

POWIATOWE URZĘDY PRACY
W WOJEWÓDZTWIE PODLASKIM

OGÓLNOPOLSKI
TYDZIEŃ KARIERY
2024

PASJA MOTYWACJA ODWAGA

14 - 20
PAŹDZIERNIKA 2024

#OTK2024SDSIZRP



stowarzyszenie
DORADCÓW SZKOLNYCH I ZAWODOWYCH RP

OGÓLNOPOLSKI
TYDZIEŃ
KARIERY
OTK

**POWIATOWY URZĄD PRACY
W AUGUSTOWIE
UL. MICKIEWICZA 2 TEL. 87 644 4900**

**08.10.2024
9.00-14.00** **Praca w służbach mundurowych - spotkanie informacyjne z przedstawicielami Wojskowego Centrum Uzupełnień, z przedstawicielami Wojsk Obrony Terytorialnej oraz Komendy Powiatowej Policji w Augustowie**

spotkanie dostępne dla wszystkich osób zainteresowanych

**15.10.2024
10.00** **Spotkanie dla uczniów Szkoły Podstawowej nr 2 im. Z. Augusta w Augustowie - informacja dotycząca działalności i form wsparcia ze strony urzędu**

grupa umówiona

**16-18.10.2024
9.00-14.00** **Indywidualne konsultacje u Doradcy Zawodowego - możliwość wykonania badania kompetencji zawodowych**

wcześniejszy kontakt telefoniczny 87 644 49 11

POWIATOWY URZĄD PRACY
W BIAŁYMSTOKU
UL. POGODNA 63/1 TEL. 85 7473857

- 14-18.10.2024
8.00-14.00
**Konsultacje indywidualne z doradcą
zawodowym w zakresie poruszania się
po rynku pracy**
kontakt osobisty
- 14-18.10.2024
8.00-14.00
**Badanie predyspozycji zawodowych osób
bezrobotnych**
wcześniejszy kontakt telefoniczny 857473830
- 14.10.2024
13.00-15.00
**Spotkanie informacyjne dla osób bezrobotnych
„Bezpieczne wyjazdy do pracy za granicą.
Usługi Sieci EURES”**
grupa zamknięta
- 15.10.2024
9.00-13.00
**Warsztaty dla osób bezrobotnych
„Asertywność bez tajemnic”**
grupa zamknięta
- 18.10.2024
10.00-12.00
**Spotkanie doradców zawodowych
Powiatowego Urzędu Pracy w Białymstoku
z pracownikami Poradni Psychologiczno -
Pedagogicznej w Łapach**

POWIATOWY URZĄD PRACY
W BIAŁYMSTOKU FILIA W ŁAPACH
UL. BOH. WESTERPLATTE 8A
TEL. 85 7157910

- 14-18.10.2024
8.00-15.00
Indywidualne konsultacje z doradcą klienta
Pokój nr 5, 6, 7
Forma zgłoszenia: osobiście
- 15.10.2024
10.00
Giełda pracy na stanowisko kierowca autobusu
Sala informacji zawodowej nr 10
Forma zgłoszenia: osobiście
- 16.10.2024
10.00-12.00
Dyżur doradcy klienta w Urzędzie Miejskim w Suraziu – spotkanie informacyjne z mieszkańcami miasta i gminy Suraz
Sala konferencyjna Urzędu Miejskiego w Suraziu
Forma zgłoszenia: osobiście
- 18.10.2024
13.00-15.00
Grupowa informacja zawodowa nt. „Bądź skuteczny na rynku pracy. Stwórz profesjonalne dokumenty aplikacyjne oraz silną markę osobistą”
Sala informacji zawodowej nr 10
Forma zgłoszenia: osobiście

POWIATOWY URZĄD PRACY
W BIELSKU PODLASKIM
UL. 3 MAJA 17 TEL. 85 833 27 11

-
- | | |
|---------------------------|---|
| 14.10.2024
10.00-14.00 | <p>Grupowa porada zawodowa
Pasja Motywacja Odwaga. Poznaj siebie.
(sala 301)</p> <p>forma zgłoszenia: telefonicznie 85 833 27 12 lub osobiście pokój 303 (zgłoszenia przyjmowane do 13.10.2024)</p> |
| 15.10.2024
8.30-15.00 | <p>Indywidualne spotkania z klientami PUP
na temat bezpiecznych wyjazdów za granicę oraz sieci EURES. (sala 305)</p> <p>nie wymaga wcześniejszego zgłoszenia, możliwa forma kontaktu osobistego lub telefonicznego 85 833 27 17</p> |
| 16.10.2024
9.00-12.00 | <p>Grupowa informacja zawodowa Pasja-Motywacja-Odwaga w projektowaniu działalności gospodarczej ze środków urzędu pracy. (sala 301)</p> <p>forma zgłoszenia: telefonicznie 85 833 27 11 lub osobiście pokój 303 (zgłoszenia przyjmowane do 15.10.2024)</p> |
| 16.10.2024
12.40-14.40 | <p>Spotkanie z młodzieżą szkolną
na temat zawodów przyszłości.</p> <p>spotkanie dla uczniów I LO w Bielsku Podlaskim</p> |
| 17.10.2024
8.00-8.45 | <p>Spotkanie z młodzieżą szkolną na temat wsparcia ze strony urzędu pracy w rozwoju pasji i kariery zawodowej.</p> <p>spotkanie dla uczniów I LO w Bielsku Podlaskim</p> |
| 17.10.2024
8.30-15.00 | <p>Indywidualne spotkania z klientami PUP na temat możliwości szkolenia i kształcenia przy wsparciu ze strony PUP. (sala 309)</p> <p>nie wymaga wcześniejszego zgłoszenia, możliwa forma kontaktu osobistego lub telefonicznego 85 833 27 29</p> |
| 18.10.2024
12.30-13.15 | <p>Spotkanie z młodzieżą szkolną na temat wsparcia ze strony urzędu pracy w rozwoju pasji i kariery zawodowej.</p> <p>spotkanie dla uczniów I LO w Bielsku Podlaskim</p> |

14.10.2024
8.00-12.00

Konsultacje indywidualne z doradcami zawodowymi - propagowanie świadomego wyboru ścieżki kariery

Forma zgłoszenia: do doradcy zawodowego (kontakt poniżej)

15.10.2024
8.00-12.00

Warsztaty – „Nie bój się, bądź asertywny, powiedz NIE”

Forma zgłoszenia: do doradcy zawodowego (kontakt poniżej)

16.10.2024
8.00-12.00

Indywidualne badania predyspozycji zawodowych z wykorzystaniem testów: KZZ, Typy osobowości zawodowych (J.L. Holland)

Forma zgłoszenia: do doradcy zawodowego (kontakt poniżej)

17.10.2024
8.00-12.00

Warsztaty informacyjne dla osób nowo rejestrujących się w PUP Grajewo na temat:
- rynku pracy
- podejmowania decyzji zawodowych
- usług urzędów pracy.

Zapisy: w ramach bieżących wizyt osób nowo zarejestrowanych

18.10.2024
8.00-12.00

Konsultacje indywidualne z doradcami zawodowymi: „Motywacja – jak się zmotywować do dalszego poszukiwania pracy”.

Forma zgłoszenia: do doradcy zawodowego (kontakt poniżej), nie ma konieczności zapisów

Doradcy zawodowi:

Joanna Żbikowska, pok. nr 17, (86) 261 30 38,

joanna.zbikowska@grajewo.praca.gov.pl

Anna Zielińska, pok. nr 6, (86) 261 30 21

anna.zielinska@pupgrajewo.pl

Alicja Żukowska, pok. nr 6, (86) 261 30 41

alicja.zukowska@pupgrajewo.pl

- 14-18.10.2024
9.00-13.00
Konsultacje indywidualne z doradcą zawodowym (diagnozowanie predyspozycji zawodowych) pomoc w obieraniu indywidualnej ścieżki kariery
pokój nr 3
forma zgłoszenia: telefonicznie 85 6829617
- 14.10.2024
10.00-12.00
"Lokalny rynek pracy" - kariera w służbach mundurowych WCR Bielsk Podlaski
pokój nr 13
forma zgłoszenia: telefonicznie 85 6829617
- 15-16.10.2024
8.30-10.30
„Z pasją w zawodową przyszłość”- dzień otwarty skierowany do uczniów szkół podstawowych
pokój nr 13
forma zgłoszenia: telefonicznie 85 6829617
- 17.10.2024
9.00-13.00
Dzień otwarty – konsultacje indywidualne „Rynek pracy – Pomoc dla obywateli Ukrainy”
pokój nr 3
forma zgłoszenia: telefonicznie 85 6829621
- 17.10.2024
9.00-13.00
Dzień otwarty EURES – konsultacje indywidualne dot. pracy w państwach UE/EFTA
pokój nr 3
forma zgłoszenia: telefonicznie 85 6829625
- 18.10.2024
9.00-13.00
Dzień otwarty – konsultacje indywidualne dot. zatrudniania cudzoziemców z państw trzecich
pokój nr 3
forma zgłoszenia: telefonicznie 85 6829621
- 18.10.2024
10.00-13.00
„Samodzielność w poszukiwaniu pracy” - procedury rekrutacyjne do służby w Policji
pokój nr 13
forma zgłoszenia: telefonicznie 85 6829617

POWIATOWY URZĄD PRACY
W KOLNIE
UL. WOJSKA POLSKIEGO 46
TEL. 86 278 95 10

15.10.2024
10.00-11.30

**Spotkanie informacyjne "Formy wsparcia
oferowane przez PUP w Kolnie"**

Zgłoszenia telefoniczne pod nr tel. 86 278 95 37

15.10.2024
11.00-12.30

**Spotkanie informacyjne EURES
(w ramach obchodów 30-lecia sieci EURES)**

Zgłoszenia telefoniczne pod nr tel. 86 278 95 37

18.10.2024
9.00-13.00

**Konsultacje indywidualne z doradcą
zawodowym**

Zgłoszenia telefoniczne pod nr tel. 86 278 95 37

P O W I A T O W Y U R Z Ą D P R A C Y
W Ł O M Ż Y
U L . N O W O G R O D Z K A I T E L . 8 6 2 1 5 8 0 1 0

- 14.10.2024** **Grupowa informacja zawodowa: „Urząd Pracy bez tajemnic- usługi i instrumenty rynku pracy”**
10.00-12.00
pokój nr 107, forma zgłoszenia: osobiście, e-mail, zaproszenie
katarzyna.swiecka@lomza.praca.gov.pl telefon: 86 215-80-36
- 15.10.2024** **Grupowa informacja zawodowa dla młodzieży Szkoły Katolickiej im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Łomży - Liceum:**
8.45-9.45 **„Urząd Pracy bez tajemnic- usługi i instrumenty rynku pracy”**
- 16.10.2024** **Grupowa informacja zawodowa dla młodzieży II Liceum**
9.40-11.40 **Ogólnokształcącego im. Marii Konopnickiej w Łomży: „Właściwy wybór zawodu - kluczem do sukcesu. Pasja-motywacja-odwaga”**
- 16.10.2024** **Grupowa informacja zawodowa dla młodzieży I Liceum**
14.20-15.20 **Ogólnokształcącego im. Tadeusza Kościuszki w Łomży: „Właściwy wybór zawodu - kluczem do sukcesu. Pasja-motywacja-odwaga”**
- 16.10.2024** **Spotkanie informacyjne EURES —„Pasja – Motywacja – Odwaga”**
10.15-14.00 **– informacja o sposobach poszukiwania pracy za granicą, szansach na rozwój, obowiązujących dokumentach dot. wyjazdu i powrotu z zagranicy.**
pokój nr 107, forma zgłoszenia: osobiście, e-mail, zaproszenie
ofertypracy@lomza.praca.gov.pl telefon: 86 215-80-15
- 17.10.2024** **Grupowa informacja zawodowa dla młodzieży Zespołu Szkół**
8.00-10.00 **Mechanicznych i Ogólnokształcących nr 5 w Łomży:**
„Urząd Pracy bez tajemnic- usługi i instrumenty rynku pracy”
- 17.10.2024** **Dzień doradczy EURES - „Pasja - Motywacja - Odwaga”**
9.30-14.00 **pracodawcy/przedsiębiorcy**
Informacje nt. usług EURES dedykowanych pracodawcom, w tym: możliwość rekrutacji pracowników z krajów UE/EFTA, publikacja ofert na portalu EURES, aktualne wydarzenia rekrutacyjne organizowane przez sieć EURES
pokój nr 106, forma zgłoszenia: osobiście, e-mail, zaproszenie
ofertypracy@lomza.praca.gov.pl telefon: 86 215-80-15
- 18.10.2024** **Dzień doradczy EURES – „Pasja – Motywacja – Odwaga”**
10.00-14.00 **osoby bezrobotne i poszukujące pracy - konsultacje indywidualne dot. międzynarodowego pośrednictwa pracy EURES podczas których będzie można uzyskać informacje z zakresu: - aktualne oferty pracy za granicą „EURES”; - jak bezpiecznie wyjechać do pracy; - jak sprawdzić agencje pracy; - rejestracja CV na portalu;**
pokój nr 106, forma zgłoszenia: osobiście, e-mail, zaproszenie
ofertypracy@lomza.praca.gov.pl telefon: 86 215-80-15
- 18.10.2024** **Grupowa informacja zawodowa dla młodzieży I Liceum**
13.40-15.30 **Ogólnokształcącego im. Tadeusza Kościuszki w Łomży: „Właściwy wybór zawodu - kluczem do sukcesu. Pasja-motywacja-odwaga”**

**P O W I A T O W Y U R Z Ą D P R A C Y
W M O Ń K A C H
U L . W Y Z W O L E N I A 2 2 T E L . 8 5 7 2 7 8 7 1 0**

- | | |
|---------------------------|--|
| 14.10.2024
9.00-11.00 | Indywidualne konsultacje z doradcą zawodowym
forma zgłoszenia: tel. 85 727 87 10 |
| 14.10.2024
11.00-14.00 | Indywidualne sesje coachingowe „Podróż bohatera”
forma zgłoszenia: tel. 85 727 87 10 |
| 15.10.2024
9.00-11.00 | Indywidualne konsultacje z doradcą zawodowym
forma zgłoszenia: tel. 85 727 87 10 |
| 15.10.2024
11.00-14.00 | Indywidualne sesje coachingowe „Podróż bohatera”
forma zgłoszenia: tel. 85 727 87 10 |
| 15.10.2024 | Spotkanie z uczniami klas maturalnych Liceum Ogólnokształcącego w Mońkach |
| 16.10.2024
9.00-11.00 | Indywidualne konsultacje z doradcą EURES
forma zgłoszenia: tel. 85 727 87 10 |
| 16.10.2024
11.00-14.00 | Indywidualne konsultacje ze specjalistą ds. rozwoju
forma zgłoszenia: tel. 85 727 87 10 |
| 16.10.2024 | Spotkanie z uczniami klas maturalnych Technikum w Mońkach |
| 17.10.2024
8.00-14.00 | Webinarium w Strefie Rozwoju. całodniowy cykl webinarów internetowych
forma zgłoszenia: tel. 85 727 87 10 |
| 18.10.2024
10.00-13.00 | Pasja, Motywacja i Odwaga – Już od przedszkolaka tego się wymaga. Wizyta 6 latków z Niepublicznego Przedszkola Bajeczka w PUP w Mońkach |

P O W I A T O W Y U R Z Ą D P R A C Y
W S E J N A C H
U L . Ł Ą K O W A 2 6 T E L . 8 7 5 1 6 3 9 7 0

- 14-18.10.2024**
9.00-14.00 **Indywidualne konsultacje z doradcą zawodowym, pośrednikiem pracy i specjalistą ds. rozwoju zawodowego w zakresie: badania kompetencji zawodowych, odkrywania umiejętności i talentów, planowania kariery zawodowej, poruszania się po rynku pracy, doboru szkolenia zawodowego czy oferty pracy.**
miejsce: pokój nr 5, 6, 7
forma zgłoszenia: doradca zawodowy tel. 87 51-63-985, osobiście pokój nr 6; pośrednik pracy tel. 87 51-63-980, osobiście, pokój nr 5; specjalista ds. rozwoju zawodowego tel. 87 51-63-986, osobiście pokój nr 7
- 09.10.2024**
11.55-12.40 **Spotkanie dla uczniów klas IV Liceum Ogólnokształcącego w Puńsku „Planowanie kariery zawodowej” (m.in. usługi i instrumenty rynku pracy wspierające aktywność zawodową osób do 30 r. ż., promocja projektów i programów)**
miejsce: Sala Informacji Zawodowej nr 3
forma zgłoszenia: tel. 87 51-63-985, osobiście pokój nr 6
- 11.10.2024**
12.40-13.25 **Spotkanie dla uczniów klasy V Technikum Informatycznego „Planowanie kariery zawodowej” (m.in. usługi i instrumenty rynku pracy wspierające aktywność zawodową osób do 30 r.ż., promocja projektów i programów)**
miejsce: Sala Informacji Zawodowej nr 3
forma zgłoszenia: tel. 87 51-63-985, osobiście pokój nr 6
- 15.10.2024**
9.00-11.00 **MINI TARGI MUNDUROWE (potencjalni kandydaci do służby będą mogli spotkać się z przedstawicielami wybranych służb mundurowych: Komenda Powiatowa Policji w Sejnach, Wojskowe Centrum Rekrutacji w Suwałkach, 12 batalion obrony pogranicza w Suwałkach)**
miejsce: Sala Informacji Zawodowej nr 10
- 16.10.2024**
12.40-13.25 **Spotkanie dla uczniów klas IV Liceum Ogólnokształcącego w Puńsku „Planowanie kariery zawodowej” (m.in. usługi i instrumenty rynku pracy wspierające aktywność zawodową osób do 30 r. ż., promocja projektów i programów)**
miejsce: Sala Informacji Zawodowej nr 3
forma zgłoszenia: tel. 87 51-63-985, osobiście pokój nr 6
- 10.2024** **Spotkanie dla uczniów klas VIII Szkoły Podstawowej w Krasnopolu „Pasja - Motywacja - Odwaga” (m.in. usługi i instrumenty rynku pracy wspierające aktywność zawodową osób do 30 r. ż., kompetencje na rynku pracy)**
- 10.2024** **Spotkanie dla uczniów klas V Zespołu Szkół Centrum Kształcenia Rolniczego w Sejnach „Planowanie kariery zawodowej” (m.in. usługi i instrumenty rynku pracy wspierające aktywność zawodową osób do 30 r.ż., promocja projektów i programów)**
-

17.10.2024
10.00-13.00

**Warsztaty z doradcą zawodowym
– „Warsztaty budowania motywacji”**

Miejsce: Centrum Aktywizacji Zawodowej
pok. 29

14-18.10.2024
8.00-14.30

**Indywidualne konsultacje
z doradcą zawodowym
oraz z pracownikami
ds. organizowania aktywnych form
przeciwdziałania bezrobociu**

Miejsce: Centrum Aktywizacji Zawodowej
pok. 30, 31a, 31b

Forma zgłoszenia:

- zgłoszenia osobiste:

Centrum Aktywizacji Zawodowej

pok. 28, 30, 31a, 31b

doradca zawodowy:

tel. 85 656 60 17

- kontakt telefoniczny:

dotacje, doposażenia stanowiska pracy:

tel. 85 656 60 17

staże, szkolenia, prace interwencyjne, bony

na zasiedlenie:

tel. 85 656 60 28

informacje na temat EURES:

tel. 85 656 60 19

POWIATOWY URZĄD PRACY
W SOKÓŁCE
UL. KRYŃSKA 40 TEL. 85 722 90 10

- 14-20.10.2024
7.30-15.30
- „Pasja – Motywacja - Odwaga” porady i informacje zawodowe udzielane przez doradcę zawodowego z zakresu poszukiwania pracy lub badania kompetencji cyfrowych oraz konsultacje indywidualne z doradcami klienta PUP w Sokółce.**
- stanowiska: 4, 5, 7, 8, 9, 10, 11
- forma zgłoszenia: osobista w PUP w Sokółce
stanowisko 7,11 bądź telefoniczna tel.85 722 90 34,
85 722 90 19
- 17.10.2024
9.50-10.30
10.50-11.35
- „Pasja – Motywacja - Odwaga” warsztaty z uczniami klas IV Liceum Ogólnokształcącego w Sokółce.**
- 18.10.2024
10.00-13.00
- „Pasja – Motywacja - Odwaga” – wizyta dzieci i wychowawców z Przedszkola nr 1 w Sokółce.**

POWIATOWY URZĄD PRACY
W SUWAŁKACH
UL. T. KOŚCIUSZKI 71A
TEL. 87 565 26 50

14.10.2024 9.00-12.00 **„Rejestracja w PUP i co dalej?”
- grupowa informacja zawodowa
na temat podstawowych usług
i instrumentów rynku pracy, praw
i obowiązków osoby bezrobotnej
i poszukującej pracy, na temat
bezpiecznych wyjazdów zagranicę.**

Miejsce: Sala Informacji Zawodowej

Forma zgłoszenia:

Joanna Romotowska, tel. 87 565 26 78

jromotowska@pup.suwalki.pl

15-17.10.2024 9.00-14.00 **„Chcieć to móc - planowanie rozwoju
zawodowego kluczem do sukcesu
zawodowego”
- grupowa porada zawodowa. Spotkanie
z przedstawicielami Państwowej
Inspekcji Pracy, Policji i Wojska.**

Miejsce: Sala Informacji Zawodowej

Forma zgłoszenia:

Joanna Romotowska, tel. 87 565 26 78

jromotowska@pup.suwalki.pl

14-18.10.2024 8.00-15.00 **Indywidualne konsultacje w ramach
poradnictwa zawodowego.**

Miejsce: pokój 9

Forma zgłoszenia:

Joanna Romotowska, tel. 87 565 26 78

jromotowska@pup.suwalki.pl

**P O W I A T O W Y U R Z Ą D P R A C Y
W W Y S O K I E M M A Z O W I E C K I E M
U L . 1 M A J A 8 T E L . 8 6 2 7 5 8 6 1 2**

-
- | | |
|---------------------------|--|
| 14.10.2024
9.00-14.00 | Bądź odważny – odkryj swój potencjał zawodowy
(warsztaty dla osób bezrobotnych) |
| 14.10.2024
10.00-18.00 | Centrum Wspierania Młodzieży
Punkt Informacyjny – rekrutacyjny |
| 15.10.2024
9.00-14.00 | Aby chciało się chcieć – czyli jak wzbudzać motywację
do działania u klienta PUP |
| 15.10.2024
7.30-15.30 | Centrum Wspierania Młodzieży
Punkt Informacyjny – rekrutacyjny |
| 16.10.2024
9.00-14.00 | Testujemy kompetencje cyfrowe – sprawdź swoje
kompetencje cyfrowe |
| 16.10.2024
10.00-18.00 | Centrum Wspierania Młodzieży
Punkt Informacyjny – rekrutacyjny |
| 17.10.2024
9.00-14.00 | Konsultacje indywidualne z doradcą zawodowym
z zakresu planowania ścieżki edukacyjno - zawodowej |
| 17.10.2024
7.30-15.30 | Centrum Wspierania Młodzieży
Punkt Informacyjny – rekrutacyjny |
| 18.10.2024
10.00-13.00 | Bezpieczne wyjazdy do pracy za granicę. Usługi sieci
EURES – spotkanie informacyjne dla osób bezrobotnych |
| 18.10.2024
7.30-15.30 | Centrum Wspierania Młodzieży
Punkt Informacyjny – rekrutacyjny |

Informacje i zapisy:

86 275 86 12 wew. 17, 18, 34

joanna.wojciak@pup-wysokiemazowieckie.p

sylwia.drewnowska@pup-wysokiemazowieckie.pl

mariola.zochowska@pup-wysokiemazowieckie.pl

Punkt informacyjny – rekrutacyjny Centrum
Wspierania Młodzieży:

tel. 516 143 602

cwm@pup-wysokiemazowieckie.pl

POWIATOWY URZĄD PRACY
W ZAMBROWIE
UL. FABRYCZNA 3
TEL. 86 2708213

14-18.10.2024
12.00-15.00

Konsultacje indywidualne z doradcą zawodowym w zakresie poszukiwania pracy, określenia obszarów zawodowych i planowania ścieżki edukacyjno-zawodowej.

Miejsce: pokój 314

Forma zgłoszenia:

indywidualnie w pok. 314 lub telefonicznie:
862708228, 862708235

15-16.10.2024
12.00-13.00

Spotkania informacyjne dla uczniów szkół podstawowych

Miejsce: Sala Informacji Zawodowej

17.10.2024
10.00-12.00

Spotkanie informacyjne dla klientów powiatowego urzędu pracy

Miejsce: Sala Informacji Zawodowej

Forma zgłoszenia:

indywidualnie w pok. 314 lub telefonicznie:
862708228, 862708235