

Marzec na Obcasach

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Gdańsku
serdecznie zaprasza wszystkie Panie do udziału w przedsięwzięciu „Marzec na obcasach”
podczas, którego odbędzie się szereg atrakcyjnych i bezpłatnych warsztatów, spotkań oraz dyskusji z ekspertami.

Kalendarium wydarzeń:

Tydzień pierwszy „Umysł, dusza, ciało – każda kobieta to cud”

➤ 4 marca godz. 10.00 – 13.00

Warsztaty „Poznaj jaka naprawdę jesteś! Odkryj swoje talenty”.

Prowadząca: Małgorzata Prawdzik - certyfikowany coach, trener biznesu i konsultant HR.

➤ 5 marca godz. 10.00 – 13.00

Warsztaty „Jak zachować równowagę i zadbać o siebie”.

Prowadząca: Anna Szeniman – Łysak – psycholog.

(Fundacja Oparcia Społecznego Aleksandry w Gdańsku)

➤ 6 marca godz. 10.00 – 13.00

Warsztaty „Dokąd zmierzam, czyli co jest dla mnie najważniejsze. Wyznaczanie celów, spełnianie marzeń”.

Prowadząca: Grażyna Knitter - trener, mediator, coach. Założycielka firmy „Szkolenia Biurobiznes” w Gdańsku.

➤ 7 marca godz. 14.00 – 15.00

Wykład „Jak możemy radzić sobie ze stresem i codziennymi trudnościami”.

Prowadząca: Ewa Kochanowska - certyfikowany nauczyciel Metody Redukcji Stresu Opartej na Uważności – Mindfulness-Based Stress Reduction MBSR.

Pomysłodawczyni projektu i założycielka Kliniki Stresu w Sopocie.

Tydzień drugi „Kobieta jest z Wenus – rzecz o wizerunku”

➤ 13 marca godz. 9.30 – 14.00

„Kobiety PR w poszukiwaniu zatrudnienia”.

Spotkanie „Wizerunek osobisty w poszukiwaniu pracy”

Prowadzący: Bartłomiej Szymaniak – socjolog, trener, specjalista d/s public relations i budowy marki

Spotkanie „Moje dokumenty aplikacyjne moją wizytówką”.

Prowadzący: Krzysztof Świątalski, Iwona Piotrowska – doradcy zawodowi. (Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej WUP w Gdańsku)

➤ 14 marca godz. 10.00 – 14.30

Warsztaty „Co w szafie piszczy?”.

Prowadząca: Katarzyna Ambroziak, stylistka, wizażystka, projektantka.

Założycielka Atelier Stylu i Wizażu Haute Couture „Ambris” w Gdyni.

Spotkanie „Autoprezentacja w kobiecym wydaniu”.

Prowadząca: Dominika Kotuła – HR Manager.

Tydzień trzeci „Być kobietą przedsiębiorczą”

➤ 18-20 marca godz. 9.00 – 14.00

Warsztaty „Sama sobie szefem. Jak zaplanować, założyć i prowadzić własną firmę?”.

Prowadzący: Anna Strzelecka, Krzysztof Świątalski – doradcy zawodowi.

(Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej WUP w Gdańsku)

Goście specjalni:

Katarzyna Glanc - doradca biznesowy Agencji Rozwoju Pomorza S.A.

Marzena Demczuk – prezes firmy Inseven.

Tydzień czwarty „Kobieta i prawo”

➤ 26 marca – godz. 9.00 – 11.30

„Umowy związane z pracą”

Prowadząca: Joanna Sadowska – radca prawny

(Kancelaria Radcy Prawnego Joanna Sadowska)

➤ 27 marca spotkania z przedstawicielami:

godz. 10.00 – 11.15 Okręgowej Inspekcji Pracy w Gdańsku

godz. 11.30 – 12.45 Zakładu Ubezpieczeń Społecznych w Gdańsku

godz. 13.00 – 14.15 Funduszu Gwarantowanych Świadczeń Pracowniczych WUP w Gdańsku.

Wydarzeniu będzie towarzyszyć wystawa prac artystki Pani Donaty Szakiewicz.

Wszystkie zajęcia odbywać się będą w Wojewódzkim Urzędzie Pracy w Gdańsku, ul. Podwale Przedmiejskie 30, sala 16 (parter)
Zapisów na poszczególne warsztaty i spotkania można dokonywać telefonicznie pod n-umerem telefonu: 58 326 18 19 bądź osobiście
w siedzibie Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej (adres jak wyżej)

Uczestnictwo w warsztatach i spotkaniach jest bezpłatne.
Liczba miejsc jest ograniczona, decyduje kolejność zgłoszeń.



WOJEWÓDZKI URZĄD PRACY W GDAŃSKU
Partner w rozwoju. WUP. Pomorze



JEDNOSTKA SAMORZĄDU
WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO