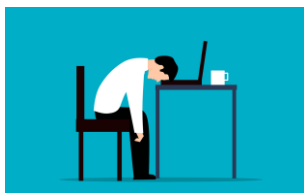


Delavnice za študente FMF UL (izbor)

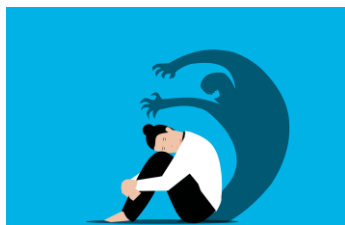


Tehnike obvladovanja stresnih situacij

Četrtek, 30. 11. 2023, ob 14.00. Na Fakulteti za strojništvo UL.

Obravnavali bomo osnovne pojme, povezane s stresom: kaj so stres, izčrpanost in izgorelost ter kako se manifestirajo v vsakdanjem življenju. Razpravljali bomo o dejavnikih v okolju, ki lahko povzročajo stres, in o tem, kako se naš organizem odziva na te pritiske. Zaključili bomo s praktičnimi nasveti o skrbi zase in o postavljanju prioritet, da bi bolje obvladovali in preprečevali stres v vsakdanjem življenju.

[Prijavite se v POPR-u](#)>>

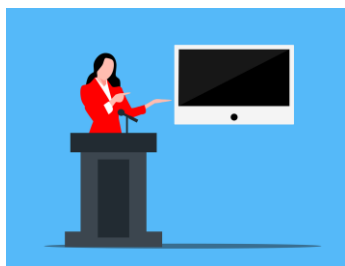


Anksioznost in panični napadi: Kako prepoznati, razumeti in obvladati simptome?

Torek, 5. 12. 2023, ob 14.00. Na spletu.

Se kdaj počutite nemirno, napeto, prestrašeno ali doživljate napade panike? Vabimo vas na webinar, na katerem bomo obravnavali eno najpogostejših duševnih težav današnjega časa. Podrobno bomo predstavili, kaj so anksioznost in panični napadi ter kako prepoznati simptome. Razložili bomo, zakaj se težave pojavljajo in kako vplivajo na vsakdanje življenje posameznika in uporabne nasvete za obvladovanje.

[Prijavite se v POPR-u](#)>>



Kako uspešno predstaviti svojo idejo

Četrtek, 7. in 14. 12. 2023, ob 14.00. Na Fakulteti za strojništvo UL.

Uspešno predstavljanje je veščina, ki jo potrebujemo v vseh življenjskih okoliščinah tako med študijem, pri delu kot tudi v zasebnem življenju. Na delavnici boste spoznali tehnike učinkovitega in prepričljivega predstavljanja (pitching) in se v njih tudi preizkusili. Naučili se boste, kako dobro vsebinsko pripraviti predstavitev, jo prilagoditi ciljni skupini ter jo sproščeno in prepričljivo izvesti.

Obvezna udeležba na obeh terminih.

[Prijavite se v POPR-u](#)>>



Kako se pogovarjati z delodajalcem na razgovoru za delo

Ponedeljek, 4. 12. 2023, ob 15.15. Na Fakulteti za elektrotehniko UL.

Četrtek, 7. 12. 2023, ob 14.00. Na spletu.

Se pripravljate na razgovor? Veste, kako poteka? Poznate najpogostejša vprašanja, ki jih postavljajo delodajalci? In plača? Kako se pogovarjati in kako se pogajati? V primeru, da imate določene omejitve - kako jih predstaviti? Pridružite se nam in izvedeli boste vse, kar vas zanima o razgovoru.

[Prijavite se v POPR-u](#)>>



Kako napisati dober CV (za tehnične profile)

Torek, 12. 12. 2023, ob 14.00. Na spletu.

CV je naša osebna predstavitev. Naredimo ga s ciljem, da pridobimo povabilo na razgovor prakso, počitniško delo, štipendijo ali zaposlitev. Pridružite se nam in izvedeli boste, kakšna je razlika med dobrim in slabim CV-jem, ter kaj je to, kar prepriča delodajalca.

[Prijavite se v POPR-u](#)>>



LinkedIn - moj online CV

Sreda, 13. 12. 2023, ob 14.00. Na spletu.

Ne veste, kaj bi z LinkedIn-om? Udeležite se naše delavnice in spoznali boste, kako ga kar najbolje izkoristiti. Izvedeli boste, kako si z njim graditi osebno blagovno znamko, kako ga uporabite kot svoj spletni CV in orodje za mreženje.

[Prijavite se v POPR-u](#)>>

INFORMACIJE: Andreja Jurček, karierna svetovalka, andreja.jurcek@uni-lj.si