

# PORADNICTWO GRUPOWE - I KWARTAŁ 2019 R.

## CIIPKZ WŁOCŁAWEK

NAZWA ZAJĘĆ	CEL ZAJĘĆ	TERMIN REALIZACJI	GODZ.
<b>STYCZEŃ</b>			
<b>„Mój potencjał osobisty i zawodowy”</b>	Określenie własnych predyspozycji zawodowych i atutów. Kształtowanie poczucia własnej wartości.	<b>07-08.01.2019</b>	<b>9.00-12.15</b>
<b>„Skuteczna komunikacja”</b>	Poznanie zasad skutecznego komunikowania się. Kształtowanie umiejętności konstruktywnego porozumiewania się z innymi.	<b>14-15.01.2019</b>	<b>9.00-12.15</b>
<b>„Znajdź pracę przez Internet”</b>	Wykorzystanie sieci w poszukiwaniu pracy.	<b>21-22.01.2019</b>	<b>9.00-12.15</b>
<b>„Mój potencjał osobisty i zawodowy”</b>	Określenie własnych predyspozycji zawodowych i atutów. Kształtowanie poczucia własnej wartości.	<b>28-29.01.2019</b>	<b>9.00-12.15</b>



**WOJEWÓDZKI URZĄD PRACY W TORUNIU** ul. Szosa Chełmińska 30/32 87-100 Toruń  
 tel. 56 669 39 00 fax 56 669 39 99 <http://www.wup.torun.pl> e-mail: [wup@wup.torun.pl](mailto:wup@wup.torun.pl)

**Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej**

**PORADNICTWO GRUPOWE - I KWARTAŁ 2019 R.**  
**CIIPKZ WŁOCŁAWEK**

NAZWA ZAJĘĆ	CEL ZAJĘĆ	TERMIN REALIZACJI	GODZ.
<b>LUTY</b>			
<b>„Nowa praca – zaprezentuj siebie z najlepszej strony”</b>	Doskonalenie umiejętności autoprezentacji. Poznanie zasad i strategii prowadzenia rozmów z pracodawcą.	<b>04-05.02.2019</b>	<b>9.00-12.15</b>
<b>„Stres. Style i strategie radzenia sobie ze stresem”</b>	Poznanie własnego wzorca funkcjonowania w sytuacjach stresowych oraz efektywnych sposobów radzenia sobie w sytuacjach trudnych.	<b>11-12.02.2019</b>	<b>9.00-12.15</b>
<b>„Skuteczna komunikacja”</b>	Poznanie zasad skutecznego komunikowania się. Kształtowanie umiejętności konstruktywnego porozumiewania się z innymi.	<b>18-19.02.2019</b>	<b>9.00-12.15</b>
<b>„Autoprezentacja”</b>	Kształtowanie umiejętności autoprezentacji w bezpośrednim kontakcie z pracodawcą. Pomoc w kreowaniu własnego wizerunku.	<b>25-26.02.2019</b>	<b>9.00-12.15</b>



**WOJEWÓDZKI URZĄD PRACY W TORUNIU** ul. Szosa Chełmińska 30/32 87-100 Toruń  
tel. 56 669 39 00 fax 56 669 39 99 <http://www.wup.torun.pl> e-mail: [wup@wup.torun.pl](mailto:wup@wup.torun.pl)

**Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej**

**PORADNICTWO GRUPOWE - I KWARTAŁ 2019 R.  
CIIPKZ WŁOCŁAWEK**

NAZWA ZAJĘĆ	CEL ZAJĘĆ	TERMIN REALIZACJI	GODZ.
<b>MARZEC</b>			
<b>„Nowa praca – zaprezentuj siebie z najlepszej strony”</b>	Doskonalenie umiejętności autoprezentacji. Poznanie zasad i strategii prowadzenia rozmów z pracodawcą.	<b>04-05.03.2019</b>	<b>9.00-12.15</b>
<b>„Skuteczna komunikacja”</b>	Poznanie zasad skutecznego komunikowania się. Kształtowanie umiejętności konstruktywnego porozumiewania się z innymi.	<b>11-12.03.2019</b>	<b>9.00-12.15</b>
<b>„Stres. Style i strategie radzenia sobie ze stresem”</b>	Poznanie własnego wzorca funkcjonowania w sytuacjach stresowych oraz efektywnych sposobów radzenia sobie w sytuacjach trudnych.	<b>18-19.03.2019</b>	<b>9.00-12.15</b>
<b>„Mój potencjał osobisty i zawodowy”</b>	Określenie własnych predyspozycji zawodowych i atutów. Kształtowanie poczucia własnej wartości.	<b>25-26.03.2019</b>	<b>9.00-12.15</b>



**WOJEWÓDZKI URZĄD PRACY W TORUNIU** ul. Szosa Chełmińska 30/32 87-100 Toruń  
tel. 56 669 39 00 fax 56 669 39 99 <http://www.wup.torun.pl> e-mail: [wup@wup.torun.pl](mailto:wup@wup.torun.pl)

**Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej**

Zajęcia odbywają się w siedzibie  
**Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej  
we Włocławku, Bulwary 5b.**

Osoby zainteresowane prosimy o zgłaszanie chęci udziału  
w zajęciach **najpóźniej 3 dni** przed planowanym terminem zajęć  
**osobiście,**

**telefonicznie pod nr (54) 411 21 40,**

**email: [oddzial.wloclawek@wup.torun.pl](mailto:oddzial.wloclawek@wup.torun.pl)**

**Uczestnictwo w zajęciach jest bezpłatne.**

**Serdecznie zapraszamy!**



WOJEWÓDZKI URZĄD PRACY W TORUNIU ul. Szosa Chełmińska 30/32 87-100 Toruń  
tel. 56 669 39 00 fax 56 669 39 99 <http://www.wup.torun.pl> e-mail: [wup@wup.torun.pl](mailto:wup@wup.torun.pl)

**Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej**