

HARMONOGRAM OGÓLNOPOLSKIEGO TYGODNIA KARIERY „SIŁA RELACJI W ERZE SAMOTNOŚCI” 20 do 26 października 2025 r.



LP	Data	Godzina rozpoczęcia	Organizator/ kontakt	Miejscowość	Wydarzenie	Miejsce wydarzenia	Krótki opis
1.	20.10	10:00	Urząd Pracy Powiatu Krakowskiego, ul. Wesoła 48, 32-085 Szyce, 12 623 03 55 wew. 75, filia_krakow@uppk.pl	Kraków	Grupowe poradnictwo zawodowe – „Stres - Jak sobie z nim radzić?”	Filia Kraków Urzędu Pracy Powiatu Krakowskiego, Prądnicka 12, 30-002 Kraków, Pietro 4	Prezentacja warunków stresu oraz sposobów radzenia sobie z nim. Zajęcia skierowane do wszystkich zainteresowanych.
2.	20.10	10:00	Urząd Pracy Powiatu Krakowskiego, ul. Wesoła 48, 32-085 Szyce, 12 282 20 51, filia_krzeszowice@uppk.pl	Krzeszowice	Warsztaty – „Jak dobrze się komunikować”	Filia Krzeszowice Urzędu Pracy Powiatu Krakowskiego, Kolejowa 1, 32-065 Krzeszowice	Wydarzenie skierowane do wszystkich, którzy zainteresowani są lepszą komunikacją w domu, w pracy, w życiu. Dzięki warsztatowi można się dowiedzieć jak pogłębić bliskość, jak rozwiązywać problemy, jak rozumieć innych i być przez innych zrozumianym.
3.	21.10	10:00	Urząd Pracy Powiatu Krakowskiego, ul. Wesoła 48, 32-085 Szyce, 12 623 03 55 wew. 75, filia_krakow@uppk.pl	Kraków	Grupowe informacja zawodowa – „Kompendium rynku pracy”	Filia Kraków Urzędu Pracy Powiatu Krakowskiego, Prądnicka 12, 30-002 Kraków, Pietro 4	Informacja o formach wsparcia oraz projektach realizowanych przez UPPK oraz zapoznanie uczestników z aktualną sytuacją na rynku pracy. Zajęcia skierowane do osób bezrobotnych i poszukujących pracy

LP	Data	Godzina rozpoczęcia	Organizator/ kontakt	Miejscowość	Wydarzenie	Miejsce wydarzenia	Krótki opis
4.	21.10	10:00	Urząd Pracy Powiatu Krakowskiego, ul. Wesoła 48, 32-085 Szyce, 12 416 74 03, krkrpow@uppk.pl	Szyce	Grupowe poradnictwo zawodowe – „Dokumenty aplikacyjne twoją wizytówką”	Urząd Pracy Powiatu Krakowskiego, ul. Wesoła 48, 32-085 Szyce, piętro 2	Poznanie zasad sporządzania efektywnych dokumentów aplikacyjnych. Redagowanie CV, listu motywacyjnego. Analiza najczęściej popełnianych błędów w CV. Analiza CV pod kątem ATS oraz skutecznego użycia słów kluczowych. Tworzenie podsumowania w CV.
5.	21.10	10:00	Urząd Pracy Powiatu Krakowskiego, ul. Wesoła 48, 32-085 Szyce, 12 388 23 98, filia_slomniki@uppk.pl	Słomniki	Grupowe poradnictwo zawodowe – „Relacje we współczesnym świecie”	Filia Słomniki Urzędu Pracy Powiatu Krakowskiego, Kościuszki 64, 32-090 Słomniki	Grupa docelowa – osoby poniżej 30 roku życia (stojących przed wyborem ścieżki zawodowej i rozpoczynających karierę i chcących świadomie kształtować swoje otoczenie) oraz dla wszystkich, którzy chcą lepiej zrozumieć rolę relacji w świecie cyfrowym i zawodowym Co można zyskać: - Świadomość, jak relacje wpływają na rozwój osobisty i zawodowy, - Inspirację do budowania własnej sieci wsparcia, - Praktyczne wskazówki, jak rozwijać empatię komunikację i współpracę, Motywację, by świadomie inwestować w ludzi, a nie tylko w technologie.

LP	Data	Godzina rozpoczęcia	Organizator/ kontakt	Miejscowość	Wydarzenie	Miejsce wydarzenia	Krótki opis
6.	22.10	10:00	Urząd Pracy Powiatu Krakowskiego, ul. Wesoła 48, 32-085 Szyce, 12 388 23 98, filia_slomniki@uppk.pl	Słomniki	Grupowe poradnictwo zawodowe – „Żyj z sensem”	Filia Słomniki Urzędu Pracy Powiatu Krakowskiego, Kościuszki 64, 32-090 Słomniki	Grupa docelowa -30 Celem spotkania jest wsparcie uczestników w odkrywaniu osobistego sensu życia, identyfikacji wartości oraz wyznaczeniu pierwszych działań, które pozwolą im żyć w zgodzie z tym sensem.
7.	22.10	10:00	Urząd Pracy Powiatu Krakowskiego, ul. Wesoła 48, 32-085 Szyce, 12 623 03 55 wew. 75, filia_krakow@uppk.pl	Kraków	Grupowe informacja zawodowa – „W świecie zawodów z wykorzystaniem gogli VR”	Punkt Ekspres Praca Kraków, Bosacka 18/lokal -1K-011, 31-505 Kraków, Poziom -1	Dostarczenie praktycznej wiedzy o możliwościach pracy w konkretnym zawodzie. Interaktywny przegląd zawodów dzięki goglom VR, specjalnym kontrolerom i aplikacji ukazującej zawody w wirtualnej przestrzeni. Zajęcia skierowane do wszystkich zainteresowanych.
8.	23.10	10:00	Urząd Pracy Powiatu Krakowskiego, ul. Wesoła 48, 32-085 Szyce, 12 276 16 93, filia_skawina@uppk.pl	Skawina	Warsztaty grupowe w ramach poradnictwa grupowego – „W relacjach siła-jak sieć kontaktów zapewnia nam rozwój osobisty i zawodowy”	Filia Skawina Urzędu Pracy Powiatu Krakowskiego, Ogrody 17, 32-050 Skawina	Warsztaty skierowane do osób bezrobotnych zainteresowanych taką tematyką ze szczególnym uwzględnieniem osób z brakiem motywacji do podjęcia aktywności zawodowej, wykazujące frustrację związaną z sytuacją osobistą oraz panującą na rynku pracy. Cel: wzmocnienie motywacji do podjęcia aktywności zawodowej i społecznej, zachęcenie do budowania sieci kontaktów.