



TÖÖTUTE KLUBI

Kellele: Töökoha kaotanud spetsialistid, ametnikud ja juhid

Eesmärk: Aidata kaasa naasmisele aktiivsesse tööellu

Toimumise aeg: 27. august; 17. september; 1. oktoober; 22. oktoober; 12. november; 3. detsember; 31. detsember

Koht: Lastekodu 6a; Tallinn

Kellaaeg: 17.00 – 20.00; 31. detsember toimub klubi üritus kell 14.00 – 17.00

Eelregistreerimine: motivaatorah@gmail.com; eelregistreerimine on kohustuslik (registreerimisel kirjutada: kaua olete töötanud, Teie viimane ametikoht, ootused töötute klubile)

Metoodika: iga mooduli lõpus saab osaleja individuaalse kodutöö, mille analüüs ja arutelu toimub järgmisel kohtumisel kell 17.00 – 18.00; kell 18.00 – 20.00 algab mooduli teema koos grupi- ja individuaalsete töödega

Moodulite teemad:

27. august 2009

MILLISED ON MINU ISIKUOMADUSED, MIS AITAVAD MUL RASKETES SITUATSIOONIDES PAREMINI TOIME TULLA?

Analüüsime oma sisemist „mina“ pilti, kuidas raskused on mõjutanud minu enesehinnangut ja kuidas usaldust enda vastu tõsta.

- Kuidas minu enesehinnang mõjutab töö saamist?
- Kuidas ma ise endale paistan ja millisena teised mind tajuvad?
- Kas ja kui palju ma saan ise mõjutada uue töö saamise protsessi?
- Töötaja identiteet versus töötü identiteet

Metoodika:

- Isiklik SWOT analüüs
- Minu erinevad psühholoogilised minad, nende identifitseerimine ja aktsepteerimine

Läbiviija:

Kristel Rannamees, vabakutseline koolitaja, NLP praktik

17. september 2009

MILLINE ON MINU ISIKLIK FINANTSILINE SEIS?

Majanduslikult keerulisel perioodil hakkamasaamise praktilised nõuanded

- Milline on minu rahaline seis? Kas ma ikka olen nii rikas/vaene?
- Kas saaks midagi muuta ja kuidas?
- Pank ja võlad

Metoodika:

- Isiklik bilanss, finantside tulu-kulu analüüs
- Nõuanded oma finantsseisu parandamiseks

Läbiviija:

Panga esindaja (täpsustub)

01.oktoober 2009

KUIDAS KOOSTADA CV, MIS TÖÖANDJALE SILMA JÄÄB?

Anname näpunäiteid kuidas koostada CV koos kaaskirjadega, mis loovad võimaluse jõuda töövestlusele

- Kuidas tööd otsida?
- Kuidas korrektset ja silmapaistvat CV-d koostada?
- Mis asi on kaaskiri, avaldus ja motivatsioonikiri?

Metoodika:

- Erinevate CV näited ja nende analüüs
- Oma CV koostamine ja selle analüüs
- Lihtsad nõuanded oma CV ja kaaskirjade kirjutamiseks

Läbiviijad:

Ivika Born, CV-Online`i värbamisspetsialist
Raimo Matvere, CV-Online`i turundusjuht

22. oktoober 2009

KUIDAS KÄITUDA TÖÖINTERVJUUL?

Anname näpunäiteid kuidas tööintervjuul olla enesekindel ja hoiduda tüüpvigadest

- Mida peab teadma enne tööintervjuud?
- Mis tagab tööintervjuul edu?
- Kuidas vastata tööandja tüüp küsimustele?

Metoodika:

- Tööintervjuuks ettevalmistamine
- Praktilised nõuanded tööintervjuul hakkama saamiseks
- Vaatame koos milliseid peamisi vigu tehakse tööintervjuudel ja leiame koos sobivad lahendused.
- Analüüsime – milliseid vigu me ise kipume tegema ja kuidas nendest hoiduda?

Läbiviija:

Irene Metsis; Skanska EMV AS administratsioonijuht

12. november 2009

KUIDAS OLLA ISE ENDALE TÖÖANDJA?

Analüüsime, mida peaks alustav ettevõtja teadma ja millised võimalused on olemas ise endale tööandja olla

- Millest alustada?
- Kuidas alustada?
- Kas keegi aitaks?

Metoodika:

- Idee ja selle elujõulisus
- Mis on äriplaan ja selle koostamine
- Erinevad toetused ja inkubaatorid, vastava informatsiooni leidmine internetis

Läbiviijad:

Meeli Vaikjärv ja Siiri Sänn; Ettevõtluse Arendamise Sihtaustus
Alustav ettevõtja Ene Gutmann räägib oma kogemusest

03. detsember 2009

KAS MINU HARIDUS VASTAB MINU OSKUSTELE?

Edasiõppimise võimalused kutse- ja kõrghariduses.

- Millised on täiskasvanute koolitusvõimalused?
- Mis teha kui haridustee on pooleli jäänud?
- Kuhu õppima minna?

Metoodika:

- Elukestevõpe ja mina
- Minu haridusplaani

Läbiviija:

Ene Tammeoru; Eesti Infotehnoloogia Sihtasutus

31. detsember 2009

KAS OLEN VALMIS UUTEKS VÄLJAKUTSETEKS?

Hüvastijätt vanaga ja kohtumine uute väljakutsetega

- Isikliku SWOT analüüsi täiendamine
- Lubaduste kaardi koostamine
- Õnne valamine
- 2010. aasta Töötute klubi tegevusplaani

Läbiviija:

Kristel Rannamees; Siiri Sänn; Raimo Matvere; Irene Metsis; Ene Tammeoru

