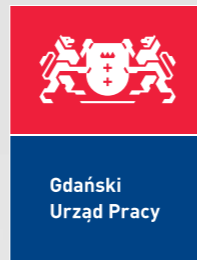




KATALOG USŁUG

klienta indywidualnego



opracowanie:
Gdański Urząd Pracy
ul. Lastadia 41
www.gdansk.praca.gov.pl

teksty:
Iwaskiewicz Łukasz

szata graficzna i skład:
Iwaskiewicz Łukasz

zdjęcia:
stock.adobe.com
Iwaskiewicz Łukasz
Olivia Centre

Wydanie IV
Publikacja bezpłatna
Gdańsk 2026

Spis treści

	str.
Rejestracja. Zaczynamy od początku.	4
Dobra strategia. Jak działa Indywidualny Plan Działania.	6
Doradca zawodowy. Poznaj swojego przewodnika po rynku pracy.	8
Nasze usługi. Wiele rozwiązań, jeden cel.	10
Wspieramy powrót do aktywności. Praktyczne rozwiązania dla rodziców i opiekunów dzieci oraz osób zależnych.	12
Odkryj i lepiej wykorzystaj mocne strony. Skorzystaj z doradztwa zawodowego w Centrum Rozwoju Talentów.	14
Praca na mapie i w telefonie. Poznaj Jobmapę i Ergona.	16
Aktywność nie ma wieku. Centrum Pracy Senierek i Seniorów.	18
E-Urząd Pracy. Nowoczesne technologie w służbie zatrudnienia.	20
Pomoc specjalisty. Twoje problemy są dla nas ważne.	22

REJESTRACJA

Zacznijmy od początku

Rejestracja to pierwszy i jeden z najważniejszych etapów w poszukiwaniu nowego zatrudnienia. Dzięki niej otrzymasz dostęp do wszystkich usług oferowanych przez Gdański Urząd Pracy, w tym ofert zatrudnienia oraz wsparcia własnego doradcy.

Na stronie www.gdansk.praca.gov.pl, w zakładce „Dla bezrobotnych i poszukujących pracy”, znajdziesz wszystkie najważniejsze informacje dotyczące rejestracji. Do wyboru masz kilka opcji. Proponujemy skorzystanie z jednej z następujących:

I. Rejestracja elektroniczna bez konieczności osobistej wizyty, za pośrednictwem portalu praca.gov.pl.

II. Rejestracja osobista w siedzibie GUP. W tym przypadku dostępne są dwie możliwości:

- **wcześniejsze zarezerwowanie terminu** wizyty w kalendarzu na stronie internetowej bezkolejki.eu/gupgdansk

- **bez rezerwowania terminu wizyty**, po pobraniu od godz. 7:45 numeru kolejkowego (dziennie wydawanych jest 10 numerów).

Niezależnie od tego, który wariant rejestracji wybierzesz, po dokonaniu rejestracji zostanie wyznaczony termin wizyty w urzędzie u doradcy ds. zatrudnienia.



DOBRA STRATEGIA

Jak działa Indywidualny Plan Działania

Czujesz, że brakuje Ci koncepcji na dalsze działanie? Masz pomysły, ale nie wiesz, jak je zrealizować, a może potrzebujesz wsparcia w dopracowaniu wizji swojej kariery? Zapraszamy Cię do skorzystania z doświadczenia naszych doradców ds. zatrudnienia w tworzeniu Indywidualnego Planu Działania. **Pomożemy Ci uporządkować wiedzę o zasobach, które już posiadasz i których potrzebujesz**, aby zrealizować swoje plany zawodowe.

Celem IPD jest Twój sukces na rynku pracy poprzez wybór najlepszej metody prowadzącej do podjęcia efektywnych działań dostosowanych do Twojej sytuacji osobistej i potrzeb lokalnego biznesu. To narzędzie prowadzące do osiągnięcia celu, jakim jest podjęcie zatrudnienia lub samozatrudnienia. IPD polega przede wszystkim na wspólnym określeniu zadań, jakie otrzymasz do samodzielnej realizacji oraz działań, które podejmie urząd pracy, aby Ci pomóc.

W ramach Planu można też wzmocnić umiejętności aktywnego poszukiwania zatrudnienia, rozwinąć nowe kompetencje (szkolenie, kształcenie ustawiczne, doświadczenie zawodowe), a także uzyskać wsparcie w utworzeniu własnej działalności gospodarczej.



DORADCA ZAWODOWY

Poznaj swojego przewodnika po rynku pracy



Czy wiesz, że...

w 2025 roku z usług doradczych Gdańskiego Urzędu Pracy skorzystało blisko 1,7 tys. bezrobotnych i poszukujących pracy, dla których zorganizowano łącznie 2 596 porad indywidualnych.

Czasem ścieżka prowadząca Cię do wymarzonego zatrudnienia potrafi być naprawdę kręta. Właśnie dlatego w Gdańskim Urzędzie Pracy **wszystkie osoby bezrobotne mogą korzystać ze wsparcia doradcy zawodowego**. Można mu całkowicie zaufać, to prawdziwy specjalista w swoim fachu. Przeanalizuje on posiadane przez Ciebie doświadczenie zawodowe, umiejętności, uprawnienia, a także wykształcenie, ukończone kursy i szkolenia. Pod uwagę weźmie Twoje zainteresowania, cechy osobowościowe oraz możliwości fizyczne. Na tej podstawie wspólnie z Tobą określi pracodawców najlepiej pasujących do Twoich potrzeb. Doradca pomoże Ci również w sporządzeniu skutecznych dokumentów aplikacyjnych (CV oraz listu motywacyjnego), a także przeprowadzi realistyczną symulację rozmowy rekrutacyjnej, tak abyś był, jak najlepiej przygotowany do poszukiwania nowej pracy.

Na profesjonalne wsparcie możesz też liczyć, jeśli czujesz, że powrót do aktywności zawodowej będzie wymagał przezwyciężenia poważniejszych trudności. Nasz doradca pomoże Ci wówczas w identyfikacji najpoważniejszych barier, a także wspólnie z Tobą ustali ścieżkę dalszego postępowania obejmującą m.in. pracę nad poczuciem własnej akceptacji, pewności siebie oraz motywacji do zmiany sytuacji zawodowej.

Aby skorzystać ze wsparcia doradcy zawodowego należy skontaktować się z doradcą ds. zatrudnienia Działu Pośrednictwa Pracy i Poradnictwa Zawodowego GUP, który wyznaczy dogodny termin spotkania.





NASZE USŁUGI

Wiele rozwiązań, jeden cel

Wiemy, że aktywne wspieranie poszukujących zatrudnienia często wymaga kompleksowych, ale i nieszablonowych rozwiązań. Właśnie dlatego każdego dnia staramy się przekraczać utarte schematy, wychodzić poza nakreślone ramy, aby ułatwić Ci drogę do celu.

Oferowana pomoc zawsze jest w pełni spersonalizowana. Oprócz doświadczonych doradców, oddajemy do Twojej dyspozycji szereg instrumentów aktywizacyjnych. Każdy z nich jest inny, tak jak różnorodne są Twoje potrzeby. Zacznijmy od najpopularniejszych i najskuteczniejszych form wsparcia.

Szkolenia - adresowane są głównie do poszukujących zatrudnienia, których kwalifikacje zawodowe są zdezaktualizowane lub zbyt niskie, aby skutecznie odnaleźć się na rynku pracy. Organizowane są w postaci zajęć grupowych lub indywidualnych, a uczestnicy mają zagwarantowane stypendium w kwocie 120% zasiłku dla osoby bezrobotnej. Każdego roku GUP publikuje plan szkoleń. Określa on listę kursów, jakie są planowane w danym roku kalendarzowym oraz wymagania rekrutacyjne dla osób zainteresowanych podniesieniem swoich kwalifikacji.

Prace interwencyjne - to szczególny rodzaj wsparcia oferowanego przez Gdański Urząd Pracy. W tym przypadku, pracodawca w zamian za zatrudnienie osoby skierowanej przez GUP, otrzymuje refundację części wynagrodzenia wypłacanego nowemu pracownikowi oraz składek ZUS. Szczegółowych informacji w tym zakresie udzieli Ci Twój doradca.

Dotacje na rozpoczęcie działalności gospodarczej - rozwiązanie, które w sposób szczególny docenią osoby kreatywne i przedsiębiorcze. W ramach usługi możliwe jest pozyskanie jednorazowego wsparcia finansowego (w wysokości do 600% przeciętnego wynagrodzenia) na zakup niezbędnych narzędzi, materiałów potrzebnych do produkcji, a nawet promocję nowej firmy.

Staż - to jedna z najpopularniejszych form aktywizacji. Dedykowana osobom, których trudności z znalezieniem pracy wiążą się głównie z brakiem niezbędnego doświadczenia zawodowego. W trakcie kilkumiesięcznej praktyki możliwe jest nabycie teoretycznej wiedzy, jak i praktycznych umiejętności. Ważnymi zaletami tej formy aktywizacji jest nie tylko duże prawdopodobieństwo podjęcia pracy w dotychczasowym miejscu praktyki, ale i wysokie stypendium, wynoszące 160% zasiłku dla osoby bezrobotnej, przysługujące przez cały staż.

Prace społecznie użyteczne - propozycja dla osób korzystających ze wsparcia pomocy społecznej (MOPR/GOPS) i nieotrzymujących zasiłku z urzędu pracy. Organizowane są w instytucjach charytatywnych lub działających na rzecz społeczności lokalnej.

Bon na zasiedlenie - to jednorazowa wypłata do 200% przeciętnego wynagrodzenia dla osoby, która planuje podjęcie zatrudnienia lub działalności gospodarczej w odległości co najmniej 80 km od miejsca dotychczasowego zamieszkania (lub gdy najkrótszy czas dotarcia z miejsca zamieszkania do miejsca pracy/prowadzenia działalności i z powrotem przekroczy 3 godziny dziennie).

WSPIERAMY POWRÓT DO AKTYWNOŚCI

Praktyczne rozwiązania dla rodziców i opiekunów dzieci oraz osób zależnych

W Gdańskim Urzędzie Pracy rozumiemy, że czasem trudno pogodzić życie zawodowe z wychowywaniem dzieci lub opieką nad osobami zależnymi. Wspieranie najbliższych to bez wątpienia zajęcie „na pełen etat”, które często wymaga rezygnacji z planów zawodowych. Niestety, po miesiącach lub nawet latach spędzonych poza rynkiem pracy powrót do dawnej aktywności zawodowej nie zawsze jest łatwy. Dlatego rodziców oraz opiekunów, którzy przerwali swoją karierę i po długiej przerwie chcą wrócić na rynek pracy, obejmujemy wsparciem w postaci **refundacji kosztów opieki**. Rozwiązanie to jest adresowane do osób bezrobotnych skierowanych na staż lub szkolenie, o ile spełniają jeden z trzech następujących warunków:

- posiadają co najmniej jedno dziecko do 7. roku życia,
- posiadają co najmniej jedno dziecko niepełnosprawne, które nie ukończyło 18 lat,
- pełnią opiekę nad osobą zależną.

Wysokość refundacji ustalana jest co roku, zgodnie z obowiązującymi w GUP zasadami realizacji programów rynku pracy.

Od 2025 roku urzędy pracy praktycznym wsparciem mogą objąć także osoby, które nie posiadają statusu bezrobotnego. Nowa grupa osób, do której urząd może kierować wsparcie to **poszukujący pracy, niepracujący opiekunowie osób niepełnosprawnych**. Mogą oni w GUP korzystać z dowolnej formy wsparcia, która kiedyś była zarezerwowana wyłącznie dla bezrobotnych. Do wyboru są: staż, szkolenie, dotacja na rozpoczęcie działalności gospodarczej, refundacja kosztów wyposażenia lub doposażenia stanowiska pracy bądź udział w pracach interwencyjnych lub robotach publicznych.



ODKRYJ I LEPIEJ WYKORZYSTAJ MOCNE STRONY

Skorzystaj z doradztwa zawodowego w Centrum Rozwoju Talentów



Czy wiesz, że...

według Instytutu Gallupa tylko 20% pracowników w pełni wykorzystuje swoje talenty w pracy? To oznacza, że większość z nas nie rozwija swojego prawdziwego potencjału. Czas to zmienić - warto odkryć i doskonalić swoje mocne strony, by osiągnąć pełnię możliwości.

Szukasz pracy? Myślisz o zmianie zawodu? Nie jesteś pewien swoich mocnych stron i predyspozycji? Ustal to, co najważniejsze i dokonaj dobrego wyboru! Pomogą Ci w tym doradcy z Centrum Rozwoju Talentów, którzy oferują kompleksowe poradnictwo edukacyjno-zawodowe dla młodzieży i dorosłych. Priorytetem CRT jest pomoc w budowaniu mocnych stron, wspieranie rozwoju talentów oraz uczenie umiejętności, które podnoszą wiarę we własne możliwości.

Centrum Rozwoju Talentów podzielone jest na trzy strefy:

- **Akademia Kariery** – dla wszystkich osób szukających wsparcia w rozwoju zawodowym.
- **Strefa Rozwoju Osobistego** – utworzona dla osób bezrobotnych zarejestrowanych w Gdańskim Urzędzie Pracy.
- **Młodzieżowa Kraina Talentów** – dla młodzieży od 7 klasy, która stoi przed ważnymi wyborami edukacyjnymi.

W ramach stref Centrum oferuje dwie formy wsparcia:

- **Konsultacje indywidualne z doradcą zawodowym** Możesz w nich uczestniczyć niezależnie od statusu na rynku pracy. Najpierw poznasz swoje mocne strony i

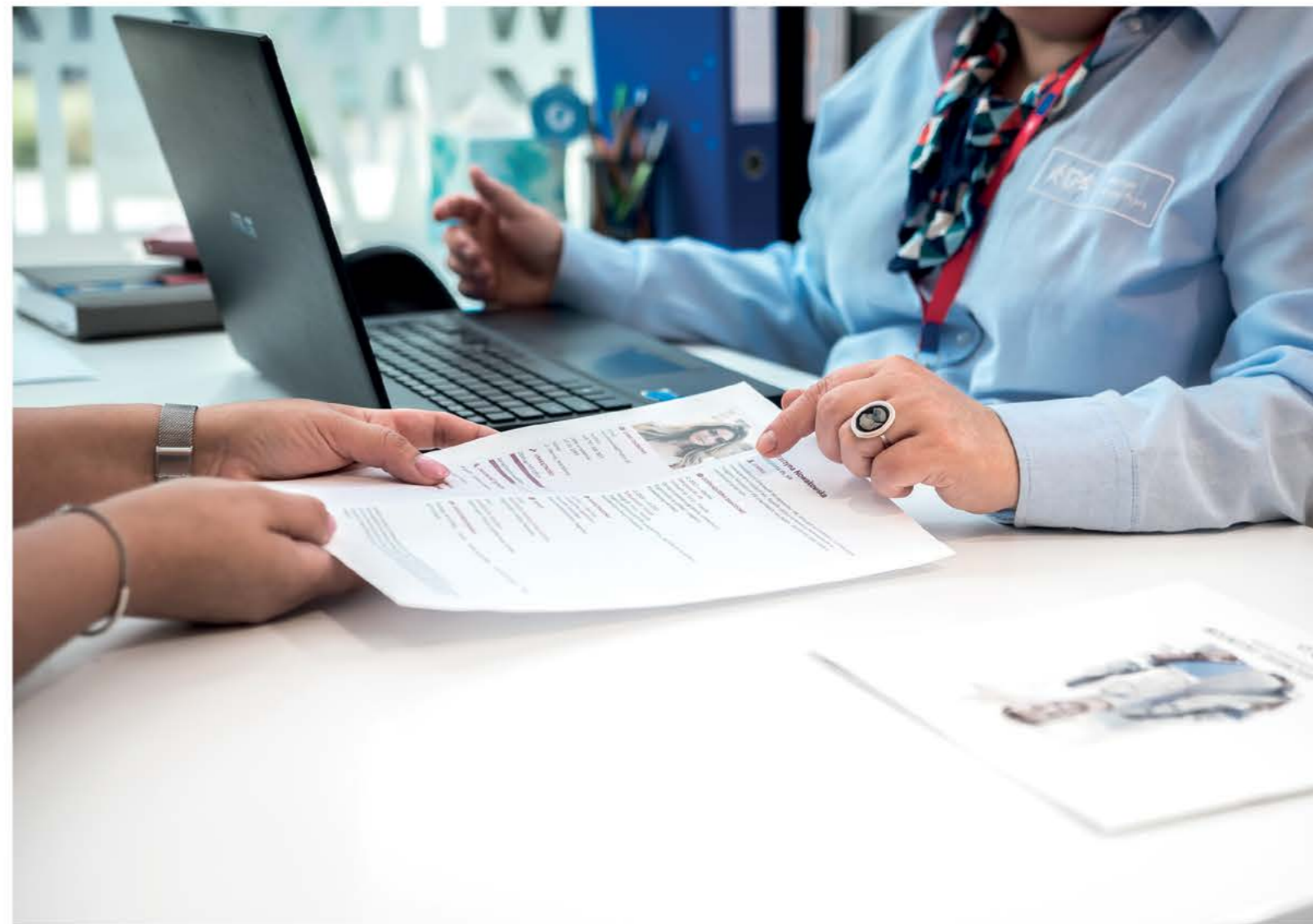
talenty, a następnie wybierzesz kierunek rozwoju oraz zaplanujesz ścieżkę kariery. Poznasz zasady funkcjonowania rynku pracy i procesów rekrutacyjnych oraz sposoby na udoskonalenie CV i listu motywacyjnego. Spotkania są dopasowane do Twoich potrzeb, odbywają się zarówno stacjonarnie, jak i on-line.

▪ Warsztaty rozwojowe

To propozycja dla tych, którzy chcą w przyjaznej i swobodnej atmosferze rozwijać swoje mocne strony oraz kompetencje miękkie. Podczas warsztatów przećwiczysz praktyczne umiejętności i nauczysz się, jak skutecznie je wykorzystywać. Poznasz tajniki procesów związanych z rekrutacją i funkcjonowaniem rynku pracy. Będzie to też okazja do wymiany doświadczeń z innymi uczestnikami. Dzięki temu zyskasz pewność siebie i konkretne narzędzia, które od razu wykorzystasz w swoim rozwoju zawodowym.

Jak się zapisać

Wszystkie usługi Centrum są bezpłatne. Zapisu na konsultacje indywidualne i warsztaty możesz dokonać przez stronę internetową Centrum – www.centrumtalentow.pl.



PRACA NA MAPIE I W TELEFONIE

Jobmapa.pl to serwis internetowy, dzięki któremu możesz szukać pracy blisko domu, a także sprawdzić wysokość wynagrodzenia w Twoim zawodzie. ERGON to z kolei aplikacja mobilna, dzięki której urząd pracy jest zawsze w zasięgu ręki!



Czy wiesz, że...

w kwietniu 2023 r. serwis internetowy *jobmapa.pl* zwyciężył w ogólnopolskim konkursie *Skrzydła IT w Administracji w kategorii eUsługi dla obywateli*. Z kolei *Ergon* otrzymał nominację do nagrody *Mobile Trends Awards 2025*.

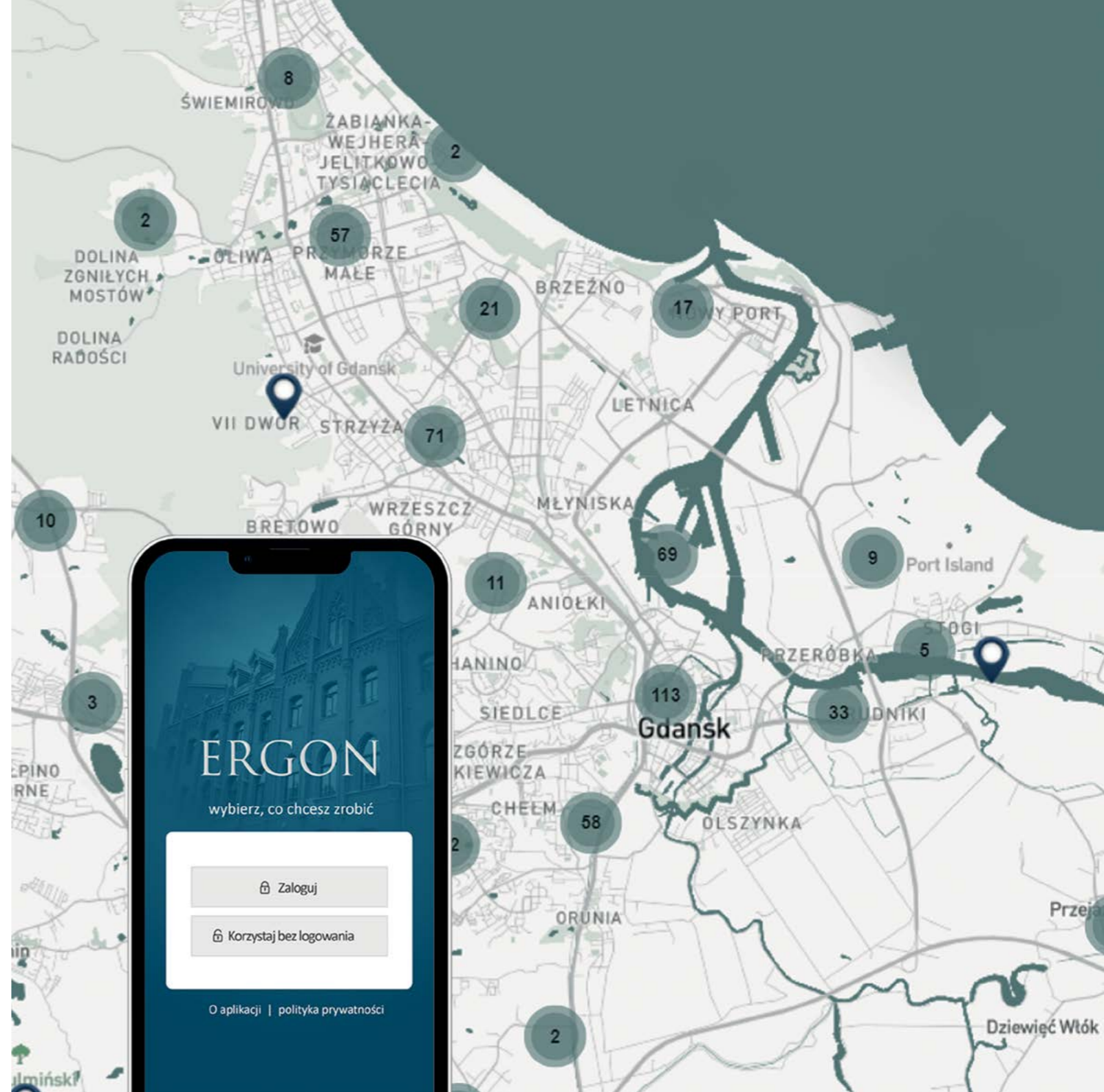
To, co wyróżnia **Jobmapę** od innych portali rekrutacyjnych, to możliwość wyszukiwania i przeglądania ofert pracy za pośrednictwem interaktywnej mapy całego Trójmiasta. Serwis wyświetla dziennie od blisko 900 do nawet 1 300 propozycji zatrudnienia. Pochodzą one z różnych źródeł. Większość to ogłoszenia zarejestrowane w Gdańskim Urzędzie Pracy i Centrum Pracy Seniorów i Seniorów. Swoje oferty dodają również inne urzędy pracy (w Gdyni, Kartuzach, Malborku, Nowym Dworze Gdańskim i Tczewie), dzięki czemu serwis ma metropolitalny charakter. Propozycje dla siebie znajdują też osoby poszukujące zatrudnienia w państwach Unii Europejskiej, osoby poszukujące pracy zdalnej, a także niepełnosprawni.

Korzystanie z serwisu jest łatwe. Witryna umożliwia poszukiwanie ofert pracy wg określonych dzielnic Gdańska, branż lub poprzez wpisanie nazwy zawodu w polu wyszukiwania. Ważną funkcjonalnością projektu jest Raport Wynagrodzeń. Narzędzie umożliwia sprawdzenie wysokości wynagrodzenia oferowanego przez pracodawców w poszczególnych zawodach. Dane udostępniane są wg grup zawodów i pochodzą z raportów Zakładu Ubezpieczeń Społecznych, co daje wyjątkową gwarancję ich wiarygodności.

Aplikacja mobilna ERGON

W 2024 r. lista nowoczesnych usług GUP wzbogaciła się o kolejną nowość. Tym razem jest to aplikacja mobilna ERGON, zbudowana z dwóch modułów. Pierwszy otwarty jest dla wszystkich i pozwala na przeglądanie ofert zatrudnienia zgłoszonych do urzędu pracy, śledzenie nadchodzących wydarzeń, sprawdzanie propozycji stażu czy zapisanie się na szkolenie grupowe.

Drugi adresowany jest do zarejestrowanych w GUP bezrobotnych. Dostęp do tego modułu możliwy jest na podstawie PESEL-u oraz po podaniu numeru telefonu lub adresu poczty elektronicznej wskazanego podczas rejestracji w urzędzie pracy. Po zalogowaniu aplikacja wyświetli informacje o statusie, długości zarejestrowania, zbliżających się wizytach, przypisanym doradcy, zwolnieniach lekarskich przestanych do urzędu pracy oraz prawie do zasiłku lub stypendium, a także ich wysokości wraz z harmonogramem wypłat. Dodatkowo osoby, które złożyły wniosek o przyznanie dotacji na założenie dział. gospodarczej będą mogły tu sprawdzić status swojej sprawy. Aplikację można pobrać bezpłatnie zarówno ze sklepu Google Play oraz Apple App Store.





AKTYWNOŚĆ NIE MA WIEKU

Centrum Pracy Seniorek i Seniorów

Zbliżasz się do wieku emerytalnego lub jesteś już na emeryturze i chcesz nadal rozwijać się zawodowo? Szukasz pracodawcy, który doceni doświadczenie, wiedzę i lojalność?

Centrum Pracy Seniorek i Seniorów istnieje właśnie dla Ciebie! To pierwszy w Polsce punkt kompleksowo wspierający osoby 60 plus. Pomagamy znaleźć zatrudnienie dopasowane do możliwości, oczekiwań i stylu życia - zarówno w pełnym, jak i częściowym wymiarze czasu pracy.

W Centrum możesz liczyć na profesjonalne pośrednictwo pracy i indywidualne doradztwo. Wspólnie analizujemy kompetencje, pomagamy stworzyć dokumenty aplikacyjne i udzielamy wskazówek, jak przygotować się do rozmów kwalifikacyjnych. Jednak to miejsce to nie tylko praca - to także przestrzeń rozwoju, integracji i aktywności społecznej. Organizujemy warsztaty, dni tematyczne i wydarzenia, które pozwalają rozwijać pasje, zdobywać nowe umiejętności i poznawać lokalny rynek pracy.

Sz szczególnie warto odwiedzić też coroczne **Targi Pracy i Aktywności Seniorów**, które odbywają się w październiku w AMBEREXPO. To wyjątkowa okazja, by spotkać pracodawców, zapoznać się z setkami

ofert zatrudnienia i zdobyć praktyczne informacje w strefach tematycznych. Na uczestników każdorazowo czekają m.in. porady prawne, badania i liczne konsultacje zdrowotne, a także informacje o instytucjach wspierających seniorów. Na miejscu można wziąć udział w warsztatach artystycznych i sportowych, obejrzeć pokazy mody dla seniorów oraz posłuchać inspirujących prelekcji znanych osób.

Chcesz skorzystać z naszych usług lub dowiedzieć się więcej? Zapraszamy do Centrum przy al. Grunwaldzkiej 30/32 w Gdańsku od poniedziałku do piątku w godz. 8:30-14:30, możesz też zadzwonić pod nr /58/ 500-56-35 (-36) albo sprawdzić informacje online na www.pracadaseniorow.pl.



Czy wiesz, że...

średnio każdego roku niemal 500 nowych seniorów rejestruje się w bazie Centrum, szukając wsparcia i inspiracji. A w ostatnich trzech latach 150 seniorów wzięło udział w warsztatach podnoszących kwalifikacje z obszaru obsługi komputera i zajęciach z gimnastyki umysłu.

E-URZĄD PRACY

Nowoczesne technologie w służbie zatrudnienia

Rozwój nowoczesnych narzędzi komunikacyjnych to jeden z priorytetów Gdańskiego Urzędu Pracy. Cyfrowa rewolucja rozpoczęła się już w 2009 roku, kiedy to uruchomiliśmy elektroniczny system zgłoszenia do rejestracji przez Internet. Dziś możliwości jest już zdecydowanie więcej. **Łącznie do dyspozycji naszych klientów jest kilkadziesiąt e-formularzy**, za pośrednictwem których można m.in. zgłosić podjęcie pracy, zapisać się na szkolenie lub złożyć wniosek o wydanie zaświadczenia. Listę wszystkich cyfrowych druków można znaleźć na stronie www.gdansk.praca.gov.pl/uslugi-elektroniczne. Za pośrednictwem naszego serwisu [www](http://www.gdansk.praca.gov.pl) można również sprawdzić m.in. status wniosku o dotację na założenie działalności gospodarczej, datę wizyty u doradcy ds. zatrudnienia oraz wyszukiwać oferty pracy na mapie Trójmiasta.

Rozwijamy także inne narzędzia. W siedzibie GUP do dyspozycji bezrobotnych są stanowiska komputerowe z bezpłatnym dostępem do Internetu, multimedialne telebimy z ofertami pracy, infokiosk oraz stanowisko do potwierdzania Profilu Zaufanego. Duży krok postawiliśmy też w zakresie bezpośredniej komunikacji. Od kilku lat aktywnie działamy w mediach społecznościowych, będących platformą wymiany spostrzeżeń oraz sugestii dotyczących działalności GUP.

DOSTĘP DO INTERNETU

Oferujemy bezpłatny dostęp do komputera połączonego z Internetem. Dzięki temu możesz przygotować swoje dokumenty rekrutacyjne w wersji elektronicznej, a także wysłać je bezpośrednio na adres mailowy pracodawcy. Uzyskujesz też dostęp do narzędzia, za pomocą którego możesz przeglądać oferty pracy znajdujące się na różnych serwisach rekrutacyjnych.

TELEBIMY Z OFERTAMI

Każdego miesiąca pozyskujemy dla Ciebie setki nowych ofert pracy. Każdą z nich możesz sprawdzić w urzędzie. Pomogą Ci w tym nasze nowoczesne telebimy. Dzięki nim dowiesz się, na jakie stanowiska aktualnie rekrutują pracodawcy, jakie wymagania muszą spełnić kandydaci, a także bezpłatnie wydrukujesz interesujące Cię ogłoszenia.

E-FORMULARZE

Nie masz czasu na wizytę w urzędzie? Skorzystaj z e-formularzy, jakie udostępniamy na naszej stronie internetowej. Bez wychodzenia z domu m.in. możesz zarejestrować się jako osoba bezrobotna, zgłosić podjęcie pracy lub założenie działalności gospodarczej, a także zapisać się na szkolenie bądź złożyć wniosek o wydanie zaświadczenia.

eGIEŁDY PRACY

Giełdy pracy to grupowe spotkania osób poszukujących zatrudnienia z pracodawcą. Podczas wydarzenia osoba odpowiedzialna za rekrutację przedstawia firmę, warunki pracy i wymagania stawiane kandydatom. Z kolei bezrobotni mają swobodną możliwość zadawania pytań dot. oferowanego stanowiska. W GUP tego typu spotkania mogą się odbywać wirtualnie, za pośrednictwem popularnej platformy ZOOM.

WYSZUKIWARKI WNIOSKÓW I WIZYT

Złożyłeś wniosek o wsparcie finansowe na założenie firmy lub masz umówioną wizytę u doradcy? Zarówno termin spotkania, jak i status wniosku o dotację sprawdzisz w wyszukiwarce na stronie www.gdansk.praca.gov.pl. Status pozostałych spraw możesz śledzić w naszym Biuletynie Informacji Publicznej (www.bip.gup.gdansk.pl/menu-przedmiotowe/twoja-sprawa-w-urzedzie).

SOCIAL MEDIA

Twoja opinia jest dla nas bardzo ważna, dlatego aktywnie działamy w popularnych mediach społecznościowych. Liczymy na spostrzeżenia dotyczące naszej bieżącej działalności, a także ewentualne propozycje dotyczące przyszłych działań, jakich od nas oczekujecie. Można nas znaleźć m.in. na Facebooku oraz YouTube.

POMOC SPECJALISTY

Twoje problemy są dla nas ważne

Część osób, które ponownie muszą znaleźć swoje miejsce na rynku pracy, przeżywa poważne załamania nerwowe, inni popadają w różnego rodzaju uzależnienia. Niekiedy problemy te są na tyle poważne, że skutecznie uniemożliwiają powrót do aktywności. Dlatego w Gdańskim Urzędzie Pracy osobom zmagającym się z tego typu trudnościami oferowana jest pomoc w postaci konsultacji specjalistycznych. W trakcie spotkań, z dala od „urzędowego” zgiełku, w bezpiecznej i gwarantującej anonimowość atmosferze, doświadczony specjalista dokonuje profesjonalnej diagnozy trudności adaptacyjnych, a następnie opracowuje listę zaleceń dotyczących dalszego postępowania z ewentualnym wskazaniem konkretnych, zewnętrznych instytucji pomocowych. Oprócz profesjonalnej diagnozy dodatkową, niezwykle ważną wartością udziału w sesji jest często niedoceniana możliwość zwykłej rozmowy, podzielenia się swoim problemem z inną osobą. Pomaga to w przezwyciężeniu poczucia osamotnienia i bezsilności.

Udział w sesji może wziąć każdy bezrobotny, jednak ostateczny dobór osób leży w gestii doradców zawodowych.



Czy wiesz, że...

do spotkań z psychotraumatologiem kierowane są osoby, które wykazują pierwsze objawy depresji, uzależnienia, wypalenia zawodowego lub innych problemów natury psychicznej, uniemożliwiających powrót do aktywności zawodowej. Same spotkania organizowane są obecnie w Centrum Rozwoju Talentów Gdańskiego Urzędu Pracy (al. Grunwaldzka 472d – budynek Olivia Six), pojedyncza sesja trwa ok. 60 minut, a każdy bezrobotny może wziąć w nich udział maksymalnie trzy razy.





Katalog usług klienta indywidualnego

Gdański Urząd Pracy
ul. Lastadia 41
80-880 Gdańsk

tel. /58/ 743-13-00
www.gdansk.praca.gov.pl
kancelaria@gup.gdansk.pl