



NVA e-mācību kurss

Kā veidot efektīvu darba meklēšanas stratēģiju

**Pieejams, saprotams, pielāgots
un atbalstošs ikvienam darba
meklētājam!**

Pielāgojumi

Personām ar redzes traucējumiem:

- ReadSpeaker – teksta klausīšanās iespēja
- Pielāgojams fonts, krāsas un kontrasts
- Ekrānlasītāju atbalsts un vienkāršota navigācija

Personām ar dzirdes traucējumiem:

- Video ar subtitriem
- Zīmju valodas tulkojums (surdotulkotājs)
- Vienlaikus redzams tulkojums un satura lapas

Ilgums:

5 akadēmiskās stundas

Pieejamība:

Bez maksas – e-apmacība.nva.gov.lv

Pieslēgšanās:

ar eID, Smart-ID, eParakstu u.c.

Kursa saturs:

- Darba meklēšana – kā apzināt savas prasmes un noteikt mērķus
- Laika plānošana – efektīva ikdienas struktūra darba meklējumu laikā
- Stresa vadība – kā saglabāt emocionālo līdzsvaru un pārliecību

Kursa pielāgojumi veikti sadarbībā ar:

- Latvijas Neredzīgo biedrību
- Latvijas Nedzirdīgo savienību
- Lietotājiem un jomas ekspertiem (testēšanas procesā)

 Bez maksas informatīvais tālrunis 80200206

 www.nva.gov.lv