



# **POWIATOWY URZĄD PRACY W RADOMIU**

**BANK PROGRAMÓW  
GRUPOWYCH PORAD  
I INFORMACJI GRUPOWEJ**

**2020**

Bank Programów Porad Grupowych i Informacji Grupowych  
w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu

## Poradnictwo Grupowe

1. *„Aktywni na rynku pracy”*
2. *„Atrakcyjna na rynku pracy”*

## Informacja Grupowa

1. *„Usługi i instrumenty rynku pracy” (nowelizacja ustawy)*

## „AKTYWNI NA RYNKU PRACY”

### Cel porady grupowej

Uczestnicy warsztatów zdobędą umiejętności niezbędne do efektywnego poszukiwania i pozyskiwania zatrudnienia. Odkryją swoje preferencje zawodowej i skonfrontują je z tendencjami na rynku pracy. Poznają nowoczesne i skuteczne metody poszukiwania pracy. Dzięki praktycznym ćwiczeniom poznają jak efektywnie przygotować się do spotkania z pracodawcą, dowiedzą się m.in.: jakie są etapy rozmowy kwalifikacyjnej, jakie padają najczęściej pytania. Poznają także zasady autoprezentacji .

### Czas trwania porady grupowej i sposób organizacji

Warsztaty jednodniowe, 4 godziny zegarowe ( od 10.00 do 14.00), odbywające się w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu w Centrum Aktywizacji Zawodowej ul. Ks. Łukasika 3 (I piętro), pok. 220, 221

### Wymagania wstępne dla uczestników porady grupowej

Osoby bezrobotne zarejestrowane w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu zainteresowane tematem porady grupowej .

### Główne zagadnienia:

1. Gdy szukasz pracy – kilka praktycznych wskazówek, strategię wytrwania w poszukiwana pracy
2. Czy znasz dobrze samego siebie – osiem kluczowych wartości
3. Metody poszukiwania pracy – budowanie sieci kontaktów bezpośrednich, poszukiwanie ogłoszeń, zawodowi pośrednicy pracy, targi i giełdy pracy, samodzielne zwracanie się do pracodawcy, własne ogłoszenia.
4. Zachowanie interpersonalne w poszukiwaniu pracy
5. Dokumenty aplikacyjne – jak skonstruować nowoczesne CV i list motywacyjny?

6. Rozmowa kwalifikacyjna – jak się do niej przygotować, jak odpowiadać na pytania pracodawców.
7. Sztuka skutecznej autoprezentacji, czyli mowa ciała w praktyce.

## **„ATRAKCYJNA NA RYNKU PRACY”**

### **Cel porady grupowej**

Przygotowanie kobiet do wejścia lub powrotu na rynek pracy - wzbogacenie ich atrakcyjności poprzez wykreowanie własnego wizerunku, naukę zasad efektywnej autoprezentacji i asertywności, organizacji własnego czasu oraz redukcji poziomu stresu.

### **Czas trwania porady grupowej i sposób organizacji**

Warsztaty jednodniowe, 4 godziny ( od 10.00 do 14.00), odbywające się w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu w Centrum Aktywizacji Zawodowej ul. Ks. Łukasika 3 (I piętro), pok. 220, 221

### **Wymagania wstępne dla uczestników porady grupowej**

Kobiety zarejestrowane w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu i Filie, zainteresowane tematem porady grupowej.

### **Główne zagadnienia:**

1. Sytuacja kobiet na rynku pracy - oczekiwania pracodawców
2. Kreowanie własnego wizerunku – sztuka efektywnej autoprezentacji
3. Wzmocnienie poczucia własnej wartości - Asertywność
4. Jak wygrać walkę ze stresem i brakiem organizacji własnego czasu

# INFORMACJA GRUPOWA

## **„USŁUGI I INSTRUMENTY RYNKU PRACY” (nowelizacja ustawy)**

### **Cel informacji grupowej**

1. Zdobyć wiedzę dotyczącą możliwości skorzystania z wybranych usług i instrumentów rynku pracy.
2. Wzrost świadomości osób na temat ogólnej misji realizowanej przez Powiatowy Urząd Pracy.

### **Czas trwania informacji grupowej i sposób organizacji**

Zajęcia jednodniowe, ok. 2 godzin (od 10.00 - 12.00) odbywające się w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu w Centrum Aktywizacji Zawodowej ul. Ks. Łukasika 3 (I piętro pok. 220, 221).

### **Wymagania wstępne dla uczestników grupowej informacji zawodowej**

Osoby (16 osób), które po raz pierwszy rejestrują się w Powiatowym Urzędzie Pracy.

### **Plan nauczania i treść grupowej informacji zawodowej**

1. Usługi rynku pracy.
2. Instrumenty rynku pracy wspierające podstawowe usługi rynku pracy.
3. Dodatkowe działania aktywizujące oferowane przez PUP.

# HARMONOGRAM ZAJĘĆ Z PORADNICTWA GRUPOWEGO NA II kwartał 2020 roku

Rok 2020	Poradnictwo Grupowe „AKTYWNI NA RYNKU PRACY”
KWIECIEŃ	15
MAJ	13
CZERWIEC	17
Rok 2020	Poradnictwo Grupowe „ATRAKCYJNA NA RYNKU PRACY”
KWIECIEŃ	8, 22
MAJ	6, 20
CZERWIEC	3, 24

# HARMONOGRAM ZAJĘĆ Z INFORMACJI GRUPOWEJ NA II kwartał 2020 ROKU

Rok 2020	Informacja grupowa „USŁUGI I INSTRUMENTY RYNKU PRACY”
KWIECIEŃ	7, 21, 28
MAJ	12, 19, 26
CZERWIEC	9, 16, 23

- Podane terminy mogą ulec zmianie z przyczyn niezależnych
- Zapisy na porady grupowe prowadzą doradcy zawodowi - najpóźniej na tydzień przed rozpoczęciem zajęć.
- Zapisy na informacje grupowe prowadzą doradcy zawodowi i pośrednicy pracy - najpóźniej na tydzień przed rozpoczęciem zajęć.