

Entdecke deine Stärken

Halte dich beruflich fit



DIE POST 

Gestalte deine Zukunft

Denkst du bei «fit» an Sport? Ich auch – aber nicht nur. Fit bedeutet: leistungsfähig, frisch, energiegeladen, auf der Höhe. Und zwar nicht nur in körperlicher Hinsicht: Ich finde, diese Eigenschaften brauchen wir alle auch im Beruf. Darum haben wir «Fit im Beruf» lanciert. Bei dieser Initiative geht es darum, dass du dich regelmässig mit deiner beruflichen Situation auseinandersetzt. Dass du dich fragst, ob deine aktuelle Tätigkeit deinen Stärken und Interessen entspricht und wie du mit Veränderungen umgehst. Und dass du Angebote nutzt, um dich beruflich weiterzuentwickeln. Dies kommt deiner persönlichen Zufriedenheit und deiner Arbeitsmarktfähigkeit zugute. Denn wir wissen es alle: Die Arbeitswelt verändert sich. Und wir sind gefordert, uns anzupassen.

Es lohnt sich, ab und zu innezuhalten und eine Standortbestimmung zu machen. Die Post unterstützt dich dabei. In der vorliegenden Broschüre erfährst du mehr zu den Angeboten unter dem Titel Fit im Beruf. Mein Rat: Nimm das Heft in die Hand – wortwörtlich und im übertragenen Sinn.



Valérie Schelker
Leiterin Personal Post

«Es lohnt sich,
ab und zu eine
Standortbe-
stimmung zu
machen.»

Fit im Beruf: Worum geht es?

Die Arbeitswelt verändert sich. Berufe verändern sich. Kundenbedürfnisse verändern sich. Ein wichtiger Grund dafür ist die zunehmende Digitalisierung.

Auch die Mitarbeitenden der Post spüren diese Veränderungen. Sie sind gefordert, ständig Neues zu lernen. Dieser rasche Wandel kann Unsicherheiten auslösen. Es ist deshalb wichtig, sich regelmässig Zeit für eine Standortbestimmung zu nehmen. Dies gibt Sicherheit und Selbstvertrauen, um gestärkt in die Zukunft zu gehen.

Zusammen mit ihren Sozialpartnern Syndicom und transfair hat die Post Fit im Beruf entwickelt. Diese Initiative und die damit verbundenen Denkanstösse und Angebote sollen alle Mitarbeitenden dabei unterstützen, sich mit ihrer beruflichen Situation auseinanderzusetzen und ihre berufliche Entwicklung zu gestalten – und dadurch ihre Arbeitsmarktfähigkeit zu erhalten oder zu stärken.

post.ch/fit-im-beruf

Fit im Beruf – wo stehe ich?

Der gleichnamige Workshop ist das Herzstück der Initiative. Infos dazu findest du auf der folgenden Doppelseite.

Weitere Angebote

Auf post.ch/fit-im-beruf findest du Informationen, Links und Angebote rund um das Thema berufliche Fitness. Dazu gehören unter anderem:

- Kostenloses persönliches Gespräch im Laufbahnzentrum der Post (Kontakt siehe S.10)
- Selbstcheck für eine erste Einschätzung
- Tipps und Anregungen in einer Toolbox

**Du willst dich um deine berufliche Fitness kümmern?
Ein Kleber auf deinem Notizbuch oder Laptop erinnert dich daran.**



Der Workshop «Fit im Beruf – wo stehe ich?»

Habe ich meine beruflichen Wünsche erfüllt oder strebe ich andere Ziele an? Was fehlt mir, damit ich in meinem Beruf zufrieden und leistungsfähig bin? Was habe ich bisher erreicht?

In diesem eintägigen Workshop setzt du dich mit deinen persönlichen Voraussetzungen, deinen Interessen, Stärken und deinem Netzwerk auseinander. Du erfährst zudem, was der Arbeitsmarkt heute fordert.

Informationen und Anmeldung via LMS:

im PostWeb auf dem HR-Portal

→ Perspektiven bei der Post / Lernwelt Post

→ Konkrete Aus- und Weiterbildungsangebote / Learning Management System (LMS)

Per Mail unter

→ gesundheitundsoziales@post.ch

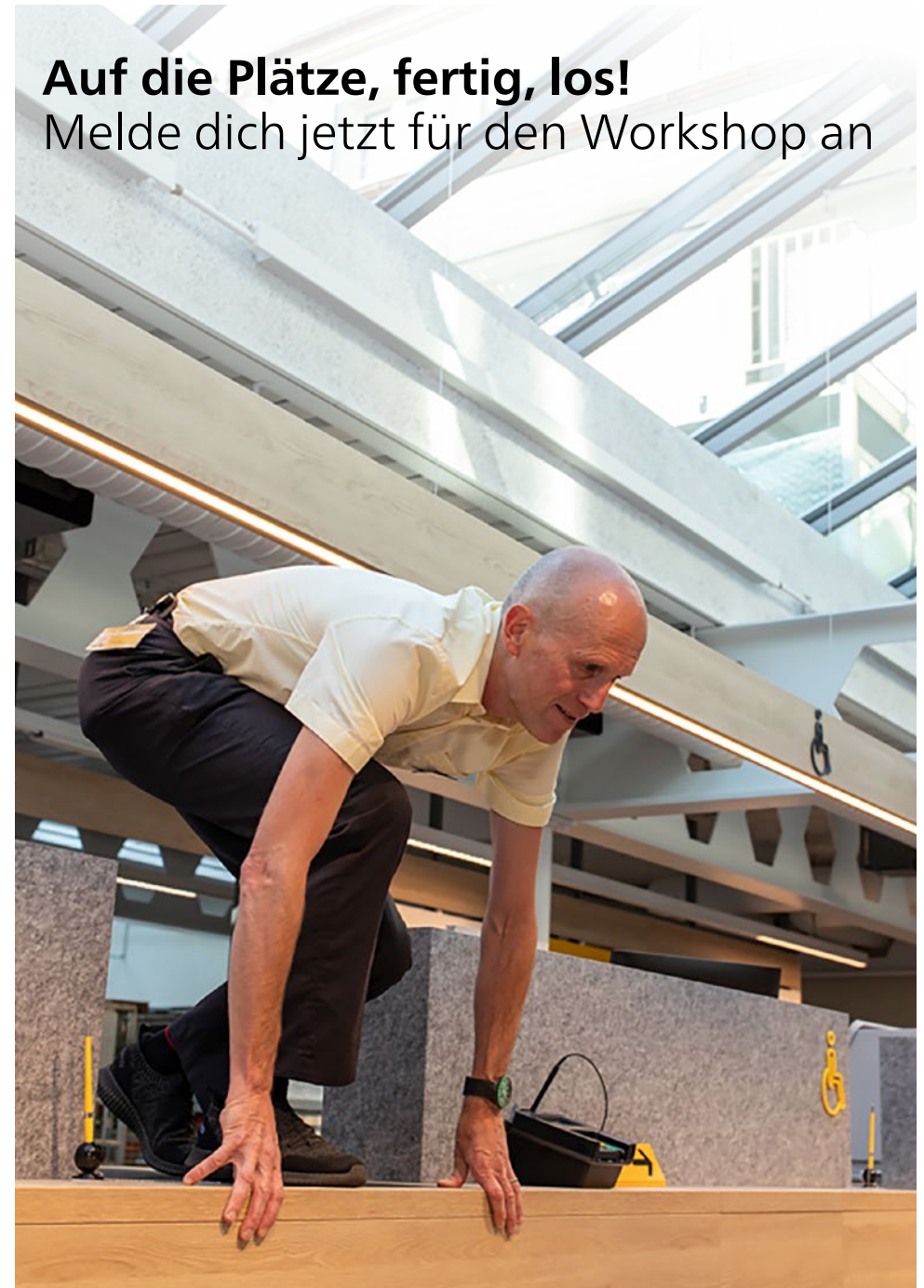
Per Telefon unter

→ 058 341 40 40

Der Workshop ist das Herzstück von Fit im Beruf. Nutze die Gelegenheit, dich in einer Gruppe mit dem Thema auseinanderzusetzen.

Auf die Plätze, fertig, los!

Melde dich jetzt für den Workshop an



Erfahrungen aus dem Workshop

«Die Übungen waren sehr hilfreich, und ich habe konkrete Umsetzungsschritte für mich mitgenommen.»

Noëmi Cerny, PostAuto

«Ich habe nicht gewusst, wie vielfältig die Laufbahnberatung der Post ist. Meine Erkenntnisse werde ich gerne weitergeben.»

Beqiri Bekim, Logistik-Services

«Der Workshop hat mir gezeigt, dass ich täglich Gelegenheit habe, Neues zu lernen.»

Justine Forster, PostNetz

«Fit im Beruf finde ich eine wichtige Initiative für die Post und für die Mitarbeitenden.»

Tobias Russi, PostNetz

«Es hat gut getan, mich meiner Stärken bewusst zu werden und trotzdem zu verstehen, dass man stets fit für den sich wandelnden Arbeitsmarkt bleiben muss.»

Shellin Wieder, Informatik-Technologie

«Die Initiative rüttelt wach, selbst dann, wenn man glaubt, sich eigentlich doch gar nicht verändern zu müssen.»

Sibylle Brönnimann, PostFinance

Das Laufbahnzentrum der Post (LBZ)

Oft nehmen Mitarbeitende die Dienstleistungen des Laufbahnzentrums erst in Anspruch, wenn sie sich beruflich verändern müssen oder wollen. Sich regelmässig mit der aktuellen beruflichen Situation auseinanderzusetzen, sollte jedoch für jede Mitarbeiterin und jeden Mitarbeiter der Post zur Gewohnheit werden – auch wenn keine Absicht besteht, die Stelle zu wechseln. Das LBZ hilft auch bei schwierigen Job-Situationen oder bei der Entwicklung von Laufbahnoptionen.

Überprüfe deine aktuelle Situation und allfällige Entwicklungsschritte in einem persönlichen Gespräch. Die Angebote des LBZ sind für alle Mitarbeitenden der Post kostenlos und finden an fünf Standorten der Schweiz sowie telefonisch und digital statt. Die Laufbahnberaterinnen und -berater unterstehen der Schweigepflicht und behandeln dein Anliegen vertraulich.

Melde dich per E-Mail an gesundheitsundsoziales@post.ch oder Telefon unter 058 341 40 40



Zukunftsbotschafterinnen und Zukunftsbotschafter

In allen Bereichen der Post gibt es so genannte Zukunftsbotschafterinnen und Zukunftsbotschafter, die das Thema Fit im Beruf weitertragen. Sie haben den Workshop «Fit im Beruf – wo stehe ich» selbst durchlaufen und erzählen dir gerne von ihren Erfahrungen. Zudem geben sie dir regelmässig Inputs, wie du dich selbst mit deiner beruflichen Situation und Zukunft befassen kannst.

Möchtest du wissen, wer in deinem Bereich Zukunftsbotschafterin oder Zukunftsbotschafter ist? Fülle auf post.ch/fit-im-beruf unter «Kontakt» das Formular aus und wir melden uns bei dir.

post.ch/fit-im-beruf



Post CH AG
Wankdorfallee 4
Postfach
3030 Bern

fitimberuf@post.ch
post.ch/fit-im-beruf

DIE POST 