

**HARMONOGRAM
ZAJĘĆ Z ZAKRESU ROZWOJU ZAWODOWEGO ZAPLANOWANYCH
DO REALIZACJI W FORMIE OTWARTEJ**

I kwartał 2025 r. /styczeń, luty, marzec/

Lp.	Termin (dzień, godzina, miesiąc)	Forma/temat	Adresaci- Grupa docelowa:	Miejsce:	Sposób aplikowania:
Styczeń					
1.	07.01.2025 godz. 10.00 - 12.00	Grupowa informacja zawodowa Temat: „Stres? Nie dam się zjeść!”	Młodzież ucząca się / Młodzież poszukująca pracy do 25 roku życia	MCK OHP w Gołdapi ul. Boczna 5 19-500 Gołdap	email: mckgoldap@ohp.pl tel. 451 054 412
2.	08.01.2025 godz. 10.00 - 12.00	Grupowa informacja o rynku pracy „Ja okiem pracodawcy – wizerunek w miejscu pracy.”	Młodzież ucząca się / Młodzież poszukująca pracy do 25 roku życia	MCK OHP w Gołdapi ul. Boczna 5 19-500 Gołdap	email: mckgoldap@ohp.pl tel. 451 054 412
3.	09.01.2025 godz. 10.00	Porada grupowa Poznaję siebie – zdolności, które posiadam	Klienci zewnętrzni	MCK OHP w Ostródzie ul. Sienkiewicza 9 14-100 Ostróda	e-mail: mckostroda@ohp.pl tel. 89 642 88 24
4.	14.01.2025 godz.10:00	Grupowa informacja zawodowy Wizytówka zawodowa – dokumenty aplikacyjne	Klienci zewnętrzni	MCK OHP w Pasłęku ul. Westerplatte 20 14-400 Pasłęk	e-mail: mckpaslek@ohp.pl tel. 690 347 833
5.	15.01.2025 Godz. 10.00	Porada grupowa Internet niezbędnym narzędziem w poszukiwaniu pracy	Klienci zewnętrzni	MCK OHP w Braniewie ul. Kościuszki 118 14-500 Braniewo	e-mail: mckbraniewo@ohp.pl tel. 55 230 49 92, 797 685 619
6.	15.01.2025 godz.: 10.00 - 11.30	Warsztaty z asertywności „Jak ładnie powiedzieć „nie””	Młodzież ucząca się / Młodzież poszukująca pracy do 25 roku życia	MCK w Olecku ul. Armii Krajowej 22A lok. 18, 19-400 Olecko	e-mail: mck.olecko@ohp.pl tel. 690 347 972

7.	17.01.2025 godz. 9.00 – 10.35	Warsztaty „Przyjazny statek wsparcia, czyli kto ze mną z tym wszystkim płynie.”	Młodzież ucząca się / Młodzież poszukująca pracy do 25 roku życia	MCK OHP w Pisz ul. Kościuszki 10 12-200 Pisz	tel. 539 949 612 e-mail: mckpisz@ohp.pl
8.	22.01.2025 godz. 9.00 – 10.35	Grupowa informacja o rynku pracy „Bezpieczna praca podczas ferii zimowych.”	Młodzież ucząca się / Młodzież poszukująca pracy do 25 roku życia	MCK OHP w Mrągowie ul. Przemysłowa 11 11-700 Mrągowo	mck.mragowo@ohp.pl tel. 89 741 47 42
9.	22.01.2025 godz.9:00	Porada grupowa Oczekiwanie pracodawców	Klienci zewnętrzni	CEiPM OHP w Elblągu ul. Związku Jaszczurczego 15 82-300 Elbląg	e-mail: mcizelblag@ohp.pl tel. 55 245 44 58 kom. 690 347 745
10.	24.01.2025 godz. 9.00 – 10.35	Grupowe doradztwo zawodowe Temat: „Budowanie pewności siebie i radzenie sobie ze stresem.”	Młodzież ucząca się / Młodzież poszukująca pracy do 25 roku życia	MCK OHP w Ełku ul. Mickiewicza 15 lok. 5 19-300 Ełk	email: mck.elk@ohp.pl tel.: 87 610 12 50
Luty					
1.	7.02.2025 godz. 13.00 – 15.00	Grupowa informacja zawodowa Temat: „Aktywne metody poszukiwania pracy.”	Młodzież ucząca się	MCK OHP w Nidzicy ul. Traugutta 13 13-100 Nidzica	email: mcknidzica@ohp.pl tel. 89 511 93 83
2.	10.02.2025 godz. 10.00 – 12.30	Grupowa informacja o rynku pracy Temat: „Jak budować swoją markę osobistą?”	Młodzież ucząca się / Młodzież poszukująca pracy do 25 roku życia	MCIZ OHP w Olsztynie ul. Artyleryjska 3b 10-165 Olsztyn	tel. 89 527 49 33 e-mail: mcizolsztyn@ohp.pl
3.	11.02.2025 godz.10:00	Grupowa informacja zawodowa Poszukuję pracy. Elementy przedsiębiorczości	Klienci zewnętrzni	MCK OHP w Pasłęku ul. Westerplatte 20 14-400 Pasłęk	e-mail: mckpaslek@ohp.pl tel. 690 347 833
4.	11.02.2025 godz.10:00	Porada grupowa Komunikacja i perswazja czyli jak skutecznie porozumiewać się z innymi.”	Klienci zewnętrzni	MCK OHP w Ostródzie ul. Sienkiewicza 9 14-100 Ostróda	e-mail: mckostroda@ohp.pl tel. 89 642 88 24
5.	14.02.2025 godz. 9.00 – 10.35	Grupowa informacja o rynku pracy Temat: „Jak zdobyć nowe umiejętności zawodowe i przekwalifikować się.”	Młodzież ucząca się / Młodzież poszukująca pracy do 25 roku życia	MCK OHP w Ełku ul. Mickiewicza 15 lok. 5 19-300 Ełk	email: mck.elk@ohp.pl tel.: 87 610 12 50
6.	14.02.2025 godz. 8.50 – 10.35	Warsztaty Temat: „Ogłoszenie o pracę. Jak znaleźć i zrozumieć ich treść.”	Młodzież ucząca się / Młodzież poszukująca pracy do 25 roku życia	MCK OHP w Pisz ul. Kościuszki 10 12-200 Pisz	tel. 539 949 612 e-mail: mckpisz@ohp.pl
7.	17.02.2025 Godz. 10.00	Porada grupowa Kreatywność i przedsiębiorczość drogą do osobistego sukcesu	Klienci zewnętrzni	MCK OHP w Braniewie ul. Kościuszki 118 14-500 Braniewo	e-mail: mckbraniewo@ohp.pl tel. 55 230 49 92, 797 685 619

8.	18.02.2025 godz. 9.00 – 10.35	Grupowa informacja zawodowa „Mój potencjał w drodze do kariery zawodowej?”	Młodzież ucząca się / Młodzież poszukująca pracy do 25 roku życia	Powiatowy Urząd Pracy w Mrągowie ul. Kopernika 1 11-700 Mrągowo	mck.mragowo@ohp.pl tel. 89 741 47 42
9.	18.02.2025 godz. 9.00 - 10.35	Grupowe doradztwo zawodowe „Własny biznes pracą marzeń.”	Młodzież ucząca się / Młodzież poszukująca pracy do 25 roku życia	MCK w Olecku ul. Armii Krajowej 22A lok. 18, 19-400 Olecko	e-mail: mck.olecko@ohp.pl tel. 690 347 972
10.	26.02.2025 godz.9:00	Porada grupowa/ Moja wizytówka zawodowa, czyli dokumenty aplikacyjne	Klienci zewnętrzni	CEiPM OHP w Elblągu ul. Związku Jaszczurczego 15 82-300 Elbląg	e-mail: mcizelblag@ohp.pl tel. 55 245 44 58 kom. 690 347 745
Marzec					
1.	11.03.2025 godz.10:00	Grupowa informacja zawodowa Praca za granicą - co trzeba wiedzieć	Klienci zewnętrzni	MCK OHP w Pasłęku ul. Westerplatte 20 14-400 Pasłęk	e-mail: mckpaslek@ohp.pl tel. 690 347 833
2.	11.03.2025 godz.10:00	Porada grupowa Podstawy pisania dokumentów aplikacyjnych	Klienci zewnętrzni	MCK OHP w Ostródzie ul. Sienkiewicza 9 14-100 Ostróda	e-mail: mckostroda@ohp.pl tel. 89 642 88 24
3.	13.03.2025 godz. 11.00 - 12.30	Grupowa informacja zawodowa Temat: „Automotywacja i radzenie sobie ze stresem w pracy.”	Młodzież ucząca się / Młodzież poszukująca pracy do 25 roku życia	MCK OHP w Giżycku al. 1 Maja 30 11-500 Giżycko	e-mail: mckgizycko@ohp.pl tel. 87 428 13 03
4.	14.03.2025 godz. 10.00 - 11.30	Grupowa informacja o rynku pracy Temat: „Jak efektywnie znaleźć pierwszą pracę – od CV do rozmowy kwalifikacyjnej”	Młodzież ucząca się / Młodzież poszukująca pracy do 25 roku życia	MCK OHP w Giżycku al. 1 Maja 30 11-500 Giżycko	e-mail: mckgizycko@ohp.pl tel. 87 428 13 03
5.	14.03.2025 godz. 9.00 – 10.35	Grupowa informacja o rynku pracy „Aktywne metody poszukiwania pracy”	Młodzież ucząca się / Młodzież poszukująca pracy do 25 roku życia	Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Mrągowie ul. Wojska Polskiego 5A/12 11-700 Mrągowo	mck.mragowo@ohp.pl tel. 89 741 47 42
6.	14.03.2025 godz. 10.00	Porada grupowa- Jak napisać skuteczne CV i list motywacyjny	Klienci zewnętrzni	MCK OHP w Braniewie ul. Kościuszki 118 14-500 Braniewo	e-mail: mckbraniewo@ohp.pl tel. 55 230 49 92, 797 685 619
7.	19.03.2024 godz. 9:00	Porada grupowa/ Zdobywam pracę, czyli skuteczna rozmowa kwalifikacyjna	Klienci zewnętrzni	CEiPM OHP w Elblągu ul. Związku Jaszczurczego 15 82-300 Elbląg	e-mail: mcizelblag@ohp.pl tel. 55 245 44 58 kom. 690 347 745
8.	19.03.2025 godz. 11.00-12.30	Grupowa informacja o rynku pracy „Możliwości sezonowego zatrudnienia na lokalnym ryнку pracy”	Absolwenci OHP / Młodzież poszukująca pracy do 25 roku życia	MCK w Olecku ul. Armii Krajowej 22A lok. 18, 19-400 Olecko	e-mail: mck.olecko@ohp.pl tel. 690 347 972

9.	21.03.2025 godz. 8.50 – 10.35	Warsztaty Temat: „Dla pieniędzy czy dla siebie? O wartości edukacji i pracy?”	Młodzież ucząca się / Młodzież poszukująca pracy do 25 roku życia	MCK OHP w Pisz ul. Kościuszki 10 12-200 Pisz	tel. 539 949 612 e-mail: mckpisz@ohp.pl
----	----------------------------------	---	---	--	--

- *Harmonogram może ulec zmianie.*