

**Dienstag, 24. März 2026, 9h00 – 17.00**

## Gemeinsam stark – One Team Post für Fairness im Job: Lernende der Post entdecken Rechte, Solidarität & Mitsprache

Bist du Lernende:r bei der Post und möchtest wissen, welche Rechte du hast und wie du sie einbringen kannst? Fragst du dich, welche Rolle Sozialpartner bei der Post spielen und wie sie dich im Berufsalltag unterstützen können?

Und hast du Lust, dies alles in einem abwechslungsreichen Tag mit Spiel, Austausch und kreativen Methoden zu erleben?

An diesem Weiterbildungstag entdeckst du deine Rechte als Lernende:r, erlebst Mitbestimmung und Fairness im Team und erfährst, wie Gewerkschaften und Sozialpartner dich begleiten. Gleichzeitig stärkst du Gemeinschaftsgefühl, Solidarität und Selbstvertrauen – mit Methoden, die Spass machen und dich für deine Ausbildung und deine Zukunft stärken.

### Ziele

Ich ...

- kenne die Rolle und Aufgaben von Sozialpartnern und verstehe die Bedeutung von Sozialpartnerschaft bei der Post.
- erlebe, wie ich meine Rechte als Lernende:r im Arbeitsleben wahrnehmen, meine Stimme einbringen und meine Interessen vertreten kann.
- tausche mich im Team über meine Ausbildung, meine Unsicherheiten, meine Rechte und meine Ideen aus – respektvoll, auf Augenhöhe und mit Blick auf gemeinsame Lösungen.
- setze mich aktiv mit Themen wie Mitbestimmung, Werten, Fairness und Partizipation auseinander.
- stärke meinen Gemeinschaftssinn und lasse mich ermutigen, für meine Werte und für andere einzustehen – fair, solidarisch und mit Verantwortung.
- erfahre, dass Lernen Spass macht – durch kreative Methoden, Teamarbeit und spielerische Zugänge zu wichtigen Themen rund um Sozialpartnerschaft und Arbeitswelt.
- erhalte Ideen und Anstösse, wie ich mich während und nach der Lehre weiterbilden und entwickeln kann.
- vernetze mich mit Kolleg:innen aus der ganzen Deutschschweiz.

### Inhalt

Du bist mittendrin statt nur dabei: Escape Room, Action Rally, kreative Challenges und digitale Tools machen den Tag spannend und abwechslungsreich. Du entscheidest selbst, welche Workshops dich interessieren – und lernst dabei ganz nebenbei deine Rechte, Mitbestimmung und Teamgeist kennen. So wird Lernen aktiv, lebendig und macht richtig Spass.

- Escape Room „Fair oder unfair?“ – Rechte und Fairness spielerisch entdecken
- Wahlworkshops – wähle 2-4 Themen aus:
  - Check deine Rechte!
  - Inside Gewerkschaften: GAV, Politik & Kampagnen

# formation-ARC.Suisse

- Mitreden und Mitgestalten – Dein Weg zu mehr Mitsprache im Job
- Sicher unterwegs - Gesundheit & Rechte im Betrieb
- Mobbing und Rassismus - Haltung zeigen
- Solidarität 2.0
- Action Rally mit Wissens-, Bewegungs- und Kreativstationen zu Themen wie Fairness, Rechte/Pflichten im Postalltag, Solidarität, Teamgeist, Kommunikation und Zukunft
- Austausch und Reflexion

## Kursleitungsteam

Nathalie Benoit, Geschäftsleiterin ARC, MAS Adult and Professional Education

Kursleitungsteam ARC

Expert:innen

## Kursort

ENAI-IB, Luzernerstrasse 131, 6014 Luzern, Tel. 041 250 40 56

## Adressatenkreis

Lernende der Post (ab dem 2. Lehrjahr), gemäss GAV mit Anspruch auf einen freien Weiterbildungstag

## Kosten

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

- Syna: 4 Kurstage / Jahr bzw. 2 Kurstage für Rentner:innen und Lernende
- transfair / transfair Post: 2 Kurstage / Jahr, der gleiche Kurs darf innerhalb von drei Jahren nur einmal besucht werden.
- SwissPersona: bis zu CHF 1'000 / Jahr
- SCIV: bis zu CHF 450.- / Jahr

Anschliessend fallen die Kosten zu Lasten der Teilnehmenden.

**Für Nicht-Mitglieder:** CHF 600.– (inkl. Kursunterlagen, Mahlzeiten)

## An- und Abmeldung

**Anmeldung:** Melden Sie sich zur Gewährleistung der Planung frühzeitig an, idealerweise bis zur Abmeldefrist. Ansonsten sind Anmeldungen möglich, solange das Anmeldeformular auf unserer Webseite geöffnet ist.

**Abmeldung** (ohne Kostenfolgen, danach wird der Kurs verrechnet): Bis spätestens am **Donnerstag, 19. Februar 2026** via **E-Mail** an [arc@travailsuisse.ch](mailto:arc@travailsuisse.ch).