



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΝΟΜΟΣ ΑΣΣΙΚΗΣ  
ΔΗΜΟΣ ΛΥΚΟΒΡΥΣΗΣ- ΠΕΥΚΗΣ  
ΤΜΗΜΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ,  
ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΣΜΟΥ  
Γραφείο Απασχόλησης και Επιχειρηματικότητας  
Ταχ. Δ/ση: Ελ. Βενιζέλου 15Α  
ΤΚ. 15121 ΠΕΥΚΗ  
Τηλέφωνο: 210 6145148  
Fax: 210 6145155  
Email: [ergasia.lykovrissi.pefki@gmail.com](mailto:ergasia.lykovrissi.pefki@gmail.com)



## Workshop από το Γραφείο Απασχόλησης και Επιχειρηματικότητας του Δήμου Λυκόβρυσης – Πεύκης με τίτλο:

### «Η αναζήτηση εργασίας σε 5 βήματα»

Τη Δευτέρα 18, Τρίτη 19 και Τετάρτη 20 Ιανουαρίου 2016

### Ψάχνετε για δουλειά;

Το Γραφείο Απασχόλησης και Επιχειρηματικότητας του Δήμου Λυκόβρυσης – Πεύκης σας προτείνει να παρακολουθήσετε το τριήμερο σεμινάριο – workshop που στοχεύει να σας βοηθήσει αποτελεσματικά στην προσπάθεια που κάνετε να βρείτε δουλειά:

- Γνωρίζοντας καλύτερα τον εαυτό σας,
- Αναδεικνύοντας τα προσόντα σας και τις ικανότητες σας μέσα από το προσεκτικά συνταγμένο βιογραφικό σας και
- Παρουσιάζοντας επαγγελματικά τον εαυτό σας και τις εμπειρίες σας κατά τη διάρκεια της συνέντευξης,

αυξάνετε τις πιθανότητες να βρείτε δουλειά!

### Πρόγραμμα:

Το workshop «Η Αναζήτηση Εργασίας σε 5 Βήματα» περιλαμβάνει τις παρακάτω ενότητες:

#### **ΒΗΜΑ 1 – Ανακαλύπτοντας καλύτερα τον εαυτό σας**

Γνωρίζοντας τον εαυτό σας καλύτερα θα μπορέσετε να τον παρουσιάσετε σωστά στον υποψήφιο εργοδότη. Η ενότητα αυτή θα εστιάσει το ενδιαφέρον της στη διερεύνηση των αναγκών, των προτιμήσεων, των κινήτρων και των αξιών σας. Οι ασκήσεις αυτογνωσίας που θα χρησιμοποιήσετε θα σας επιτρέψουν να απαντήσετε σε ερωτήσεις όπως ποιος/ ποια είμαι, ποιες είναι οι γνώσεις μου, τι μπορώ να κάνω, πώς να περιγράψω τον εαυτό μου, ποιες είναι οι δυνατότητές μου, ποια είναι τα δυνατά μου σημεία, τι μπορώ να προσφέρω στην Χ εταιρεία, κτλ.

## **ΒΗΜΑ 2 – Οριοθετήστε τον επαγγελματικό σας στόχο**

Γνωρίζοντας καλά με τι θέλετε να ασχοληθείτε και θέτοντας συγκεκριμένο επαγγελματικό στόχο για το άμεσο αλλά και πιο βραχυπρόθεσμο μέλλον, θα τοποθετήσετε στοχευμένα στην αγορά εργασία και θα περιορίσετε την άσκοπη αναζήτηση εργασίας σε εταιρείες ή/και σε κλάδους που εν τέλει δεν σας ενδιαφέρουν.

## **ΒΗΜΑ 3 – Προσεγγίζοντας την αγορά εργασίας (ελληνική και του εξωτερικού) και τη δημιουργία δικτύων**

Σε περιόδους κρίσης και αβεβαιότητας η γνώση της λειτουργίας της αγοράς εργασίας αλλά και η "τεχνογνωσία" του δικτύου ως εργαλείο για την εύρεση εργασίας είναι πιο σημαντικές από ποτέ. Οι γνώσεις αυτές δεν μπορούν να βασίζονται σε αυτοσχεδιασμούς.

## **ΒΗΜΑ 4 – Η σύνταξη του βιογραφικού σας και της συνοδευτικής επιστολής**

Το βιογραφικό αποτελεί το διαβατήριό σας στον κόσμο της αγοράς εργασίας και πρέπει να το αντιμετωπίσετε ως ένα ισχυρό εργαλείο προσωπικού σας μάρκετινγκ που διευκολύνει σε έναν δυνητικό εργοδότη προκειμένου να σας καλέσει για συνέντευξη.

## **ΒΗΜΑ 5 - Παρουσιάζοντας επαγγελματικά τον εαυτό σας και τις εμπειρίες σας κατά τη διάρκεια της συνέντευξης**

- Πριν τη συνέντευξη: η σωστή προετοιμασία
- Κατά τη διάρκεια της συνέντευξης: η παρουσίαση του εαυτού σας, των ικανοτήτων σας και των εμπειριών σας καθώς και η γλώσσα του σώματος σας.
- Ερωτήσεις που μπορεί να σας κάνουν οι υπεύθυνοι προσωπικού
- Αποτελεσματική διαχείριση του στρες κατά τη διάρκεια της συνέντευξης
- Μετά τη συνέντευξη: οι σωστές κινήσεις

**Αριθμός συμμετεχόντων:** οι θέσεις του σεμιναρίου είναι περιορισμένες (έως 10-12 άτομα), γι' αυτό οι ενδιαφερόμενοι/ες καλούνται να δηλώσουν συμμετοχή έως και την Τετάρτη 13/01/2016 στο 210 6145148 ή [ergasia.lykovrissi.pefki@gmail.com](mailto:ergasia.lykovrissi.pefki@gmail.com)

**Ημερομηνία και ώρα διεξαγωγής του διημέρου**  
Δευτέρα 18, Τρίτη 19 και Τετάρτη 20 Ιανουαρίου 2016

### **Χώρος Διεξαγωγής:**

Δημοτική Βιβλιοθήκη Λυκόβρυσης-Πεύκης (Αφροδίτης & Μουστακλή – Ηλ. Χωριό)

### **Μεθοδολογία & Εργαλεία**

- Οδηγός Αποτελεσματικής Αναζήτησης Εργασίας, ερωτηματολόγια και τεστ
- Προσομοίωση καταστάσεων και παίξιμο ρόλων
- Εξατομικευμένη επαγγελματική συμβουλευτική για κάθε εκπαιδευόμενο/η χωρίς καμία επιπρόσθετη επιβάρυνση.

**Δεν υπάρχει κανένα κόστος συμμετοχής για το workshop**