



WYKAZ PORAD I INFORMACJI GRUPOWYCH PLANOWANYCH W III KWARTALE 2022

Lp.	Temat porady lub informacji grupowej	Cel	Termin	Prowadzący doradcy zawodowi	Przyjmowanie zgłoszeń
LIPIEC					
1.	Kompleksowe przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej cz. I i II Porada grupowa KPT	Zebranie i przedstawienie najważniejszych informacji o inter-view aby kompleksowo przygotować uczestników do rozmowy rekrutacyjnej. Interaktywne ćwiczenia dotyczące mowy ciała i komunikacji werbalnej. Omówienie odpowiedzi na najbardziej popularne pytania zadawane przez pracodawców podczas rozmowy, przykładowe scenki symulacyjne sprawdzające kreatywność i odporność na sytuacje stresowe podczas inter-view. Tworzenie pozytywnego wizerunku osoby zmotywowanej do pracy, zaangażowanej, zorientowanej na cel.	01-04.07.2022 10.00 – 13.00	Edyta Hińcza Przemysław Nowak	MUP Pokój 15 Tel. 41 340 60 15
2.	Aktywizacja zawodowa poprzez formy wsparcia oferowane przez MUP Informacja grupowa ONLINE	Prezentacja i omówienie usług oraz instrumentów rynku pracy świadczonych przez Miejski Urząd Pracy w Kielcach, przekazanie informacji na temat projektów unijnych realizowanych przez MUP oraz inne instytucje w Kielcach i powiecie kieleckim, zapoznanie z obecną sytuacją na lokalnym rynku pracy (zapotrzebowanie na dane kwalifikacje, umiejętności uprawniające do zawodu, oferty	07.07.2022 10.00 – 11.00	Barbara Milik Agnieszka Andrasik	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

		pracy, barometr zawodów).			
3.	Jak przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej Porada grupowa ONLINE	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.	08.07.2022 10.00 – 11.00	Barbara Milik Agnieszka Andrasik	MUP Pokój 16 Tel. 41 340 60 16
4.	Aktywizacja zawodowa poprzez formy wsparcia Informacja grupowa ONLINE	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	12.07.2022 10.00 – 11.00	Anna Sołtys Edyta Pawlik-Matla	MUP Pokój 41 Tel. 41 340 60 52
5.	Dokumenty aplikacyjne moją wizytówką Porada grupowa ONLINE	Uzupełnienie wiedzy uczestników na temat zasad sporządzania i redagowania profesjonalnego życiorysu zawodowego i listu motywacyjnego, omówienie roli dokumentów aplikacyjnych w procesie rekrutacji i selekcji przekazanie informacji niezbędnych do pozytywnego przedstawienia siebie w dokumentach aplikacyjnych.	13.07.2022 10.00 – 11.00	Anna Sołtys Edyta Pawlik-Matla	MUP Pokój 41 Tel. 41 340 60 52
6.	ABC poszukiwania pracy Porada grupowa ONLINE	Nabywanie umiejętności aktywnego poszukiwania pracy, uświadomienie barier i trudności w kontekście poszukiwania pracy, poznanie sposobów określania i realizacji celu	14.07.2022 10.00 – 11.00	Anita Rupala Małgorzata Boksa	MUP Pokój 40 Tel. 41 340 60 20



		zawodowego.			
7.	Przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej Porada grupowa ONLINE	Przygotowanie do spotkania z pracodawcą poznanie zasad prowadzenia rozmów kwalifikacyjnych, rozwijanie umiejętności autoprezentacji i skutecznej komunikacji w trakcie interview, przygotowanie uczestników do prezentowania swoich możliwości, umiejętności, wiedzy. Trudne pytania pracodawców - jak na nie odpowiadać, nabycie umiejętności budowania zaufania pracodawcy. Najczęściej popełniane błędy podczas rozmowy kwalifikacyjnej.	15.07.2022 10.00 – 11.00	Anita Rupala Małgorzata Boksa	MUP Pokój 40 Tel. 41 340 60 20
8.	Rozwijanie umiejętności niezbędnych w poszukiwaniu pracy – Asertywność Porada grupowa KPT	Kształtowanie postaw asertywnych w procesie poszukiwania pracy. Asertywne zachowania w sytuacjach trudnych (rozmowa kwalifikacyjna, przyjmowanie krytyki i komplementów, wyrażanie własnych poglądów i osądów). Uświadomienie konsekwencji konkretnych zachowań w komunikacji interpersonalnej.	14.07.2022 10.00 – 13.00	Barbara Milik Agnieszka Andrasik	MUP Pokój 16 Tel. 41 340 60 16
9.	Rozwijanie umiejętności niezbędnych w poszukiwaniu pracy – Autoprezentacja Porada grupowa KPT	Poszerzenie wiedzy z zakresu autoprezentacji. Nabycie umiejętności odpowiedniego budowania i efektywnego zarządzania swoim wizerunkiem w kontaktach zawodowych i prywatnych. Uświadomienie jak w dalszej perspektywie umiejętności te mogą ułatwić sprawne poruszanie się w sferze spraw zawodowych i osobistych. Doskonalenie umiejętności autoprezentacji i skutecznej komunikacji podczas rozmowy z pracodawcą.	15.07.2022 10.00 – 13.00	Barbara Milik Agnieszka Andrasik	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

10.	Trudne pytania pracodawców - jak na nie odpowiadać Porada grupowa ONLINE	Przygotowanie do inter-view – część werbalna czyli jak odpowiadać na pytania pracodawców aby być dobrym kandydatem do zatrudnienia – wskazówki.	20.07.2022 10.00 – 11.00	Edyta Hińcza Przemysława Nowak	MUP Pokój 15 Tel. 41 340 60 15
11.	Nie daj się wykluczyć. Metody pokonywania barier w poszukiwaniu pracy Porada grupowa KPT	Podniesienie poziomu motywacji wewnętrznej do aktywnego i skutecznego poszukiwania zatrudnienia, wzmocnienie pozytywnej postawy wobec poszukiwania pracy i oczekiwań z nią związanych, rozwijanie umiejętności pozwalających przezwyciężyć bariery osobiste, wzmocnienie poczucia bezpieczeństwa w poruszaniu się po rynku pracy	21.07.2022 10.00 – 13.00	Anna Sołtys Edyta Pawlik-Matla	MUP Pokój 41 Tel. 41 340 60 52
12.	Nie daj się zaskoczyć Jak osiągnąć sukces na rozmowie kwalifikacyjnej Porada grupowa KPT	Przygotowanie uczestników do rozmowy kwalifikacyjnej, uświadomienie uczestnikom jak ważny jest odpowiedni dobór pracownika do firmy, zapoznanie uczestników z przykładowymi pytaniami, które mogą paść na rozmowie kwalifikacyjnej, przekonanie uczestników o celowości zadawania pytań.	22.07.2022 10.00 – 13.00	Anna Sołtys Edyta Pawlik-Matla	MUP Pokój 41 Tel. 41 340 60 52
13.	Gra coachingowa Podróż bohatera cz. I i II Porada grupowa KPT	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.	28-29.07.2022 10.00 – 13.00	Przemysława Nowak Edyta Hińcza	MUP Pokój 15 Tel. 41 340 60 15



SIERPIEŃ

1.	Rynek pracy bez tajemnic- co warto wiedzieć Informacja grupowa ONLINE	Aktualna sytuacja na lokalnym rynku pracy, dane statystyczne, stopa bezrobocia na tle kraju, barometr zawodów - zawody deficytowe i nadwyżkowe, lokalni pracodawcy – ich potrzeby i oczekiwania, trendy na rynku pracy - opinie pracodawców, źródła informacji o wolnych miejscach pracy . Oferta MUP - możliwości skorzystania z wybranych usług i instrumentów rynku pracy. Metody i techniki poszukiwania pracy.	10.08.2022 10.00 – 11.00	Agnieszka Andrasik Barbara Milik	MUP Pokój 16 Tel. 41 340 60 16
2.	Dokumenty aplikacyjne – narzędzia kreowania wizerunku zawodowego Porada grupowa ONLINE	Przekazanie informacji na temat zasad sporządzania i redagowania profesjonalnego życiorysu zawodowego i listu motywacyjnego, dokumenty aplikacyjne atrakcyjne na rynku pracy zgodne z oczekiwaniami pracodawców, wskazówki dotyczące sposobów aplikowania.	11.08.2022 10.00 – 11.00	Barbara Milik Agnieszka Andrasik	MUP Pokój 16 Tel. 41 340 60 16
3.	Autoprezentacja - czyli jak zrobić dobre wrażenie na pracodawcy cz. I i II Porada grupowa KPT	Poszerzenie wiedzy z zakresu autoprezentacji. Nabycie umiejętności odpowiedniego budowania i efektywnego zarządzania swoim wizerunkiem w kontaktach zawodowych i prywatnych; odkrywanie mocnych stron uczestników. Doskonalenie umiejętności autoprezentacji i skutecznej komunikacji podczas rozmowy z pracodawcą. Przygotowanie do rozmowy z pracodawcą; udzielanie odpowiedzi na przykładowe pytania pracodawców; formułowanie własnych pytań.	10 -11.08.2022 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

4.	Blżej pracy - rozwijanie aktywnej postawy w poszukiwaniu zatrudnienia cz. I Porada grupowa KPT	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 poprzez określenie celu zawodowego, rozwijanie umiejętności pozwalających przezwyciężyć bariery osobiste wzmocnienie poczucia bezpieczeństwa w poruszaniu się po rynku pracy.	18.08.2022 10.00 – 13.00	Barbara Milik Agnieszka Andrasik	MUP Pokój 16 Tel. 41 340 60 16
5.	Blżej pracy – określanie zainteresowań i predyspozycji zawodowych cz. II Porada grupowa KPT	Wzbogacenie wiedzy o sobie, poznanie własnego potencjału, odkrywanie mocnych stron, określenie predyspozycji, zainteresowań zawodowych, wartości pod kątem preferowanego zatrudnienia. Uświadomienie konieczności zdobywania i doskonalenia rozmaitych, umiejętności podnoszących ich atrakcyjność na rynku pracy, dokonanie samooceny, określenie uniwersalnych umiejętności adaptacyjnych, określenie własnego systemu wartości	19.08.2022 10.00 – 13.00	Barbara Milik Agnieszka Andrasik	MUP Pokój 16 Tel. 41 340 60 16
6.	Usługi i instrumenty rynku pracy Informacja grupowa ONLINE	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).	30.08.2022 10.00 – 11.00	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

7.	ABC poszukiwania pracy Porada grupowa ONLINE	Nabywanie umiejętności aktywnego poszukiwania pracy, uświadomienie barier i trudności w kontekście poszukiwania pracy, poznanie sposobów określania i realizacji celu zawodowego.	31.08.2022 10.00 – 11.00	Anna Sołtys Edyta Pawlik-Matla	MUP Pokój 41 Tel. 41 340 60 52
WRZESIEŃ					
1.	Co muszę wiedzieć aby skuteczniej radzić sobie na rynku pracy Informacja grupowa ONLINE	Przekazanie informacji o sytuacji na rynku pracy w Kielcach i w woj. świętokrzyskim, dane statystyczne - stopa bezrobocia na tle kraju, barometr zawodów - zawody deficytowe i nadwyżkowe, lokalni pracodawcy - ranking, potrzeby i oczekiwania, trendy na rynku pracy - opinie pracodawców i poszukujących zatrudnienia, aktualna oferta MUP, metody i techniki aktywnego poszukiwania zatrudnienia.	07.09.2022 10.00 – 11.00	Barbara Milik Agnieszka Andrasik	MUP Pokój 16 Tel. 41 340 60 16
2.	Trudne pytania, łatwe odpowiedzi- przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej Porada grupowa ONLINE	Uzupełnienie wiedzy w zakresie przygotowania do rozmowy kwalifikacyjnej, poznanie zasad prowadzenia rozmów kwalifikacyjnych, rozwijanie umiejętności autoprezentacji i skutecznej komunikacji w trakcie interview, przygotowanie uczestników do prezentowania swoich możliwości, umiejętności, wiedzy. Trudne pytania pracodawców - jak na nie odpowiadać, nabycie umiejętności budowania zaufania pracodawcy. Najczęściej popełniane błędy podczas rozmowy kwalifikacyjnej.	08.09.2022 10.00 – 11.00	Barbara Milik Agnieszka Andrasik	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

3.	Efektywność osobista i zarządzanie sobą w czasie cz. I i II Porada grupowa KPT	Przygotowanie uczestników do samodzielnego wyznaczania celów i priorytetów oraz takiej organizacji własnej pracy, by zadania były wykonywane na czas i z uzyskaniem zakładanej jakości ich realizacji. Zarządzanie sobą jako umiejętność skupienia się na zadaniach z zachowaniem terminowości ich realizacji, Dobra organizacja pracy i motywacja do działania jako jedna z najbardziej pożądaných kompetencji we współczesnych firmach.	08-09.09.2022 10.00 – 13.00	Edyta Hińcza Przemysław Nowak	MUP Pokój 15 Tel. 41 340 60 15
4.	Pierwsze kroki na rynku pracy cz. I i II Porada grupowa KPT	Zapoznanie z aktualną sytuacją na rynku pracy (zapotrzebowanie na dane kwalifikacje, umiejętności i uprawnienia zawodowe, oferty pracy, barometr zawodów). Przedstawienie i omówienie praw i obowiązków pracownika, rodzaje umów o pracę, ubezpieczenia społeczne, prawo do urlopu, wynagrodzenie. Przygotowanie profesjonalnych dokumentów aplikacyjnych (CV, list motywacyjny).	13 -14.09.2022 10.00 – 13.00	Anita Rupala Małgorzata Boksa	MUP Pokój 40 Tel. 41 340 60 20
5.	Rynek pracy i źródła informacji istotne dla realizacji celów zawodowych Informacja grupowa KPT	Zmiana sposobu myślenia uczestników na temat rynku pracy – poznanie zasad nim rządzących i tendencji zmian, usystematyzowanie wiedzy na temat źródeł informacji o miejscach pracy, wymagań pracodawców, określenie zawodów deficytowych, nadwyżkowych, uzupełnienie wiedzy uczestników dotyczącej możliwości skorzystania z wybranych usług i instrumentów rynku pracy.	15.09.2022 10.00 – 13.00	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.	Przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej Porada grupowa KPT	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.	16.09.2022 10.00 – 13.00	Anna Sołtys Edyta Pawlik-Matla	MUP Pokój 41 Tel. 41 340 60 52
7.	Sprawdź swoje zainteresowania i preferencje zawodowe – KZZ Porada grupowa ONLINE	Określenie swojego indywidualnego profilu zainteresowań zawodowych, na który składa się 11 skal zainteresowań: artystyczna, badawcza, handlowa, komunikacyjna, konwencjonalna, mechaniczna, opiekuńcza, perswazyjna, przedsiębiorcza, realistyczna, społeczna i dwie skale kontrolne (skala aprobaty społecznej i skala reagowania na niepewność), wzmocnienie samoświadomości w znacznym stopniu ułatwi uczestnikom podejmowanie adekwatnych, optymalnych decyzji edukacyjnych i zawodowych, wykorzystanie standaryzowanego testu (KZZ).	21.09.2022 10.00 – 11.00	Przemysława Nowak Edyta Hińcza	MUP Pokój 15 Tel. 41 340 60 15
8.	Sprawdź swoje kompetencje zawodowe – NBK Porada grupowa ONLINE	Poznanie posiadanych kompetencji pod kątem zawodowym i uzupełnienie wiedzy o tym jak je doskonalić, wykorzystanie standaryzowanego narzędzia testowego do badania kompetencji (NBK).	22.09.2022 10.00 – 11.00	Przemysława Nowak Edyta Hińcza	MUP Pokój 15 Tel. 41 340 60 15



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

9.	Odkryj swój potencjał - umiejętności zdolności, wartości cenione w pracy cz. I Porada grupowa KPT	Poznanie własnego potencjału, odkrywanie mocnych i słabych stron, określenie predyspozycji, umiejętności, zainteresowań zawodowych, wartości pod kątem preferowanego zatrudnienia. Rozwijanie samoświadomości, sprecyzowanie w jakich obszarach zawodowych osoba mogłaby efektywnie funkcjonować i rozwijać się zawodowo. Wzmocnienie poczucia własnej wartości. Sporządzenie bilansu kompetencji zawodowych.	22.09.2022 10.00 – 13.00	Barbara Milik Agnieszka Andrasik	MUP Pokój 16 Tel. 41 340 60 16
10.	Odkryj swój potencjał - zainteresowania i predyspozycje zawodowe cz. II Porada grupowa KPT	Poznanie własnego potencjału, odkrywanie mocnych i słabych stron, określenie predyspozycji, umiejętności, zainteresowań zawodowych, wartości pod kątem preferowanego zatrudnienia. Rozwijanie samoświadomości, sprecyzowanie w jakich obszarach zawodowych osoba mogłaby efektywnie funkcjonować i rozwijać się zawodowo. Wzmocnienie poczucia własnej wartości. Sporządzenie bilansu kompetencji zawodowych.	23.09.2022 10.00 – 13.00	Barbara Milik Agnieszka Andrasik	MUP Pokój 16 Tel. 41 340 60 16
11.	Usługi i instrumenty ryнку pracy Informacja grupowa ONLINE	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.	26.09.2022 10.00 – 11.00	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

12.	Moja wizytówka zawodowa - dokumenty aplikacyjne Porada grupowa ONLINE	Uzupełnienie wiedzy uczestników na temat zasad sporządzania i redagowania profesjonalnego życiorysu zawodowego i listu motywacyjnego, omówienie roli dokumentów aplikacyjnych w procesie rekrutacji i selekcji przekazanie informacji niezbędnych do pozytywnego przedstawienia siebie w dokumentach aplikacyjnych.	27.09.2022 10.00 – 11.00	Anita Rupala Małgorzata Boksa	MUP Pokój 40 Tel. 41 340 60 20
13.	Formy wsparcia w zakresie usług i instrumentów rynku pracy Informacja grupowa ONLINE	Prezentowanie i omówienie usług oraz instrumentów rynku pracy świadczonych przez Miejski Urząd Pracy w Kielcach, przekazanie informacji na temat projektów unijnych realizowanych przez MUP oraz inne instytucje w Kielcach i powiecie kieleckim, zapoznanie z obecną sytuacją na lokalnym rynku pracy.	28.09.2022 10.00 – 11.00	Anna Sołtys Edyta Pawlik-Matla	MUP Pokój 41 Tel. 41 340 60 52
14.	Profesjonalne dokumenty aplikacyjne Porada grupowa ONLINE	Uzupełnienie wiedzy uczestników na temat zasad sporządzania i redagowania profesjonalnego życiorysu zawodowego i listu motywacyjnego Uzupełnienie wiedzy uczestników dotyczącej sposobów aplikowania.	29.09.2022 10.00 – 11.00	Anna Sołtys Edyta Pawlik-Matla	MUP Pokój 41 Tel. 41 340 60 52