 12, 44-100 Gliwice
tel. 519-130-779, 32 444-23-98, 32 444-23-99
www.gliwice.praca.gov.pl, doradca@pup.gliwice.pl



INFORMACJA GRUPOWA

„Pierwsze kroki do samozatrudnienia – bilans kompetencji przedsiębiorczych”

Termin zajęć*	17.07.2024, 11.12.2024
Grupa docelowa	Aktywizacja zawodowa osób bezrobotnych i poszukujących pracy pozostających w rejestrze PUP Gliwice zainteresowanych pozyskaniem wiedzy i nabyciem umiejętności dotyczących własnych kompetencji przedsiębiorczych, w tym osób planujących ubiegać się o dotację o jednorazowe środki na uruchomienie własnego biznesu.
Osoba prowadząca	Julia SZTYK – Doradca zawodowy
Tematyka zajęć	Pierwsze kroki do samozatrudnienia – bilans kompetencji przedsiębiorczych - o Cechy dobrego przedsiębiorcy – czy ja się do tego nadaję? - o Indywidualny plan działania przyszłego przedsiębiorcy w oparciu o model SMART - o Biznesplan – praktyczne podejście do tworzenia planu biznesowego - o Instrumenty rynku pracy PUP wspierające przyszłych przedsiębiorców - o Panel dyskusyjny – pytania Uczestników
Ilość godzin	4 h
Miejsce zajęć	Klub Pracy (budynek Cechu Rzemiosł Różnych i Przedsiębiorczości), ul. Raciborska 2, Gliwice, pok. 204 (II piętro)
Liczba miejsc	max. 16 osób
Rekrutacja*	rekrutacja stacjonarna w terminie: – 10.06.-16.07.2024 – zajęcia 17.07.2024 – 12.11.-10.12.2024 – zajęcia 11.12.2024 Skierowania na zajęcia informacji grupowej wydawane są jedynie w Centrum Aktywizacji Zawodowej PUP Gliwice u pośredników pracy i doradców zawodowych – pok. 002, 006, 007, 008
Informacje dodatkowe	tel. 519-130-779, 32 444-23-99, 32 444-23-98, doradca@pup.gliwice.pl

**PUP Gliwice zastrzega sobie prawo do zmiany terminów zajęć grupowych/ godzina rozpoczęcia zajęć/ formy zajęć (stacjonarne lub online) - informacje te będą podane do wiadomości uczestników przy zapisach na zajęcia*



Powiatowy Urząd Pracy
w Gliwicach



PORADNICTWO ZAWODOWE
CENTRUM AKTYWIZACJI ZAWODOWEJ
Powiatowego Urzędu Pracy w Gliwicach

Pl. Inwalidów Wojennych 12, 44-100 Gliwice
tel. 519-130-779, 32 444-23-98, 32 444-23-99
www.gliwice.praca.gov.pl, doradca@pup.gliwice.pl



INFORMACJA GRUPOWA

„Ze stresem za pan brat – zarządzanie stresem podczas interview”

Termin zajęć*	13.05.2024, 04.11.2024
Grupa docelowa	Aktywizacja zawodowa osób bezrobotnych i poszukujących pracy pozostających w rejestrze PUP Gliwice zainteresowanych pozyskaniem wiedzy i nabyciem umiejętności dotyczących radzenia sobie w sytuacji stresu podczas spotkania z pracodawcą.
Osoba prowadząca	Julia SZTYK – Doradca zawodowy
Tematyka zajęć	Ze stresem za pan brat – zarządzanie stresem podczas interview - o Emocje na wodzy – moje emocje w sytuacjach trudnych - o Emocje w trakcie procesu poszukiwania pracy i na rozmowie kwalifikacyjnej - o Stres – definicja, przyczyny i skutki - o Techniki zwalczania stresu – przykłady ćwiczeń symulacyjnych - o Panel dyskusyjny – pytania Uczestników
Ilość godzin	3 h
Miejsce zajęć	Klub Pracy (budynek Cechu Rzemiosł Różnych i Przedsiębiorczości), ul. Raciborska 2, Gliwice, pok. 204 (II piętro)
Liczba miejsc	max. 16 osób
Rekrutacja*	rekrutacja stacjonarna w terminie: – 15.04.-10.05.2024 – zajęcia 13.05.2024 – 30.09.-31.10.2024 – zajęcia 04.11.2024 Skierowania na zajęcia informacji grupowej wydawane są jedynie w Centrum Aktywizacji Zawodowej PUP Gliwice u pośredników pracy i doradców zawodowych – pok. 002, 006, 007, 008
Informacje dodatkowe	tel. 519-130-779, 32 444-23-99, 32 444-23-98, doradca@pup.gliwice.pl

**PUP Gliwice zastrzega sobie prawo do zmiany terminów zajęć grupowych/ godzina rozpoczęcia zajęć/ formy zajęć (stacjonarne lub online) - informacje te będą podane do wiadomości uczestników przy zapisach na zajęcia*



Powiatowy Urząd Pracy
w Gliwicach



PORADNICTWO ZAWODOWE
CENTRUM AKTYWIZACJI ZAWODOWEJ
Powiatowego Urzędu Pracy w Gliwicach

Pl. Inwalidów Wojennych 12, 44-100 Gliwice
tel. 519-130-779, 32 444-23-98, 32 444-23-99
www.gliwice.praca.gov.pl, doradca@pup.gliwice.pl



INFORMACJA GRUPOWA

„Wyprawa na 3K: Kariera, Kompetencje, Kreatywność”

Termin zajęć*	15.04.2024, 07.10.2024
Grupa docelowa	Aktywizacja zawodowa osób bezrobotnych i poszukujących pracy pozostających w rejestrze PUP Gliwice zainteresowanych pozyskaniem wiedzy i nabyciem umiejętności dotyczących planowania kariery i rozwoju swoich kompetencji zawodowych.
Osoba prowadząca	Julia SZTYK – Doradca zawodowy Monika BOHR – doradca zawodowy
Tematyka zajęć	Wyprawa na 3K: Kariera, Kompetencje, Kreatywność - o Strategia planowania, czyli jak planować swoją karierę zawodową - o Bądź architektem swojej kariery – przykładowe narzędzia do badania kompetencji - o Kompetencje zawodowe przyszłości – znaczenie kompetencji w procesie planowania kariery - o Kreatywność w pracy – nieszablonowe spojrzenie na rynek pracy - o Zawodowy zawrót głowy – zawody przyszłości - o Panel dyskusyjny – pytania Uczestników
Ilość godzin	3 h
Miejsce zajęć	Klub Pracy (budynek Cechu Rzemiosł Różnych i Przedsiębiorczości), ul. Raciborska 2, Gliwice, pok. 204 (II piętro)
Liczba miejsc	max. 16 osób
Rekrutacja*	rekrutacja stacjonarna w terminie: – 11.03.-12.04.2024 – zajęcia 15.04.2024 – 09.09.-04.10.2024 – zajęcia 07.10.2024 Skierowania na zajęcia informacji grupowej wydawane są jedynie w Centrum Aktywizacji Zawodowej PUP Gliwice u pośredników pracy i doradców zawodowych – pok. 002, 006, 007, 008
Informacje dodatkowe	tel. 519-130-779, 32 444-23-99, 32 444-23-98, doradca@pup.gliwice.pl

*PUP Gliwice zastrzega sobie prawo do zmiany terminów zajęć grupowych/ godzina rozpoczęcia zajęć/ formy zajęć (stacjonarne lub online) - informacje te będą podane do wiadomości uczestników przy zapisach na zajęcia



Powiatowy Urząd Pracy
w Gliwicach



PORADNICTWO ZAWODOWE
CENTRUM AKTYWIZACJI ZAWODOWEJ
Powiatowego Urzędu Pracy w Gliwicach

Pl. Inwalidów Wojennych 12, 44-100 Gliwice
tel. 519-130-779, 32 444-23-98, 32 444-23-99
www.gliwice.praca.gov.pl, doradca@pup.gliwice.pl



INFORMACJA GRUPOWA

„Złap za stery swojej kariery!”

Termin zajęć*	07.02.2024, 17.06.2024, 21.08.2024, 20.11.2024
Grupa docelowa	Adresatami informacji grupowej „Złap za stery swojej kariery!” są osoby bezrobotne i poszukujące pracy pozostające w rejestrze Powiatowego Urzędu Pracy w Gliwicach posiadające obywatelstwo ukraińskie i status uchodźcy wojennego (osoby zarejestrowane po 24.02.2022 r.). Ponadto, zajęcia „Złap za stery swojej kariery!” adresowane są dla osób, dla których taka forma aktywizacji jest niezbędna, chcących wykazać własną inicjatywę w poszukiwaniu zatrudnienia lub uzyskać pomoc od pracowników urzędu w zakresie ich funkcjonowania w placówce.
Osoba prowadząca	Julia SZTYK – Doradca zawodowy Monika BOHR – Doradca zawodowy
Tematyka zajęć	Złap za stery swojej kariery - o Podstawowe usługi rynku pracy - o Kreowanie profesjonalnego wizerunku zawodowego na obecnym rynku pracy - o Panel dyskusyjny – pytania Uczestników.
Ilość godzin	2 h
Miejsce zajęć	Klub Pracy (budynek Cechu Rzemiosł Różnych i Przedsiębiorczości), ul. Raciborska 2, Gliwice, pok. 204 (II piętro)
Liczba miejsc	max. 16 osób
Rekrutacja*	rekrutacja ciągła od 08.02.2024 do 19.11.2024 Skierowania na zajęcia informacji grupowej wydawane są jedynie w Centrum Aktywizacji Zawodowej PUP Gliwice u pośredników pracy i doradców zawodowych – pok. 002, 006, 007, 008
Informacje dodatkowe	tel. 519-130-779, 32 444-23-99, 32 444-23-98, doradca@pup.gliwice.pl

**PUP Gliwice zastrzega sobie prawo do zmiany terminów zajęć grupowych/ godzina rozpoczęcia zajęć/ formy zajęć (stacjonarne lub online) - informacje te będą podane do wiadomości uczestników przy zapisach na zajęcia*



Powiatowy Urząd Pracy
w Gliwicach



PORADNICTWO ZAWODOWE
CENTRUM AKTYWIZACJI ZAWODOWEJ
Powiatowego Urzędu Pracy w Gliwicach

Pl. Inwalidów Wojennych 12, 44-100 Gliwice
tel. 519-130-779, 32 444-23-98, 32 444-23-99
www.gliwice.praca.gov.pl, doradca@pup.gliwice.pl



PORADA GRUPOWA

„Mam moc! – bilans kompetencji zawodowych”

Termin zajęć*	21.02.2024, 05.06.2024 (dla mam)**, 23.10.2024 (dla mam)**, 06.12.2024
Grupa docelowa	Aktywizacja zawodowa osób bezrobotnych i poszukujących pracy pozostających w rejestrze PUP Gliwice zainteresowanych pozyskaniem wiedzy na temat własnego potencjału zawodowego w postaci mocnych stron, umiejętności i własnych oczekiwań zawodowych. ** Aktywizacja zawodowa kobiet bezrobotnych i poszukujących pracy pozostających w rejestrze PUP Gliwice, po okresie macierzyńskiego lub wychowawczym, wracających na rynek pracy. Zajęcia kierowane są dla mam zainteresowanych pozyskaniem wiedzy na temat własnego potencjału zawodowego na obecnym rynku pracy.
Osoba prowadząca	Julia SZTYK – Doradca zawodowy Monika BOHR – Doradca zawodowy
Tematyka zajęć	Mam moc! – bilans kompetencji zawodowych - o Umiejętności, kwalifikacje, kompetencje – jak je poprawnie rozpoznać? - o Soft skills moim kluczem do sukcesu w poszukiwaniu pracy - o Moje oczekiwania zawodowe a rzeczywistość i realia rynku pracy - o Identyfikacja posiadanych umiejętności i predyspozycji zawodowych - o Panel dyskusyjny – pytania Uczestników
Ilość godzin	4 h
Miejsce zajęć	Klub Pracy (budynek Cechu Rzemiosł Różnych i Przedsiębiorczości), ul. Raciborska 2, Gliwice, pok. 204 (II piętro)
Liczba miejsc	max. 16 osób
Rekrutacja*	rekrutacja stacjonarna w terminie: – 22.01.-20.02.2024 – zajęcia 21.02.2024 – 29.04.-04.06.2024 – zajęcia 05.06.2024 (dla mam)** – 16.09.-22.10.2024 – zajęcia 23.10.2024 (dla mam)** – 28.10.-05.12.2024 – zajęcia 06.12.2024 Skierowania na zajęcia porady grupowej wydawane są jedynie w Centrum Aktywizacji Zawodowej PUP Gliwice u doradców zawodowych – pok. 006, 007, 008
Informacje dodatkowe	tel. 519-130-779, 32 444-23-99, 32 444-23-98, doradca@pup.gliwice.pl

*PUP Gliwice zastrzega sobie prawo do zmiany terminów zajęć grupowych/ godzina rozpoczęcia zajęć/ formy zajęć (stacjonarne lub online) - informacje te będą podane do wiadomości uczestników przy zapisach na zajęcia



Powiatowy Urząd Pracy
w Gliwicach



PORADNICTWO ZAWODOWE
CENTRUM AKTYWIZACJI ZAWODOWEJ
Powiatowego Urzędu Pracy w Gliwicach

Pl. Inwalidów Wojennych 12, 44-100 Gliwice
tel. 519-130-779, 32 444-23-98, 32 444-23-99
www.gliwice.praca.gov.pl, doradca@pup.gliwice.pl



PORADA GRUPOWA

„Podróż Bohatera – przez morza możliwości”

Termin zajęć*	08.03.2024 (z okazji Dnia Kobiet)***, 18.09.2024
Grupa docelowa	Aktywizacja zawodowa osób bezrobotnych i poszukujących pracy pozostających w rejestrze PUP Gliwice poszukujących skutecznych sposobów wsparcia w procesie osiągania celów i budowania samoświadomości. Zajęcia skierowane są dla osób potrzebujących bardziej efektywnych narzędzi wspierających rozwój potencjału osobistego i zawodowego. *** Aktywizacja zawodowa kobiet bezrobotnych i poszukujących pracy pozostających w rejestrze PUP Gliwice poszukujących skutecznych sposobów wsparcia w procesie osiągania celów i budowania samoświadomości. Zajęcia organizowane są dla kobiet z okazji obchodzonego 8.03.2024 r. Dnia Kobiet.
Osoba prowadząca	Julia SZTYK – Doradca zawodowy Monika BOHR – Doradca zawodowy Joanna TYLKOWSKA – Doradca zawodowy
Tematyka zajęć	Podróż Bohatera – przez morza możliwości - o Wzmocnienie kompetencji do osiągania zamierzonych celów dzięki metodzie coachingowej Heros Navigares® – Podróż Bohatera® - o Budowanie samoświadomości wspierającej rozwój potencjału osobistego i zawodowego - o Zmiana – kontekst oporu przed zmianą i przechodzenie zmiany w sposób korzystny dla mojego rozwoju - o Cele – skuteczne wyznaczanie celów zawodowych i osobistych - o Zasoby – diagnoza moich najmocniejszych zasobów w kontekście wyznaczonych celów zawodowych i osobistych - o Panel dyskusyjny – pytania Uczestników
Ilość godzin	5 h
Miejsce zajęć	Klub Pracy (budynek Cechu Rzemiosł Różnych i Przedsiębiorczości), ul. Raciborska 2, Gliwice, pok. 204 (II piętro)
Liczba miejsc	max. 16 osób
Rekrutacja*	rekrutacja stacjonarna w terminie: – 05.02.-07.03.2024 – zajęcia 08.03.2024 (dla mam)*** – 12.08.-17.09.2024 – zajęcia 18.09.2024 Skierowania na zajęcia porady grupowej wydawane są jedynie w Centrum Aktywizacji Zawodowej PUP Gliwice u doradców zawodowych – pok. 006, 007, 008
Informacje dodatkowe	tel. 519-130-779, 32 444-23-99, 32 444-23-98, doradca@pup.gliwice.pl

*PUP Gliwice zastrzega sobie prawo do zmiany terminów zajęć grupowych/ godzina rozpoczęcia zajęć/ formy zajęć (stacjonarne lub online) - informacje te będą podane do wiadomości uczestników przy zapisach na zajęcia