



WYKAZ PORAD I INFORMACJI GRUPOWYCH PLANOWANYCH W II KWARTALE 2024

Lp.	Temat porady lub informacji grupowej	Cel	Termin	Prowadzący doradcy zawodowi	Przyjmowanie zgłoszeń
KWIECIEŃ					
1.	Pomoc w poruszaniu się po rynku pracy dla osób bezrobotnych – usługi i instrumenty rynku pracy Informacja grupowa CWK	Przedstawienie i omówienie usług oraz instrumentów rynku pracy świadczonych przez Miejski Urząd Pracy w Kielcach, przekazanie informacji na temat projektów unijnych realizowanych przez MUP, zapoznanie z obecną sytuacją na lokalnym rynku pracy (zapotrzebowanie na dane kwalifikacje, umiejętności i uprawnienia zawodowe, oferty pracy, barometr zawodów).	08.04.2024 10:00-13:00	Anita Rupala Małgorzata Boksa	MUP Pokój 40 Tel. 41 340 60 20
2.	Profesjonalne dokumenty aplikacyjne Porada grupowa CWK	Uzupełnienie wiedzy uczestników na temat zasad sporządzania i redagowania profesjonalnego życiorysu zawodowego i listu motywacyjnego, uzupełnienie wiedzy uczestników dotyczącej sposobów aplikowania.	09.04.2024 10:00-13:00	Anita Rupala Małgorzata Boksa	MUP Pokój 40 Tel. 41 340 60 20



Miejski Urząd Pracy w Kielcach

ul. Szymanowskiego 6, 25-361 Kielce, tel. (+48) 41-340-60-55, fax. (+48) 41-340-60-80, kancelaria@mupkielce.praca.gov.pl, www.mupkielce.praca.gov.pl

3.	Gra coachingowa Podróż bohatera Porada grupowa CWK	Wsparcie w wyznaczaniu i osiągnięciu istotnych dla graczy celów, w przechodzeniu transformacji i zmiany, wzmocnienie poczucia mocy i motywacji do działania, lepsze poznanie siebie, swoich archetypów, swoich zasobów, swoich cieni, przeszkód w osiągnięciu celów. Uczestnicy podczas oryginalnej „podróży” w formie niekonwencjonalnej gry przygotowują odpowiednią strategię i realny plan działania. <i>(Uwaga zmiana terminu porady).</i>	11 -15.04.2024 (3 dni) 09:00-12:00	Edyta Hińcza Przemysława Nowak	MUP Pokój 15 Tel. 41 340 60 15
4.	Własna firma- zrób to z głową Spotkanie informacyjne online	Psychologiczne aspekty zakładania działalności gospodarczej, biznesplan, czyli zasady tworzenia planu własnej działalności, wybór formy prawno-organizacyjnej przedsiębiorstwa, wybór formy opodatkowania z uwzględnieniem rodzaju firmy, składki na ubezpieczenie społeczne i zdrowotne, reglamentacja działalności gospodarczej, rejestracja jednoosobowej działalności gospodarczej – krok po kroku, możliwości pozyskania środków na rozpoczęcie działalności gospodarczej, instytucje zajmujące się problematyką przedsiębiorczości	15.04.2024 10:00-12:00	WUP KIELCE	MUP Pokój 40 Tel. 41 340 60 20
5.	Formy wsparcia w zakresie usług i instrumentów rynku pracy Informacja grupowa CWK	Prezentowanie i omówienie usług oraz instrumentów rynku pracy świadczonych przez Miejski Urząd Pracy w Kielcach osobom bezrobotnym i poszukującym pracy, przekazanie informacji na temat projektów unijnych realizowanych przez MUP jak również inne instytucje w Kielcach i powiecie kieleckim.	17.04.2024 09:00-12:00	Anna Sołtys Edyta Pawlik-Matla	MUP Pokój 41 Tel. 41 340 60 52



Miejski Urząd Pracy w Kielcach

ul. Szymanowskiego 6, 25-361 Kielce, tel. (+48) 41-340-60-55, fax. (+48) 41-340-60-80, kancelaria@mupkielce.praca.gov.pl, www.mupkielce.praca.gov.pl

6.	Pokonaj bariery—zdobądź pracę. Bądź skuteczny na rynku pracy, cz. I-II. Porada grupowa CWK	Nabycie wiedzy niezbędnej do aktywnego i skutecznego poszukiwania zatrudnienia, określenie indywidualnego profilu zainteresowań zawodowych, podniesienie poziomu motywacji wewnętrznej do podejmowania samodzielnych działań na rynku pracy, wzmocnienie pozytywnej postawy wobec poszukiwania pracy, rozwijanie umiejętności pozwalających przezwyciężyć bariery osobiste, zwiększenie zdolności, dostosowywania się do zmian na rynku pracy zwiększenie szans na zatrudnienie. (Porada grupowa nie odbędzie się, termin anulowany)	18-19.04.2024 09:00-12:00	Anna Sołtys Edyta Pawlik-Matla	MUP Pokój 41 Tel. 41 340 60 52
7.	Blżej pracy – cz. I Określanie zainteresowań i preferencji zawodowych Porada grupowa CWK	Poznanie własnego potencjału, odkrywanie mocnych stron, określenie predyspozycji, umiejętności, zainteresowań zawodowych, wartości pod kątem preferowanego zatrudnienia. Sporządzenie bilansu kompetencji zawodowych.	25.04.2024 10:00-13:00	Barbara Milik	MUP Pokój 16 Tel. 41 340 60 16
8.	Blżej pracy – cz. II Rozwijanie aktywnej postawy w poszukiwaniu zatrudnienia Porada grupowa	Wzmocnienie pozytywnej postawy wobec poszukiwania pracy i oczekiwań z nią związanych, podniesienie poziomu motywacji wewnętrznej do aktywnego i skutecznego poszukiwania zatrudnienia. Przygotowanie do podejmowania świadomych decyzji zawodowych	26.04.2024 10:00-13:00	Barbara Milik	MUP Pokój 16 Tel. 41 340 60 16



Miejski Urząd Pracy w Kielcach

ul. Szymanowskiego 6, 25-361 Kielce, tel. (+48) 41-340-60-55, fax. (+48) 41-340-60-80, kancelaria@mupkielce.praca.gov.pl, www.mupkielce.praca.gov.pl

	CWK	poprzez określenie celu zawodowego, rozwijanie umiejętności pozwalających przezwyciężyć bariery osobiste wzmocnienie poczucia bezpieczeństwa w poruszaniu się po rynku pracy.			
9.	Warsztat samopoznania Cz.I i II Porada grupowa CWK	Poznanie własnego potencjału zawodowego i osobistego, odkrywanie mocnych stron, określenie predyspozycji, umiejętności, zainteresowań zawodowych, wartości pod kątem preferowanego zatrudnienia. Sporządzenie bilansu kompetencji zawodowych.	29-30.04.2024 10:00-13:00	Anita Rupala Małgorzata Boksa	MUP Pokój 40 Tel. 41 340 60 20
MAJ					
1.	Kurs inspiracji Porada grupowa CWK	Wzbudzenie w uczestnikach motywacji do tego, by aktywniej podchodzili do swojej przyszłości zawodowej, uświadomienie uczestnikom ich możliwości działania, wzmocnienie poznania i zrozumienia samego siebie i otaczającego świata. Doświadczenia uczestników przetwarza się w kontekście psychologicznym i społecznym, uświadomienie uczestnikom konieczności wzięcia odpowiedzialności za siebie i swoje życie oraz znaczenia gotowości do zmian.	06-10.05.2024 09:00-12:00	Edyta Hińcza Przemysław Nowak	MUP Pokój 15 Tel. 41 340 60 15
2.	Własna firma- zrób to	Psychologiczne aspekty zakładania działalności gospodarczej, biznesplan, czyli zasady tworzenia	15.05.2024 10:00-12:00	WUP KIELCE	MUP Pokój 40



Miejski Urząd Pracy w Kielcach

ul. Szymanowskiego 6, 25-361 Kielce, tel. (+48) 41-340-60-55, fax. (+48) 41-340-60-80, kancelaria@mupkielce.praca.gov.pl, www.mupkielce.praca.gov.pl

	z głową Spotkanie informacyjne online	planu własnej działalności, wybór formy prawno-organizacyjnej przedsiębiorstwa, wybór formy opodatkowania z uwzględnieniem rodzaju firmy, składki na ubezpieczenie społeczne i zdrowotne, reglamentacja działalności gospodarczej, rejestracja jednoosobowej działalności gospodarczej – krok po kroku, możliwości pozyskania środków na rozpoczęcie działalności gospodarczej, instytucje zajmujące się problematyką przedsiębiorczości			Tel. 41 340 60 20
3.	Aktywizacja zawodowa poprzez formy wsparcia Informacja grupowa CWK	Przedstawienie i omówienie usług oraz instrumentów rynku pracy świadczonych przez Miejski Urząd Pracy w Kielcach osobom bezrobotnym i poszukującym pracy, przekazanie informacji na temat projektów unijnych realizowanych przez MUP jak również inne instytucje w Kielcach i powiecie kieleckim.	16.05.2024 09:00-12:00	Anna Sołtys Edyta Pawlik-Matla	MUP Pokój 41 Tel. 41 340 60 52
4.	Rozmowa kwalifikacyjna. Trudna sztuka prezentacji siebie Porada grupowa CWK	Uzupełnienie wiedzy w zakresie przygotowania do rozmowy kwalifikacyjnej, zasad autoprezentacji i skutecznej komunikacji podczas rozmowy z pracodawcą, uświadomienie najczęściej popełnianych błędów na rozmowie kwalifikacyjnej, wskazówki dotyczące odpowiedzi na pytania podczas rozmowy kwalifikacyjnej, zapoznanie z trudnymi pytaniami podczas rozmowy kwalifikacyjnej.	17.05.2024 09:00-12:00	Anna Sołtys Edyta Pawlik-Matla	MUP Pokój 41 Tel. 41 340 60 52
5.	Charakterystyka lokalnego rynku pracy-barometr	Zapoznanie z obecną sytuacją na lokalnym rynku pracy (zapotrzebowanie na dane kwalifikacje, umiejętności i uprawnienia zawodowe, oferty	21.05.2024 10:00-13:00	Anita Rupala Małgorzata Boksa	MUP Pokój 40 Tel. 41 340 60 20



	zawodów Informacja grupowa CWK	pracy, barometr zawodów), możliwości podniesienia/uzupełnienia i zmiany kwalifikacji zawodowych, usługi i instrumenty rynku pracy.			
6.	ABC poszukiwania pracy Porada grupowa CWK	Nabywanie umiejętności aktywnego poszukiwania pracy, uświadomienie barier i trudności w kontekście poszukiwania pracy, poznanie sposobów określania i realizacji celu zawodowego.	22.05.2024 10:00-13:00	Anita Rupala Małgorzata Boksa	MUP Pokój 40 Tel. 41 340 60 20
7.	Rozwijanie umiejętności niezbędnych w poszukiwaniu pracy, cz. I -Asertywność Porada grupowa CWK	Zajęcia skierowane do osób, które chcą poprawić skuteczność swojego zachowania w różnych sytuacjach interpersonalnych, w tym w procesie poszukiwania pracy. Zapoznanie uczestników z pojęciem zachowań asertywnych i skutków ich stosowania, nabycie umiejętności asertywnego zachowania się w różnych sytuacjach społecznych. Trening postawy asertywnej i autoanaliza własnej asertywności.	23.05.2024 10:00-13:00	Barbara Milik	MUP Pokój 16 Tel. 41 340 60 16
8.	Rozwijanie umiejętności niezbędnych w poszukiwaniu pracy, cz. II -Autoprezentacja Porada grupowa CWK	Poznanie zasad skutecznej autoprezentacji i świadomego kreowania własnego wizerunku w oczach pracodawcy. Znaczenie mowy ciała, budowania skutecznego przekazu i innych czynników sprzyjających efektywnej komunikacji. Poznanie technik umożliwiających poprawę własnego wizerunku i pracy nad poczuciem własnej wartości, uświadomienie znaczenia komunikacji werbalnej i niewerbalnej w relacjach międzyludzkich w tym w sytuacji rozmowy kwalifikacyjnej z pracodawcą.	24.05.2024 10:00-13:00	Barbara Milik	MUP Pokój 16 Tel. 41 340 60 16



CZERWIEC					
1.	Własna firma - jak skutecznie zrealizować swój pomysł Informacja grupowa CWK	Motywy podejmowania działalności gospodarczej, zalety i wady prowadzenia własnej firmy, formalno-prawne aspekty zakładania i prowadzenia jednoosobowej działalności gospodarczej w tym m.in. wybór formy prawno-organizacyjnej firmy, wybór formy opodatkowania, składki na ubezpieczenie społeczne i zdrowotne, rejestracja jednoosobowej działalności gospodarczej, działalność nierejestrowa, możliwości wsparcia Urzędu Pracy w przedmiocie ubiegania się o środki finansowe na rozpoczęcie własnej działalności gospodarczej, instytucje zajmujące się problematyką przedsiębiorczości. Spotkanie z udziałem przedstawicieli z US, ZUS, KPT oraz MUP Kielce.	07.06.2024 09:00-14:00	Barbara Milik	MUP Pokój 16 Tel. 41 340 60 16
2.	Szkolenie SZUKAM PRACY CWK 10.06 - 21.06.2024 MUP 24.06 - 28.06.2024	Nabycie przez uczestników umiejętności poszukiwania zatrudnienia. Tematyka zajęć obejmuje m.in.: analizę rynku pracy, określenie sylwetki zawodowej uczestnika poprzez określenie jego potencjału, bilans mocnych i słabych stron, przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej, poznanie zagadnień dotyczących	od 10.06.2024 do 21.06.2024 09.00 – 13.00	Anna Sołtys Edyta Pawlik-Matla	MUP Pokój 41 Tel. 41 340 60 52



		ryнку pracy i mechanizmów, które nim rządzą, poznanie technik i metod skutecznego poszukiwania pracy, przygotowanie dokumentów aplikacyjnych, wzmocnienie pewności siebie i motywacji do działania, rozwój umiejętności społecznych.			
3.	Własna firma- zrób to z głową Spotkanie informacyjne online	Psychologiczne aspekty zakładania działalności gospodarczej, biznesplan, czyli zasady tworzenia planu własnej działalności, wybór formy prawno-organizacyjnej przedsiębiorstwa, wybór formy opodatkowania z uwzględnieniem rodzaju firmy, składki na ubezpieczenie społeczne i zdrowotne, reglamentacja działalności gospodarczej, rejestracja jednoosobowej działalności gospodarczej – krok po kroku, możliwości pozyskania środków na rozpoczęcie działalności gospodarczej, instytucje zajmujące się problematyką przedsiębiorczości	18.06.2024 10:00-12:00	WUP KIELCE	MUP Pokój 40 Tel. 41 340 60 20
4.	Przygotowanie dokumentów aplikacyjnych osób ubiegających się o pracę Informacja grupowa CWK	Uzupełnienie wiedzy uczestników w zakresie samodzielnego sporządzania i redagowania życiorysu zawodowego i listu motywacyjnego (rodzaje dokumentów aplikacyjnych, formy CV, najczęściej popełniane błędy w dokumentach aplikacyjnych, struktura CV i LM), dokumenty aplikacyjne atrakcyjne na rynku pracy zgodne z oczekiwaniami pracodawców, wskazówki dotyczące zasad i sposobów aplikowania. (Informacja grupowa nie odbędzie się, termin anulowany)	25.06.2024 10:00-13:00	Anita Rupala Małgorzata Boksa	MUP Pokój 40 Tel. 41 340 60 20



5.	Rozmowa kwalifikacyjna – porady dla przygotowujących się do rozmowy Porada grupowa CWK	Nabywanie umiejętności autoprezentacji i skutecznej komunikacji podczas rozmowy z pracodawcą, uświadomienie najczęściej popełnianych błędów na rozmowie kwalifikacyjnej, zapoznanie z trudnymi pytaniami podczas rozmowy kwalifikacyjnej. (Porada grupowa nie odbędzie się, termin anulowany)	26.06.2024 10:00-13:00	Anita Rupala Małgorzata Boksa	MUP Pokój 40 Tel. 41 340 60 20
6.	Nie daj się wykluczyć - metody pokonywania barier w poszukiwaniu pracy Porada grupowa CWK	Rozwijanie umiejętności aktywnego i skutecznego poszukiwania pracy, podniesienie poziomu motywacji wewnętrznej do podejmowania samodzielnych działań na rynku pracy, wzmocnienie pozytywnej postawy wobec poszukiwania pracy, rozwijanie umiejętności pozwalających przezwyciężyć bariery osobiste, określenie własnego systemu wartości, wzmocnienie zdolności dostosowywania się do zmian na rynku pracy, zwiększenie szans na zatrudnienie.	27.06.2024 10:00-13:00	Barbara Milik	MUP Pokój 16 Tel. 41 340 60 16
7.	Nie daj się zaskoczyć - jak osiągnąć sukces na rozmowie kwalifikacyjnej Porada grupowa	Przygotowanie do rozmowy z pracodawcą, poznanie zasad prowadzenia rozmów kwalifikacyjnych, rozwijanie umiejętności autoprezentacji i skutecznej komunikacji w trakcie interview, przygotowanie do	28.06.2024 10:00-13:00	Barbara Milik	MUP Pokój 16 Tel. 41 340 60 16



Miejski Urząd Pracy w Kielcach

ul. Szymanowskiego 6, 25-361 Kielce, tel. (+48) 41-340-60-55, fax. (+48) 41-340-60-80, kancelaria@mupkielce.praca.gov.pl, www.mupkielce.praca.gov.pl

	CWK	prezentowania swoich możliwości, umiejętności, wiedzy. Trudne pytania pracodawców - jak na nie odpowiadać, formułowanie własnych pytań, nabycie umiejętności budowania zaufania pracodawcy.			
--	------------	---	--	--	--