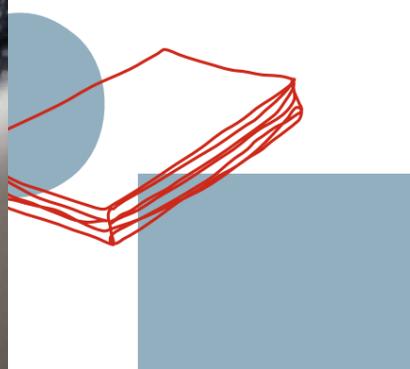


Jahresprogramm 2025

Verein ARC | Bildungsinstitut für Arbeitnehmende | formation-arc.ch



Einleitung

Liebe Leserin, lieber Leser

Gehen lernen, sprechen lernen, essen lernen – vom ersten Atemzug an ist unser **menschliches Dasein** geprägt vom Lernen.

Auch als Erwachsene lernen wir nie aus, besonders wenn wir neue Aufgaben oder Funktionen übernehmen. Während in der schulischen und berufsorientierten (Weiter-)Bildung der Fokus oft auf **fachlichen Kompetenzen** liegt, merken wir erst an unseren Grenzen, wie wichtig auch **rechtliches Praxiswissen** sowie persönliche und soziale Kompetenzen, sogenannte **Soft Skills** sind. All diese Lerninhalte sind unverzichtbar, um den steigenden Anforderungen der modernen Arbeitswelt gerecht zu werden. Wie Muskeln sind sie zu trainieren, damit wir langfristig ein erfülltes (Berufs-)Leben führen können.

Lernen Sie mit ARC, sich **rechtlich zu schützen**, Ihre Zukunft (z. B. den Eintritt der Rente) rechtzeitig zu planen und **sich abzusichern**, sich vor **Diskriminierungen** zu schützen und Ihr **Zeitmanagement** zu optimieren. Stärken Sie Ihre **Kommunikations-** und **Verhandlungskompetenz**, Ihre **Resilienz**, Ihre **Konflikt-** und **Kooperationsfähigkeit** sowie Ihre **Kreativität**.

Im Namen des gesamten ARC-Teams und unserer grossartigen Kursleiterinnen und Kursleiter wünschen wir Ihnen **bereicherndes Lernen** und freuen uns, Sie an unseren Weiterbildungen begrüssen zu dürfen.

Daphna Paz, Leiterin ARC

Teilnahmebedingungen

Preise

Für **Mitglieder** werden die Kosten wie folgt übernommen:

- **Syna: 4 Kurstage** pro Kalenderjahr für Mitglieder in den ordentlichen Beitragsklassen
2 Kurstage pro Kalenderjahr für Mitglieder in den Spezialklassen (z. B. Lernende und Rentner:innen)
- **transfair: 2 Kurstage** pro Kalenderjahr
Der gleiche Kurs darf innerhalb von drei Jahren nur einmal besucht werden.
- **SCIV: max. CHF 450.-** pro Kalenderjahr
- **swissPersona: max. CHF 1'000.-** pro Kalenderjahr

Nichtmitglieder können unter Bezahlung des Vollkostenpreises an den Kursen teilnehmen. Die Preise sind inklusive Übernachtungs-, Verpflegungs- sowie Materialkosten.

Bestätigung

Die Teilnehmenden erhalten am Ende des Kurses eine Kursteilnahmebestätigung.

Versicherung

Die Versicherung ist in allen Kursen Sache der Teilnehmenden.

Anmeldung | Auskünfte

Anmeldung

Über unsere Webseite **formation-arc.ch** > Kursangebot > Anmeldeformular unter dem jeweiligen Kurs



Die Kursdurchführung wird rund 14 Tage vor Kursbeginn schriftlich bestätigt. Voraussetzung für die Durchführung ist eine genügende Anzahl Kursanmeldungen.

Melden Sie sich zur Gewährleistung der Planung frühzeitig an, idealerweise zwei Monate im Voraus.

Auskünfte

Geschäftsstelle ARC, 031 370 21 11 oder arc@travailsuisse.ch

ARC

ARC ist das gemeinsame Bildungsinstitut von Syna, transfair, swissPersona, SCIV und Travail.Suisse.

Vorstand

- Nora Picchi**, Co-Präsidentin ARC, Leiterin Gewerkschaftspolitik, Recht und Vollzug, Syna
- Véronique Rebetez**, Co-Präsidentin ARC, Leiterin Sozialpolitik und Fachstellen, Syna
- Giuliana Ambrosio**, Leiterin Marketing, transfair
- Roland Carrupt**, Vizepräsident SCIV und Präsident SCIV Martigny
- Petra Däscher**, Leiterin Sekretariatsregion Zürich und Oberer Zürichsee, Syna
- Gabriel Fischer**, Leiter Bildungspolitik Travail.Suisse
- Beat Grossrieder**, Zentralvizepräsident und stellvertretender Zentralsekretär, swissPersona
- Olivier Hählen**, Leiter Region West, transfair
- Roland Tribolet**, Vertreter Verband der Instrukturen, swissPersona
- Adrian Wüthrich**, Präsident Travail.Suisse

- Francesca Fumasoli**, Kassierin ARC
- Daphna Paz**, Geschäftsleiterin ARC

Administration und Koordination

- Francesca Fumasoli**, Deutschschweiz
- Antonia O'Brien**, Romandie

Abmeldung

Abmeldungen haben vor Ablauf der jeweiligen Anmeldefrist zu erfolgen. Bei späterer Abmeldung oder Nichterscheinen am Kurs gelten folgende Regeln:

- **Nichtmitglieder** haben den Kursbeitrag vollumfänglich zu bezahlen. Nur in Fällen, wo das Seminarhotel die Abmeldung noch akzeptiert, kann eine Preisreduktion geltend gemacht werden.
- **Mitglieder** bezahlen eine Bearbeitungsgebühr von CHF 100.-. Bei vorgängig begründeten Entschuldigungen (z. B. Arztzeugnis, Bestätigung vom Arbeitgeber) wird auf diese verzichtet. Sie müssen sich jedoch bewusst sein, dass trotz dem Nichterscheinen am Kurs der Verband die Kurskosten zu bezahlen hat.
- **Bei Krankheit am Kurstag** wird nur dann auf eine Bearbeitungsgebühr verzichtet, wenn das Bildungsinstitut ARC am Morgen des Kurses informiert wird. Zudem muss innert einer Woche ein Arztzeugnis beim Bildungsinstitut ARC eingereicht werden.

Qualitätslabel eduQua



Das Bildungsinstitut ARC ist als Mitglied von Travail.Suisse Formation TSF mit dem Qualitätslabel eduQua zertifiziert. eduQua ist das Schweizer Qualitätslabel für Anbieter in der Weiterbildung. Es fördert Transparenz, Vergleichbarkeit und Qualität der Weiterbildungsangebote. Weitere Informationen: www.eduqua.ch

Impressum

Herausgabe und Redaktion:
Bildungsinstitut ARC, Hopfenweg 21, Postfach, 3001 Bern
Design: Minz, Agentur für visuelle Kommunikation
Coverbild: skynesher
Druck: Mattenbach AG

Weiterbildung 2025

Für Mitglieder
der Arbeitnehmenden-
verbände Syna, transfair,
SCIV und swissPersona
sind die Kurse gratis.*

Allgemeine Kurse

			Preise für Nichtmitglieder	
1	7. und 14. März	ensa Erste Hilfe für psychische Gesundheit. Bei psychischen Problemen richtig handeln. Mit Option auf ensa-Ersthelfer*in-Zertifikat	1'090.–	Sorell Hotel, Dübendorf
2	21. März und 2. Mai	Fit für die Zukunft: Frühzeitige Planung Ihrer Pensionierung (ab ca. 50 Jahren)	990.–	Hotel Bern, Bern
3	3. - 4. April	Besser entscheiden: Durch Unsicherheiten navigieren und Klarheit schaffen	1'140.–	Murtenhof, Murten
4	10. - 11. April	Die Kraft des Humors im Arbeitsalltag	1'090.–	Sorell Hotel, Dübendorf
5	28. - 29. April	Sattelfest im Umgang mit Vielfalt und Diskriminierung	1'090.–	Murtenhof, Murten
6	7. - 8. Mai	Kreative Selbstführung – für mehr Wirksamkeit im Beruf	1'140.–	Boldern, Männedorf
7	13. - 14. Mai	Gesund arbeiten: Ressourcen, Resilienz und Rechtsansprüche	1'090.–	Boldern, Männedorf
8	15. - 16. Mai	Ich trage mir Sorge	1'140.–	Mattli, Morschach
9	22. Mai	Von der Bühne ins Büro: Spielerisch zu mehr Kreativität	590.–	Murtenhof, Murten
10	11. Juni	Arbeite klüger, nicht härter: Erfolgreiches Zeitmanagement	690.–	Schloss Ueberstorf
11	11. - 12. Juni	Vom Märchen zur Wirklichkeit: Inspirationen aus den Grimm'schen Märchen für den Arbeitsalltag	1'090.–	Mattli, Morschach
12	13. Juni	Aufschieberitis beenden	590.–	Murtenhof, Murten
13	26. - 27. Juni	ChatGPT & Co.: Chancen nutzen, Risiken erkennen	1'090.–	Boldern, Männedorf
14	1. - 2. Juli	Grenzen setzen leicht gemacht	1'090.–	Murtenhof, Murten
15	27. - 28. August	Zufriedener und erfüllter im jetzigen Job mit Job Crafting	1'140.–	Boldern, Männedorf
16	28. - 29. August	Achtsamkeit im Arbeitsalltag	1'140.–	Mattli, Morschach
17	9. September	Resilienztraining – Aufbau innerer Stärke	590.–	Murtenhof, Murten
18	16. - 17. September	Office Mastery II (Vertiefung): Effektive Nutzung von Excel, PowerPoint und Word	1'090.–	Schloss Ueberstorf
19	24. - 25. Sept.	Lernen von Piraten – Segel setzen für Erfolg und Effizienz	1'090.–	Mattli, Morschach
20	6. Oktober	Erreiche deine Zielgruppe: Adressatengerecht mit Einfacher Sprache	540.–	Travail.Suisse, Bern
21	15. - 16. Okt.	Selbstcoaching-Tricks für den beruflichen Alltag	1'090.–	Mattli, Morschach
22	20. Oktober	Umgang mit schwierigen Kundinnen und Kunden	490.–	Syna, Olten
23	27. - 28. Okt.	Deine Kreativ-Akademie für eine strukturierte Alltags-Organisation	1'140.–	BnB Entensee
24	31. Okt - 1. Nov.	An der Schwelle zur Pensionierung (ab ca. 60 Jahren)	1'090.–	Murtenhof, Murten
25	4. November	Klar kommunizieren, überzeugend auftreten	590.–	Murtenhof, Murten
26	7. und 14. Nov.	Konfliktlösungsgespräche führen? Gewusst wie!	840.–	Syna, Olten
27	17. - 18. Nov.	Digitales Power-Duo: Outlook und OneNote	1'090.–	Schloss Ueberstorf
28	27. - 28. Nov.	Vertiefungsseminar Mentaltraining: Gelassenheit und Selbstvertrauen	1'090.–	Mattli, Morschach
29	3. - 4. Dez.	Superkraft emotionale Intelligenz	1'140.–	Boldern, Männedorf
30	11. -12. Dez.	Fahr-mal-runter	1'090.–	Mattli, Morschach

Branchenspezifische Kurse / AZG / Mitarbeitende Verkehr

			Preise für Nichtmitglieder	
31	7. und 14. März	ensa Erste Hilfe für psychische Gesundheit. Bei psychischen Problemen richtig handeln. Mit Option auf CZV-Zertifikat	1'090.– ¹	Sorell Hotel, Dübendorf
32	2. - 3. April	Arbeitszeitgesetz und Dienstpläne öffentlicher Verkehr	1'140.–	Sorell Hotel, Dübendorf
33	29. April	Gewaltprävention und Deeskalation im öffentlichen Verkehr Mit Option auf CZV-Zertifikat	690.– ¹	Kettenbrücke, Aarau
34	22. Oktober	Arbeitszeitgesetz und -Verordnung	690.–	Sorell Hotel, Dübendorf

Arbeitnehmendenvertretung/ Personalvertretung/ Personalkommission

			Preise für Nichtmitglieder	
35	18. September	Rechte und Pflichten einer Arbeitnehmendenvertretung und ihre aktuellen Herausforderungen	440.–	Syna, Olten

Webinare/Fernkurse

36	7. und 28. April, 18.30 - 21.00	Dein Arbeitszeugnis: Prüfe es auf Herz und Nieren	340.–	Online
37	Jan. - Dez.	Fernkurs: Ihren Fähigkeiten auf der Spur – erstellen Sie Ihr Portfolio	540.–	Online

Angebote für junge Erwachsene

38	27. September	Nationaler Jugendrat – Jeunesse.Suisse	0.– ²	Hotel Montana, Luzern
----	---------------	--	------------------	-----------------------

Kurse für Gewerkschaftsmitarbeitende

			Preise für Mitgliedsverbände ARC	
39	19. - 20. März	Travail.Suisse: Politische Prozesse und Akteure zur Stärkung der Arbeitnehmenden in der Schweiz	590.– ³	Bundeshaus und Travail.Suisse, Bern
40	5. Mai und 10. Juni	Basiskurs Organizing	690.–	Syna, Olten
41	1. Juli	Leadership 2.0: kollegial und verbindlich führen	390.–	Syna, Olten
42	20. Oktober	Umgang mit schwierigen Kundinnen und Kunden	340.–	Syna, Olten
43	21. Oktober	Massnahmen zur effektiven kollektiven Mitgliederbindung	390.–	Syna, Olten
44	7. und 14. Nov.	Konfliktlösungsgespräche führen? Gewusst wie!	690.–	Syna, Olten

Angebot für Stiftungsrät:innen Pensionskassen

PK-Netz Grundausbildung für arbeitnehmerseitige Stiftungsrät:innen von Pensionskassen
Kosten werden von PK getragen, Mitarbeitende der Gewerkschaften ohne Mandat: Unkostenbeitrag
Daten und Ort: siehe pk-netz.ch

Kurse auf Nachfrage

Weiterbildungen zu Arbeitsrecht, Arbeitnehmendenvertretung und weiteren Themen bieten wir gerne auch auf Nachfrage und zugeschnitten auf Ihre Bedürfnisse an. Nehmen Sie Kontakt mit uns auf!

Änderungen vorbehalten. Konsultieren Sie unsere Webseite formation-arc.ch, um aktualisierte Durchführungsinformationen zu erhalten.

* Sie sind Mitglied von Syna, transfair, SCIV oder swissPersona? Ihr Verband übernimmt die Teilnahmekosten für Sie oder beteiligt sich daran. Lesen Sie unsere Informationen unter Teilnahmebedingungen oder fragen Sie Ihren Verband nach den genauen Regelungen.

¹ Auf Wunsch kann ein CZV-Zertifikat ausgestellt werden, dies kostet zusätzlich CHF 50.– pro Person.

² Angebot von Travail.Suisse, Abrechnung direkt über die Mitgliedsverbände

³ Der erste Tag (Besuch Session im Bundeshaus) ist fakultativ. Eine allfällige Übernachtung in Bern wird von den Teilnehmenden organisiert und ist nicht im Preis inbegriffen.