

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej
Wojewódzki Urząd Pracy w Rzeszowie

**BEZPŁATNA OFERTA NA ŚWIADCZENIE USŁUG PORADNICTWA ZAWODOWEGO SKIEROWANA
DO UCZNIÓW SZKÓŁ PONADPODSTAWOWYCH NA ROK SZKOLNY 2021/2022**

Dane osoby do kontaktu: **URSZULA ADAMCZYK**

Tel.: 17/ 85 09 273

e-mail: uadamczyk@wup-rzeszow.pl

ZAKRES OFERTY:

BADANIA

Ważne: badanie zainteresowań i kompetencji zawodowych wykonywane jest po przeprowadzonej rozmowie z doradcą zawodowym.

**BADANIE PREDYSPOZYCJI ZAWODOWYCH
W OPARCIU O „KWESTIONARIUSZ ZAINTERESOWAŃ ZAWODOWYCH”**

- zakres tematyczny: Wykonanie testu „Kwestionariusza Zainteresowań Zawodowych” oraz diagnoza predyspozycji na podstawie uzyskanych wyników.
- uczestnicy: osoby, które ukończyły 18 lat
(możliwość umawiania grup – do 10 osób)
- czas trwania: pierwsze spotkanie indywidualne bądź grupowe – około 1 godziny
(wykonanie testu metodą papierową bądź elektroniczną);
drugie spotkanie indywidualne – około 1 godziny
- terminy: do uzgodnienia
- miejsce spotkania: WUP - Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej
ul. Naruszewicza 11, 35-055 Rzeszów lub na terenie szkoły

BADANIE KOMPETENCJI W OPARCIU O „NARZĘDZIE DO BADANIA KOMPETENCJI”

- zakres tematyczny: Wykonanie testu „Narzędzie do Badania Kompetencji” oraz diagnoza poziomu kompetencji osobistych, społecznych i menadżerskich przydatna przy podejmowaniu decyzji związanych z wyborem zawodu, kierunku kształcenia lub szkolenia, przy szukaniu pracy dostosowanej do posiadanych kompetencji oraz przy planowaniu rozwoju kompetencji poszukiwanych przez pracodawców.
- uczestnicy: osoby, które ukończyły 18 lat (możliwość umawiania grup – do 10 osób)
- czas trwania: pierwsze spotkanie indywidualne bądź grupowe – około 1 godziny (wykonanie testu metodą papierową bądź elektroniczną); drugie spotkanie indywidualne – około 1 godziny
- terminy: do uzgodnienia
- miejsce spotkania: WUP - Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej ul. Naruszewicza 11, 35-055 Rzeszów lub na terenie szkoły

ZAJĘCIA INFORMACYJNE

PROFESJONALNA AUTOPREZENTACJA PODCZAS ROZMOWY KWALIFIKACYJNEJ

- zakres tematyczny: Przekazanie podstawowej wiedzy w zakresie technik efektywnej autoprezentacji/autokreacji, wywierania pozytywnego wrażenia, umiejętności świadomego kształtowania własnego wizerunku, efektywnego komunikowania się oraz roli i znaczenia mowy ciała.
- uczestnicy: osoby, które ukończyły 18 lat
- liczebność grup: do uzgodnienia
- czas trwania: 1 godzina lekcyjna
- terminy: do uzgodnienia
- miejsce spotkania: WUP - Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej ul. Naruszewicza 11, 35-055 Rzeszów, na terenie szkoły lub on-line

DOKUMENTY APLIKACYJNE – MOJA WIZYTÓWKA

- zakres tematyczny: Poznanie zasad związanych z przygotowaniem profesjonalnych dokumentów aplikacyjnych (życiorysu zawodowego i listu motywacyjnego)
- uczestnicy: osoby, które ukończyły 18 lat
- liczebność grup: do uzgodnienia
- czas trwania: 1 godzina lekcyjna
- terminy: do uzgodnienia
- miejsce spotkania: WUP - Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej
ul. Naruszewicza 11, 35-055 Rzeszów, na terenie szkoły lub on-line

JAK ZNALEŹĆ CZAS NA TO CO NAJWAŻNIEJSZE

- zakres tematyczny: Zasady umiejętnego wyznaczania celów, planowania, ustalania priorytetów, a także skutecznego radzenia sobie z tzw. pożeraczami czasu.
- uczestnicy: osoby, które ukończyły 18 lat
- liczebność grup: do uzgodnienia
- czas trwania: 1 godzina lekcyjna
- terminy: do uzgodnienia
- miejsce spotkania: WUP - Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej
ul. Naruszewicza 11, 35-055 Rzeszów, na terenie szkoły lub on-line

JAK ZAPRZYJAŹNIĆ SIĘ Z RYNKIEM PRACY

- zakres tematyczny: Informacje przydatne w przygotowaniu się do wejścia na rynek pracy - formy wsparcia oferowane przez instytucje działające na rynku pracy
- uczestnicy: osoby, które ukończyły 18 lat
- liczebność grup: do uzgodnienia
- czas trwania: 1 godzina lekcyjna
- terminy: do uzgodnienia
- miejsce spotkania: WUP - Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej
ul. Naruszewicza 11, 35-055 Rzeszów, na terenie szkoły lub on-line

WOLONTARIAT – DOBRY START W PRZYSZŁOŚĆ

- zakres tematyczny: Wolontariat jako istotny element zdobywania doświadczenia zawodowego.
- uczestnicy: osoby, które ukończyły 18 lat
- liczebność grup: do uzgodnienia
- czas trwania: 1 godzina lekcyjna
- terminy: do uzgodnienia
- miejsce spotkania: WUP - Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej
ul. Naruszewicza 11, 35-055 Rzeszów, na terenie szkoły lub on-line

MOBILNOŚĆ W OBSZARZE EUROPEJSKIEGO RYNKU – USŁUGI SIECI EURES

- zakres tematyczny: Spotkanie informacyjne dla osób zainteresowanych podjęciem pracy w Unii Europejskiej.
- uczestnicy: osoby, które ukończyły 18 lat
- liczebność grup: do uzgodnienia
- czas trwania: 1 godzina lekcyjna
- terminy: do uzgodnienia
- miejsce spotkania: WUP - Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej
ul. Naruszewicza 11, 35-055 Rzeszów, na terenie szkoły lub on-line

KSZTAŁCENIE – ZAWÓD – KARIERA

- zakres tematyczny: informacje przydatne w planowaniu kariery zawodowej.
Podejmowanie decyzji edukacyjnych i zawodowych w oparciu o własne predyspozycje i czynniki otoczenia, rankingi uczelni i kierunków studiów, wymagania pracodawców na rynku pracy, możliwości wsparcia na rynku pracy
- uczestnicy: osoby, które ukończyły 18 lat
- liczebność grup: do uzgodnienia
- czas trwania: 1 godzina lekcyjna
- terminy: do uzgodnienia
- miejsce spotkania: WUP - Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej
ul. Naruszewicza 11, 35-055 Rzeszów, na terenie szkoły lub on-line

MÓJ POTENCJAŁ W WYBORZE ZAWODU

- zakres tematyczny: Uświadomienie roli wiedzy, zainteresowań i cech charakteru w wyborze kierunku kształcenia i przyszłego zawodu.
- uczestnicy: osoby, które ukończyły 18 lat
- liczebność grup: do uzgodnienia
- czas trwania: 1 godzina lekcyjna
- terminy: do uzgodnienia
- miejsce spotkania: WUP - Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej ul. Naruszewicza 11, 35-055 Rzeszów, na terenie szkoły lub on-line

MATURA! KILKA SŁÓW O MOTYWACJI DO NAUKI

- zakres tematyczny: Zdobywanie wiedzy na temat tego, co nas motywuje do działania i osiągnięcia wyznaczonych celów.
- uczestnicy: osoby, które ukończyły 18 lat
- liczebność grup: do uzgodnienia
- czas trwania: 1 godzina lekcyjna
- terminy: do uzgodnienia
- miejsce spotkania: WUP - Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej ul. Naruszewicza 11, 35-055 Rzeszów, na terenie szkoły lub on-line

KOMPETENCJE, KTÓRE CENIĄ PRACODAWCY

- zakres tematyczny: Zdobyć wiedzę na temat kompetencji niezbędnych podczas szukania zatrudnienia na współczesnym rynku pracy.
- uczestnicy: osoby, które ukończyły 18 lat
 - liczebność grup: do uzgodnienia
 - czas trwania: 1 godzina lekcyjna
 - terminy: do uzgodnienia
 - miejsce spotkania: WUP - Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej
ul. Naruszewicza 11, 35-055 Rzeszów, na terenie szkoły lub on-line

JAK ZNALEŹĆ PRACĘ CZYLI SKUTECZNE METODY SZUKANIA PRACY

- zakres tematyczny: Zdobyć wiedzę na temat metod, które warto wykorzystać podczas szukania zatrudnienia na współczesnym rynku pracy.
- uczestnicy: osoby, które ukończyły 18 lat
 - liczebność grup: do uzgodnienia
 - czas trwania: 1 godzina lekcyjna
 - terminy: do uzgodnienia
 - miejsce spotkania: WUP - Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej
ul. Naruszewicza 11, 35-055 Rzeszów, na terenie szkoły lub on-line