



Monin tavoin hyödyllinen, ainutlaatuinen etu



Nostetta elämääsi

- » Monipuolinen, ainutlaatuinen Pro Noste tuo vahvaa nostetta elämääsi – haluamme, että:
 - hallitset työsi ja kehityt siinä, pysyt tahdissa mukana ja olet valmis muutoksiin
 - osaat tuoda osaamisesi esiin, menestyt ja etenet urallasi sekä onnistut työnhaussa
 - voit hyvin henkisesti ja fyysisesti, työ ja muu elämäsi on tasapainossa, olet onnellinen.

Pro Noste -valmennus

- » Pro Noste tarjoaa henkilökohtaisen valmentajan, joka neuvoo, valmentaa ja tukee. Voit myös valita psykologin tai terveysasiantuntijan.
- » Palvelu perustuu luottamuksellisuuteen. Se tapahtuu virtuaalisesti: puhelimitse tai Skypen audio- tai videoyhteydellä.
- » Valmennus on yksilöllistä ja ratkaisukeskeistä, voit keskustella esimerkiksi näistä aiheista:
 - Osaamisesi tunnistaminen ja vahvistaminen
 - Työsi ja muun elämäsi yhteensovittaminen
 - Kehitys-/palkkakeskusteluun valmistautuminen
 - Työtaakkasi keventäminen ja hyvinvointisi
 - Innostus ja motivaation säilyttäminen
 - Uranäkymäsi, -pohdintasi ja -suunnittelu
 - Muutoksiin varautuminen ja valmiinaolo
 - Työnhaku, työhakemuksen ja CV:n tekeminen
 - Työhaastattelu ja siihen valmistautuminen
 - Opiskelumahdollisuuksien kartoittaminen.
- » Valmennus saa käyttäjiltä jatkuvasti kiittävät arviot: se koetaan toimivaksi, ammattitaitoiseksi, hyödylliseksi ja ystävälliseksi – loistavaksi eduksi. Pro Noste tuottaa tulosta.

Pro Noste -video- ja -webinaarikirjasto

- » Pro Noste tarjoaa huikeat yli 150 videota ja webinaaria / niiden tallennetta, jotka ovat katsottavissa 24/7. Ne muun muassa edistävät uratavoitteitasi, antavat potkua työnhakuun, keinoja osaamisesi, hyvinvointisi ja terveytesi vahvistamiseen sekä ideoita ja inspiraatiota.

Pro Noste -Facebook-ryhmä



- » Liity ja hyödy: Pro Noste Facebook-ryhmässä on muun muassa jaossa hyvinvointi- ja terveysvinkkejä sekä muuta hyötytietoa + valmentaja esiintyy viikoittain eri aiheista (esiintymisten tallenteet ovat katsottavissasi milloin haluat). Voit myös keskustella ja saada vertaistukea.





Hyödy sinäkin nosteesta!

Johanna halusi pohtia valmentajan kanssa houkuttelevan työpaikan hakemista ja miten toisi parhaat puolensa esiin.

Johanna
37-vuotias
ylitarkastaja

"Huippupalvelua! Valmentaja selvästikin paneutui tilanteeseeni. Sain kannustusta ja hyviä neuvoja, en huomannut edes kaikkea itse kysyä. Palvelu toimi hienosti. Tuli varma olo ja hain tehtävää."

Stefan keskusteli stressaavaksi kokemassaan työssä jaksamisesta ja tasapainosta työnsä ja uusperhe-elämänsä välillä.

"Tulin ymmärretyksi. Sain vinkkejä ja kuulin ajatuksia herättäviä näkökulmia suhtautumiseeni työhön, ajankäyttöni ja jaksamiseeni. Hienoa lisäksi se, että tämä oli tarjolla äidinkielelläni ruotsiksi."

Stefan
43-vuotias
Financial
Controller

Aleksi hyödynsi Pro Nostetta ja myös työsuhdepalveluitamme työharjoitteluaikana ja nyt valmistumisensa kynnyksellä.

Aleksi
24-vuotias
insinööri-
opiskelija

"Tämä on hieno etu. Olen saanut valmentajalta vahvistusta näkemyksilleni. Nosteen Facebook-ryhmässä on paljon mielenkiintoista työelämään ja hyvinvointiin liittyvää ja valmentajan live-esiintymiset ovat kyllä jees!"

Kaarina irtisanottiin ensimmäistä kertaa elämässään yt-neuvottelujen päätteeksi. Hän turvautui Pro Nosteen apuun.

"Pro Noste on auttanut tosi paljon ja antanut uskoa itseeni. Sain hyödyllistä opastusta. Nyt on CV:t ja LinkedInit ja tiedän miten haen piilotyöpaikkoja. Iso kiitos ja myös siitä, että saan tämän kaiken maksutta."

Kaarina
57-vuotias
suunnittelija

Lyömätön yhdistelmä

pro Noste + Työpaikkatutka

Pro Nosteesta saat hyviä konkreettisia neuvoja ja vinkkejä muun muassa työpaikan hakuun. Pron Työpaikkatutka -jäsenetu kerää yhteen Suomen avoimet työpaikat, joista valitaan antamiesi kriteerien perusteella yksilöllisesti juuri sinulle parhaat vaihtoehdot. Yhdessä nämä palvelumme ovat lyömätön yhdistelmä!



Pro Nostetta on tarjolla yli 3000,- arvosta – Pron jäsenille kaikki tämä maksutta.

Proliitto.fi