

以下資訊由仁人服務社節錄及翻譯自官方網站，所有內容均以官方網站公佈資訊為準。

網站連結：<https://esd.wa.gov/unemployment/job-search-requirements>

求職活動列表 (Job search activities list)

下圖為當前批准的求職活動列表。如果您正在領取常規失業保險或疫情緊急失業補償金 (PEUC)，您必須**每週**完成其中的三項求職活動，才能繼續享受福利。如果您正在領取疫情失業援助金 (PUA)，則必須完成其中一項求職活動，儘管我們強烈鼓勵您完成三項。

活動類型	目前已批准的求職活動項目	可提供的檔建議	滿足延長失業救濟福利 (EB) 的求職要求
與雇主聯繫	聯繫雇主 (申請、諮詢面談、工作面試、通過通話或電子郵件進行的後續聯繫)。	職位名稱或職位編號、雇主或企業名稱、聯繫方式 (面對面、線上、電話、電子郵件或其它)、雇主或企業聯繫資訊。	*
WorkSource	在 http://www.worksourcewa.com/ 上設置一個帳戶。	帳戶頁面的螢幕截圖。	
WorkSource	將簡歷上傳到 WorkSourceWA.com ，並使其可被雇主搜尋。	螢幕截圖或簡歷副本。	
WorkSource	參加由 WorkSource 贊助的現場或線上研討會。	研討會名稱、日期、時間和地點。	
WorkSource	參加由 WorkSource 贊助的現場或線上招聘會或招聘活動，並聯繫至少其中一家雇主。	活動名稱、日期和參加地點或方式、雇主姓名。	
WorkSource	參加由 WorkSource 贊助的求職俱樂部 (job club)。	俱樂部名稱、日期以及參加地點或方式。	
WorkSource	參加再就業服務和資格評估 (RESEA) 初始約談或後續跟進。	活動名稱、日期以及地點或方式。	
WorkSource	參加由 WorkSource 贊助的一般工作俱樂部。	活動名稱、日期以及參加地點或方式 (現場或線上)。	
WorkSource	與 WorkSource 專員或求職教練會面，瞭解 Title I 服務。	活動名稱、日期以及完成地點或方式。	
WorkSource	註冊 WIOA 的 Title I-B 計畫，並制定個人就業計畫。	活動名稱、日期以及完成地點或方式。	
WorkSource	參加 WIOA 的 Title I-B 課程，並接受至少一項基本或個性化的職業服務，如參加職工培訓、金融知識或短期就業預備課程。	活動名稱、日期以及完成地點或方式。	
WorkSource	參加 WIOA 的 Title I-B 在職員工培訓。	活動名稱、日期以及完成地點或方式。	
WorkSource	參加 WIOA 的 Title I-B 有薪或無薪工作實踐或實習。	活動名稱、日期以及完成地點或方式。	
WorkSource	參加 WIOA 的 Title I-B 在崗培訓。	活動名稱、日期和完成地點。	
其它	在 esd.wa.gov/labormarketinfo 做勞動力市場研究。	資訊的螢幕截圖。	
其它	觀看線上視頻，例如 YouTube 視頻，瞭解求職主題 (例如：如何寫求職信和簡歷，或面試技巧)。	視頻的連結或視頻啟動頁面的螢幕截圖。	
其它	準備一個招聘會或面試用的 30 秒"電梯簡報"。	螢幕截圖或文檔。	
其它	在求職網站 (如：Indeed, LinkedIn, Glassdoor CareerBuilder, Monster, Google Careers 或其它網站) 上設置一個新帳戶、更新您在求職網站上現有的帳戶的資料並搜索職位空缺。	您的個人資料和職位空缺的連結或螢幕截圖。	
其它	在求職招聘網站上 (如 Job Scan, Bright Move, Hiring Solved 或其它) 建立帳戶，並上傳您的簡歷和求職信。	顯示帳戶創建成功和特定的職位空缺的頁面連結或螢幕截圖。	
其它	註冊報名使用私人求職教練或服務。	同意書的連結或螢幕截圖。	
其它	註冊報名使用就業服務機構、招聘或獵頭服務機構。	註冊頁面的螢幕截圖。	
其它	參加由就業服務機構贊助的求職相關網路研討會或課程。	活動連結或頁面的螢幕截圖。	
其它	參加現場或線上招聘會或招聘活動，並與至少一名的雇主聯繫。	招聘會代表寄發的登記信或電子郵件; 參加招聘會的雇主或企業名稱; 聯繫方式	*

		(面對面、線上、電話、電子郵件或其它), 雇主或企業的聯繫方式。	
其它	參與線上或遠程實習和職場見習 (job shadowing)。	見習負責人的信件或電子郵件的副本。如果此工作見習是針對特定空缺職位的, 則可將其計為雇主以獲得延長福利。	*
其它	參加私人或社區的求職俱樂部 (job club)。	俱樂部組織者或贊助商發的信件或電子郵件。	
其它	參加私人在崗培訓 (on-the-job training, 簡稱 OJT)。	公司名稱、職位類型以及完成地點或方式。如果此培訓工作是針對特定空缺職位的, 則可將其計為雇主以獲得延長福利。	*
其它	利用網站 (例如 Strong, My Next Move, Myers/Briggs 等) 做職業和興趣評估, 幫助你對感興趣的職業有更好的瞭解。	評估結果的連結或螢幕截圖。	
其它	在 ACT WorkKeys 上做職業技能評估。	評估結果的連結或螢幕截圖。	
其它	獲得 National Work Readiness Credential (NWRC) 職業準備證書。	螢幕截圖或掃描的證書副本。	
其它	參加職業技能或電腦應用課程。	螢幕截圖或報名收據副本。	
其它	參加電腦技能培訓班或課程。	螢幕截圖或報名收據副本。	
其它	參加以英語為第二語言 (ESL) 的英語學習班或課程。	語言學習班的名稱、上課日期和地點、螢幕截圖或報名註冊收據的掃描。	
其它	參加領英 (LinkedIn) 學習認證課程, 或其它類似線上學習平臺上開設的課程。	課程完成頁面的連結或螢幕截圖。	
其它	參加私營部門的有薪或無薪工作實踐或實習。	雇主發的信或電子郵件。	
其它	參加盲人服務部 (Department of Services for the Blind , 簡稱 DSB) 的職業康復專案, 做好就業準備, 求職、殘疾心理調適或生活技能培訓活動。[僅限符合 DSB 資格的參與者]	職業康復顧問發來的電子郵件或信件副本, 以提供參與活動和日期的記錄。	
其它	參加職業康復科 (Division of Vocational Rehabilitation , 簡稱 DVR) 的職業康復就業準備或求職活動。[僅限符合 DVR 資格的參與者]	職業康復顧問發來的電子郵件或信件副本, 以提供參與活動和日期的記錄。	
自雇人士或企業主	向新客戶和潛在客戶宣傳您的業務。	廣告 (電子版, 報紙, 社交媒體等) 的連結或螢幕截圖。	
自雇人士或企業主	工作專案投標。	提交投標的提案的副本或圖片。	
自雇人士或企業主	聯繫潛在客戶或舊客戶。	聯繫客戶的姓名、聯繫日期和聯繫方式 (電子郵件或電話號碼)。	
自雇人士或企業主	參加網路研討會或現場研討會, 以發展與業務相關的技能或學習新的技能。	研討會的報名註冊信、確認出席的電子郵件, 或研討會的結業證書。	
自雇人士或企業主	在 business.wa.gov 或 sba.gov 之類的網站上使用小型企業服務, 或向小型企業發展中心 (Small Business Development Center, 簡稱 SBDC) 的專業人員進行諮詢。	顯示訪問和與小型企業服務網站接觸的證明的螢幕截圖。 所諮詢的 SBDC 專業人員的姓名和聯繫資訊。	
自雇人士或企業主	其它顯示積極持續的態度以努力建立您的業務的活動。	在執照部 (Department of Licensing) 或稅務局 (Department of Revenue) 更新專業執照的螢幕截圖或圖片。 您的商業貸款負責人的姓名和聯繫方式。 顯示您商業網站更新時間的螢幕截圖。 您參加或主持的商業人脈拓展活動的螢幕截圖。	
	延長失業救濟福利 (EB) 計畫允許最多 20 周的額外福利, 但附帶更嚴格的求職要求。上列表格中帶有星標 () 的活動意味著它們將滿足更嚴格的 EB 求職要求。然而因疫情得到控制, EB 目前在華盛頓州已不可用。		