

Världens största distansPRAO 3–7 november 2025

Hej studiehandledare eller lärare!

Välkommen till NYTs Världens största distansPRAO 3–7 november 2025. Den svenskspråkiga dagen ordnas den 7.11.2025.

Vi ser fram emot veckan! Det ska bli fantastiskt att få träffa dig och alla unga som anmält sig till evenemanget.

Vi har samlat all information du behöver för att förbereda dig inför veckan. Läs igenom instruktionerna noggrant och vidarebefordra informationen till dina elever.

Vänliga hälsningar,
Teamet hos Ungas NYT

Innehåll:

- 1 Veckans huvudpunkter och länkar
- 2 Förberedelser inför distansPRAO – bekanta dig med teknologin som används
- 3 Spelregler i arbetslivet
- 4 Uppgifter för unga – uppföljning av deltagande
- 5 Schema och arrangörer
- 6 PRAO-intyg
- 7 Kontaktuppgifter



1 Veckans huvudpunkter och länkar

1. Unga kan delta i veckan från skolan eller på distans, enligt skolans eget beslut.
2. En deltagarlänk som fungerar hela veckan kommer att skickas till kontaktpersonen vid skolan eller läroanstalten. Genom denna länk kan ungdomarna delta i distansPRAO hela veckan.
3. Deltagarlänken skickas i förväg till den person vars e-postadress användes vid anmälan.
4. Det är bra att skicka deltagarlänken till ungdomarna i förväg, t.ex. veckan innan, och säkerställa att de har fått den.
5. Vid anslutning till streamen efterfrågas namnet på den som ansluter samt antalet tittare som följer sändningen via samma enhet.

6. Det är viktigt att i god tid gå igenom veckans schema med ungdomarna samt instruktionerna för deltagande i distansPRAO. Det är också bra att informera dem om var de kan hitta stöd och instruktioner under dagarna.
 7. Ungdomarna behöver för veckan en dator, en smarttelefon samt internetuppkoppling. Hörlurar kan också behövas.
-

2 Förberedelser inför distansPRAO – bekanta dig med teknologin som används

Världens största distansPRAO genomförs som en sändning, där deltagandet sker via en visningslänk. Inför distansPRAO önskar vi att ni säkerställer att varje ungdom vet hur man ansluter via länken.

Vi använder Mentimeter som ett av verktygen. Bekanta er i förväg med Mentimeter tillsammans med ungdomarna och se till att alla har internetuppkoppling och Mentimeter öppet i webbläsaren. Mentimeter-appen kan också laddas ner till dator eller smarttelefon.

Mentimeter är ett digitalt verktyg som gör det enkelt för ungdomar att delta i distansPRAO-dagen. Med Mentimeter kan man be ungdomarna om tankar och idéer, feedback eller till exempel ordna omröstningar och frågesporter.

Mentimeter kan laddas ner till smarttelefonen från appbutiken (Android och iPhone) eller öppnas på: <https://www.menti.com/>

Mentimeter fungerar med en sifferkod för deltagarna. Arrangören av distansPRAO meddelar den kod som behövs för att delta. Arrangören berättar också när det är dags att använda Mentimeter.

Här kan du se en kort information om hur Mentimeter används:
<https://www.mentimeter.com/>

Under distansPRAO har ungdomarna tillgång till en chattfunktion, genom vilken de kan skicka frågor och kommentarer till sändningen. Chatten modereras av NYT, vilket innebär att meddelandena inte publiceras direkt, utan granskas först.

I ungdomarnas distansPRAO-instruktioner behandlas bland annat principen om ett tryggt rum, som är kopplad till användningen av chatten.

3 Spelregler i arbetslivet

Vi önskar att ni går igenom arbetslivets spelregler med ungdomarna innan Världens största distansPRAO-dag:

- Under veckan följer vi allmänna spelregler för arbetslivet.
 - Den unga är närvarande alla dagar under distansPRAO-veckan, eller under överenskomna delar. Observera att det svenskspråkiga programmet sker 7.11.
 - Ungdomen deltar i programmet enligt schemat och kommer i tid.
 - Vi uppmuntrar ungdomarna att delta i diskussioner och dela sina egna tankar, åsikter och frågor, t.ex. via distansPRAO-chatten och Mentimeter.
 - Interaktionen med ungdomarna under distansPRAO-veckan är inspirerande och efterlängtd.
 - Genom att delta i veckan får ungdomen ett PRAO-intyg.
-

4 Uppgifter för deltagare – uppföljning av deltagande (exempel)

I år innehåller distansPRAO i princip inga uppgifter som ska lämnas in, och det reserveras ingen särskild tid för uppgifter under dagarna. Vissa branscher kan dock ha interaktiva uppgifter eller uppgifter att göra efter dagens slut. Dessa uppgifter framgår antingen under branschens dag eller hittas på branschernas undersidor.

Ungdomars lärande och deltagande kan följas upp till exempel genom:

1. En daglig tankekarta. I mitten av tankekartan kan man placera dagens bransch och runt omkring de företag som medverkar. Resten av innehållet i tankekartan skapar deltagaren själv. I tankekartan kan man beskriva intressanta delar av företagets presentation, arbetsuppgifter som väckte intresse eller vad man lärde sig och observerade under presentationen.
 2. Bilddokumentation. Genom att ta en skärmdump eller ett foto av en intressant presentation och med hjälp av bilden berätta vad presentationen handlade om och vad man lärde sig. Uppgiften kan göras dagligen och antalet bilder kan bestämmas tillsammans med studiehandledaren eller läraren.
 3. En lärandedagbok, där man reflekterar över vad man sett och lärt sig under dagen (eller hela veckan), samt funderar över sin egen kompetens, intressanta branscher eller arbetsuppgifter och sina framtidsplaner.
 4. Uppgiftsinlämning kan överenskommas med studiehandledaren eller läraren enligt skolans egna rutiner.
-

5 Schema och arrangörer

Världens största distansPRAO ordnas 3–7 november 2025. Onsdagen den 5 november är en pausdag. Som nyhet ordnas historiens första svenskspråkiga (halv) distansPRAO-dag fredagen den 7 november kl. 9.00–11.30.

Dagarna börjar kl. 9.00 och slutar kl. 15.00, med undantag för fredagen den 7 november då den svenskspråkiga distansPRAO hålls kl. 9.00–11.30.

Arbetsgivare och arrangörer för distansPRAO-perioden:

DistansPRAO-periodens innehåll och praktiska arrangemang koordineras av Ung företagsamhet och ekonomi NYT rf. Samarbetspartners är Finanssiala ry, Metsäteollisuus ry, Finsk Handel, Elintarviketeollisuusliitto ry, Kommun- och välfärdssektorn samt Vanda stad.

Via de olika aktörerna får ungdomarna dagligen möjlighet att bekanta sig med olika företag, skapa sina första arbetslivsnätverk och få en mångsidig inblick i arbetslivet.

Ungdomarna kan uppmuntras att besöka de medverkande aktörernas webbplatser och bekanta sig med dem redan i förväg.

Schema för hela distansPRAO-veckan [Klicka här för hela veckans schema:](#)

Lukujärjestys / Schema 3.–7.11.2025

MA 3.11.

Finanssialan & Metsäteollisuuden päivä

9.00 etäTET NYT
9.15 Toimiala esille, **Finanssiala ry**
9.30 Mitä tapahtuu pankin palvelukeskuksessa, **POP Pankki**
9.45 Tehtäviä / Tauko
10.00 Tehtäviä / Tauko
10.15 Mitä vastuullinen työelämä näyttää? **Työelämäyhtiö Elo**
10.30 Mielienhyvinvointia uran alusta alkaen, **Fennia**
10.45 Tulevaisuuden pankki taskussasi – työelämä ja osaaminen **S-Pankissa**
11.00 Ei vain konttoreita ja kravatteja – anna pankkialan yllättää, **OrmaSp**
11.15 Mitä jättiläisen finanssialasta? **Finanssiala ry**
11.30 Lounastauko
12.30 Metsäteollisuudesta hyvinvointia Suomeen, **Metsäteollisuus ry**
12.45 Teemme töitä parhaista syistä, **Versowood**
13.00 Tehdasasetuksena hyvä henki, **Versowood**
13.15 Tehtäviä / Tauko
13.30 Tehtäviä / Tauko
14.00 Puusta tulevaisuuden ratkaisuja, **Stora Enso**
14.15 Metsäalalla ei ole vain puuta vaan ihmisiä, dataa & tulevaisuutta, **Stora Enso**
14.30 Puun & kuoren välissä -kissailu, **Metsäteollisuus ry**
14.45 Päivän päätös, **Nuorten NYT**
15.00 Päivän ohjelma päättyy

TI 4.11.

Kaupan alan päivä sekä rekry/CV-aidot

9.00 etäTET NYT
9.15 Kaupan toimiala esille, **Kaupan liitto**
9.30 Kaupan alalta avaimet työelämään, **Kaupan liitto**
9.45 Tehtäviä / Tauko
10.00 Tehtäviä / Tauko
10.15 Motomittelössä työ tutuksi, **Motonet**
10.30 Motomittelössä työ tutuksi, **Motonet**
10.45 Lidiin työ tutuksi työasutariinoilla, **Lidl**
11.00 Lidiin työ tutuksi työasutariinoilla, **Lidl**
11.15 Kauppakissa – mitä opimme kaupasta, **Kaupan liitto**
11.30 Lounastauko
12.30 etäTET NYT
12.45 Työelämä ja TEPPQ, **Vantaan kaupunki**
13.00 Kesäyrittäjyys, **Vantaan kaupunki**
13.15 Tehtäviä / Tauko
13.30 Tehtäviä / Tauko
13.45 Tehtävien purku, **Nuorten NYT**
14.00 Vahvuuksien ja osaamisen tunnistaminen, **Nuorten NYT**
14.15 Perehdytys tutuksi, **Nuorten NYT**
14.30 CV ja työhakemus – kääki **Nuorten NYT**
14.45 TET-jaksolla etäTETissä, **Nuorten NYT**
15.00 Päivän ohjelma päättyy

KE 5.11.

Välipäivä – uusia toteutustapoja etäTET-viikolle

Uusia mahdolluuksia etäTET-viikon välipäivän toteuttamiseen:
Duunikoutsu-töelämäsovellus:
Monipuolisia haasteita ja tehtäviä nuorille osallistujille – päivän päätteeksi tarjolla valmis CV-koneesta saatava ansioluettelo.
Oma työ -oppimateriaali perusopetuksen 7.-9. luokille:
Teemat (4 oppituntia) *Omat urapolut & tulevaisuuden työvaihtoehdot* sekä *Työnhakuun soveltuvat etäTET-viikon aiheisiin.*
Yhdistä etäTET & lähiTET –
Lähde päiväksi nuorten kanssa tutustumaan oikealle työpaikalle!

TO 6.11.

Elintarviketeollisuuden & kunta- ja hyvinvointialan päivä

9.00 etäTET NYT
9.15 Toimiala esille, **Elintarviketeollisuusliitto**
9.30 Työ tutuksi, **Arla**
9.45 Tehtäviä / Tauko
10.00 Tehtäviä / Tauko
10.15 Vastuullinen työelämä, **Arla**
10.30 Työelämän totuudet, **Snellman**
10.45 Hyvinvointia työ, **Snellman**
11.00 Muuttuva työelämä, **Apetit**
11.15 Vastuullinen työelämä, **Apetit**
11.30 Lounastauko
12.30 Toimiala esille, **Kunta- ja hyvinvointiala**
12.45 Varhaiskasvatuksen opettajana Oulussa, **Kunta- ja hyvinvointialuejohtajat KT**
13.00 Kodinhoitajana Keski-Suomen hyvinvointialueella, **Kunta- ja hyvinvointialuejohtajat KT**
13.15 Tehtäviä / Tauko
13.30 Tehtäviä / Tauko
13.45 Työ tutuksi: varhaiskasvatus, **Vantaan kaupunki**
14.00 Koulumaailmasta viestinnän pariin, **Vantaan kaupunki**
14.15 Nuorisotyö raitilla, **Vantaan kaupunki**
14.30 Kunnan monet yllättävät työt, **Vantaan kaupunki**
14.45 Päivän päätös, **Nuorten NYT**
15.00 Päivän ohjelma päättyy

PE 7.11.

#distansPRAO (på svenska)

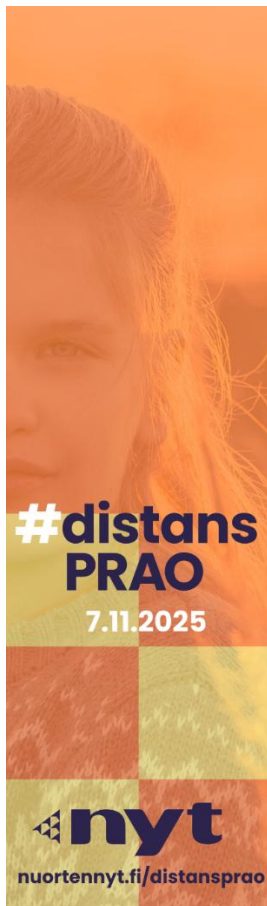
9.00 NYT distansPRAO start
9.15 Socialt ansvar på **Nordes** / Vad gör en bank? **SEB**
9.30 Bekanta dig med livsmedelsbranschen, **Livsmedelsindustriförbundet**
9.45 Paus / Uppgifter
10.00 Paus / Uppgifter
10.15 Bekanta dig med handeln, **Finsk Handel**
10.30 Att jobba i staden – de många möjligheter som den kommunala sektorn kan erbjuda, **Vanda stad**
10.45 Skogssektorn skapar välfärd i Finland, **Skogsindustri rf**
11.00 Bekanta dig med branschen, **Kommun- och välfärdsområdesarbetsgivarna**
11.15 NYT avslutning, **Ungas NYT**
11.30 Dagens program slutar

nuortennyt.fi/etatet

Nuorten yrittäjyys ja talous NYT

Ung företagsamhet och ekonomi NYT

nuortennyt.fi



Fredag 7.11

9.00 NYT distansPRAO start
9.15 Socialt ansvar på **Nordea** /
Vad gör en bank? **SEB**
9.30 Bekanta dig med livsmedelsbranschen,
Livsmedelsindustriförbundet
9.45 Paus / Uppgifter
10.00 Paus / Uppgifter
10.15 Bekanta dig med handeln, **Finsk Handel**
10.30 Att jobba i staden –
de många möjligheter som den kommunala
sektorn kan erbjuda, **Vanda stad**
10.45 Skogssektorn skapar välfärd i Finland,
Skogsindustrin rf
11.00 Bekanta dig med branschen,
Kommun- och välfärdsområdesarbetsgivarna
11.15 NYT avslutning, **Ungas NYT**
11.30 Dagens program slutar



Obs! Små ändringar i schemat kan ske. Kolla in det [aktuella schemat](#) på vår webbplats.

6 PRAO-intyg

Vi önskar att ni fyller i och skriver ut intyg till eleverna för deltagandet i distansPRAO-veckan. PRAO-intyget är ett värdefullt tillägg när man söker sommarjobb. Intyget kan laddas ner eller skrivas ut från distansPRAO:s webbplats under rubriken "distansPRAO-intyg".

7 Kontaktuppgifter

Om något är oklart inför distansPRAO-veckan eller om det uppstår frågor under veckan, tveka inte att ta kontakt – så hittar vi en lösning tillsammans.

Kontaktuppgifter:

Riikka Ahonvala

Ung företagsamhet och ekonomi NYT

riikka.ahonvala@nuortennyt.fi

Sanna Clement

Ung företagsamhet och ekonomi NYT

sanna.clement@nuortennyt.fi

8 Tekniska instruktioner för att delta i Världens största distansPRAO

1. Förbered visningsenheten.
Om du har gjort många olika saker på din dator och inte har startat om den på länge, rekommenderas en omstart. Då frigörs datorn från annan belastning. Vi rekommenderar att du inte använder många andra funktioner under sändningen för att undvika att belasta datorn för mycket.
2. Internetanslutning.
Använd en internetanslutning som du vet fungerar bra. Vi rekommenderar inte att använda VPN-anslutningar.
3. Webbläsare.
Använd en annan webbläsare än Internet Explorer för att titta på sändningen. Bra webbläsare är till exempel Chrome, Firefox eller Safari för Mac-användare. Förutom datorn kan du även följa sändningen via din mobila enhet.
4. Starta visningen.
Vi börjar med testbild och testljud cirka 30 minuter före evenemangets start. När testbilden och testljudet börjar, meddelas detta via chattväggen på höger sida av sidan.

Vanliga frågor:

- Bilden syns men ljud hörs inte – vad ska jag göra?
Kontrollera först om du överhuvudtaget får ljud från din dator. Prova till exempel att spela upp en YouTube-video. När du får ljud, för muspekaren över videobilden i länken. I nedre vänstra hörnet av videon visas en högtalarikon där du kan justera volymen.
- Ingen bild visas – vad ska jag göra?
Använd en annan webbläsare än Internet Explorer. Rekommenderade webbläsare är Chrome, Firefox eller Safari.
- Bilden hackar – vad ska jag göra?
Stäng andra funktioner på din dator. Uppdatera webbläsaren genom att trycka på F5 och klicka på play-knappen igen. Använd inte VPN-anslutning.

Världens största distansPRAO 3.–7.11.2025

distansPRAO 2025