



**Wykaz porad grupowych -
I kwartał 2015 roku**
w Powiatowym Urzędzie Pracy w Żarach
Oddział w Lubsku



Temat	Termin	Czas trwania	Cel porady
„Dokumenty aplikacyjne”	10.02.2015 rok 17.02.2015 rok 24.02.2015 rok	2 godz.	Jak pisać dokumenty aplikacyjne (CV, list motywacyjny). Jakich błędów unikać.
„Jak sobie radzić ze stresem” <i>Zajęcia warsztatowe prowadzone przez pracowników CiPKZ w Zielonej Górze.</i>	25 – 26.03.2015 rok	10.00 – 14.00	Celem warsztatów poza diagnozą własnego poziomu stresu jest poznanie podstawowych i uniwersalnych metod radzenia sobie ze stresem. Uczestnicy mają możliwość zapoznania się z typami temperamentu a odpornością na stres oraz technikami relaksacyjnymi i pozytywnego myślenia.

Osoby zainteresowane udziałem w poradzie grupowej proszone są o kontakt osobisty – PUP Żary
Oddział w Lubsku pok. **Nr 9**, bądź pod nr telefonu **68 457 23 74**.