Na Začátku
práce pro mladé

poradenské centrum pro profesní uplatnění absolventů

nabízí v lednu a v únoru následující bezplatné kurzy:

Nebojte se výběrového řízení

30.1. – 31.1. 9,00 – 15,30

V malé skupině se připravíme na výběrové řízení, s důrazem na životopis a přijímací rozhovor. Vyzkoušíme si přijímací rozhovor nanečisto. Naučíme Vás najít a prezentovat Vaše silné stránky a vnímat výběrové řízení jako výzvu a příležitost.

Prevence stresu a jeho zvládání

7.2. – 8.2. 9,30 – 16,00

Každý ho známe - stres. Ze zkoušek, z veřejného vystoupení, z Vánoc, které klepou na dveře... a málokdy ho vnímáme jako něco pozitivního, co nám kupříkladu může pomoci podat lepší výkon, uvědomit si své priority atp. Na kurzu se budeme zamýšlet i nad těmito pozitivními aspekty stresu a hledat způsoby, jak těm negativním předcházet a účinně se s nimi vypořádávat.

Sebepoznání pomocí arteterapie

11.2. – 12.2. 10,00 – 16,00

Kurz Vám nabídne neobvyklý pohled na sebe sama. Jako hlavního prostředku sebepoznání využijeme výtvarného projevu. Kurz Vám umožní nové pohledy na vlastní život v procesu tvorby výtvarných objektů. V malé skupině budete mít možnost ochutnat techniky arteterapie. K účasti nejsou třeba žádné předchozí výtvarné zkušenosti!

Rezervujte si místo v kurzu na následujících kontaktech:

Na Začátku
práce pro mladé

poradenské centrum
pro profesní uplatnění absolventů
Staromlýnská 577/4, 190 00 Praha 9
tel: 246 024 916, mobil: 739 410 770
e-mail: nazacatku@op-praha.cz
www.nazacatku.cz
návštěvní doba: Po-Čt 9-17, Pá 9-15

Kurzy jsou určeny mladým lidem do 30 let.

Projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.