

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



Miejsce wydarzenia: Powiatowy Urząd Pracy w Łukowie ul. Piłsudskiego 14,
21 – 400 Łuków,
I piętro – Sala nr 15

Lp.	Data	Godzina	Wydarzenie	Cel wydarzenia
1.	20.10.2025	9.00 12.00 13.30	Spotkania z młodzieżą szkolną „ Razem w przyszłość – praca to nie tylko zawód to ludzie.”	Celem spotkania jest zachęcenie młodzieży do refleksji nad znaczeniem relacji międzyludzkich w drodze zawodowej oraz pokazanie, że praca to nie tylko wykonywanie obowiązków, ale przede wszystkim współdziałanie z ludźmi, którzy inspirują, uczą i wspierają w rozwoju.
2.	21.10.2025	08.00 13.00	Porady indywidualne „Jak relacje mogą pomóc mi wrócić na rynek pracy.”	Podczas indywidualnej rozmowy z doradcą zawodowym przy kawie, odkryjesz siłę relacji i kontaktów, które mogą stać się Twoim mostem do nowej pracy i większej pewności siebie. Porozmawiamy o tym: • jak wygląda Twoja obecna sytuacja zawodowa i co możesz zmienić, • kto w Twoim otoczeniu może Ci pomóc lub dodać odwagi, • jak budować sieć kontaktów i wykorzystywać ją w poszukiwaniu pracy, • jak radzić sobie z samotnością i wzmocnić wiarę w siebie. To spotkanie to przestrzeń do rozmowy, inspiracji i wsparcia.
3.	23.10.2025	9.00- 11.30	Grupowa porada zawodowa „Siła rozmowy – jak budować	Praktyczny warsztat o tym: • jak skutecznie komunikować się z pracodawcami, • tworzyć dobre pierwsze wrażenie,

			relacje zawodowe w czasie poszukiwania pracy.”	• reagować na stres podczas rozmów, • jak budować pozytywny obraz siebie.
4.	24.10.2025	09.00- 10.30	Grupowa Informacja zawodowa „Zawody online i offline – komunikacja, która łączy światy.”	Uczestnicy: • poznają różnice między zawodami offline (tradycyjnymi) a online (zdalnymi, cyfrowymi), • dowiedzą się, jakie kompetencje miękkie – zwłaszcza komunikacyjne – są poszukiwane w obu obszarach, • zrozumieją znaczenie relacji międzyludzkich w pracy zdalnej i stacjonarnej, • odkryją, jak budować i utrzymywać kontakty zawodowe w świecie cyfrowym i rzeczywistym.

Wstęp wolny dla wszystkich zainteresowanych.

Zapisy i szczegóły: Magdalena Żołopa - doradca zawodowy PUP Łuków

kontakt: Pokój 2, 257985037 w. 255, 533287392

<https://lukow.praca.gov.pl/>