



Unser Angebot für Ihre
#Weiterbildung2022

Jahresprogramm 2022

Bildungsinstitut für Arbeitnehmende ARC

www.formation-arc.ch

Lieber Leserin, lieber Leser

Niemals habe ich ausgelernt, sowohl beruflich als auch privat. Schliesslich bin ich ein Mensch und entwickle mich von Natur aus stets weiter. Die andere Seite der Medaille verunsichert zuweilen jedoch auch: Was ich gestern gelernt habe, ist morgen vielleicht nicht mehr von Nutzen. Je länger je mehr sind wir gefordert, stetig am Ball zu bleiben und unsere Kenntnisse zu erweitern, damit wir den Anforderungen am Arbeitsplatz und im Arbeitsmarkt gewachsen sind. Es gilt, technische, fachliche, emotionale und soziale Kompetenzen konstant weiterzuentwickeln und uns auch rechtlich auf dem Laufenden zu halten.

Ich wünsche mir, dass wir das lebenslange Lernen trotz dieses Drucks als Dürfen, als Plus für unser Leben anschauen. In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Freude beim Auswählen aus unserem Kursprogramm 2022. Gleichzeitig können Sie jederzeit auf mich zukommen, wenn Sie einen bestimmten Weiterbildungswunsch haben. Schliesslich ist es mir ein grosses Anliegen, nicht an Ihren Bedürfnissen, an Ihrem Dürfen, vorbeizuplanen.

Herzliche Grüsse,

Daphna Paz
Leiterin Bildungsinstitut ARC

ARC

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

Leitungsteam

Carlo Mathieu, Präsident ARC und Leiter Marketing und Bildung Syna, Olten; Marcel Bayard, Vize-Präsident SCIV, Sion; Joana Bliss, Leiterin Marketing transfair, Bern; Beat Grossrieder, Zentralsekretär swissPersona, Cousset; Olivier Hählen, Leiter Region West Transfair, Lausanne; Jolanta Krattinger, Juristin Syna, Olten; Roland Tribolet, Vertreter Verband der Instruktoressen swissPersona, Gals; Daphna Paz, Geschäftsleiterin ARC, Bern; Adrian Wüthrich, Präsident Travail.Suisse, Bern

Administration und Koordination

Analena Kettner, Deutschschweiz
Natacha Huguelet, Romandie

Impressum

Verlag & Redaktion: Bildungsinstitut ARC,
Hopfenweg 21, Postfach, 3001 Bern
Bild: Renate Söffing,
www.textundtrainingplus.de

Anmeldung

- Über unsere Webseite
www.formation-arc.ch
- Mit dem Anmeldeformular
(siehe unten)



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

Auskünfte

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

Preise

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

- Syna: 4 Kurstage/Jahr
- transfair: 2 Kurse/Jahr
- SwissPersona: max. Fr. 1000.-/Jahr

Nichtmitglieder können unter Bezahlung des Vollkostenpreises an den Kursen teilnehmen.

Die Preise sind inklusive Pensions-, Verpflegungssowie Materialkosten.

Bestätigung

Die Teilnehmenden erhalten am Ende des Kurses eine Kursbestätigung.

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 Fr. 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.

Versicherung

Die Versicherung ist in allen Kursen Sache der Teilnehmenden.

Travail.Suisse

syna

transfair

SWISS Persona

Ich möchte gerne _____ Stk. ARC-Kursprogramme 2022 bestellen

Ich möchte mich für folgende(n) Kurs(e) anmelden: _____

Name _____

Vorname _____

Strasse _____

PLZ/Ort _____

Telefon _____

E-Mail _____

Ort und Datum _____

Unterschrift _____

Für Kurse: Zutreffendes bitte ankreuzen

Sind Sie einem GAV unterstellt?

- Ja Nein Weiss nicht

Branche _____

Verband: Syna transfair Post
 swissPersona transfair

Mahlzeiten Ja Nein
Übernachtung (bei 2-tägigen Kursen) Ja Nein
Vegetarier/in Ja Nein
Veganer/in Ja Nein

Allergien / Unverträglichkeiten _____

Ich möchte die Anmeldebestätigung wie folgt erhalten:

- Per Post Per E-Mail

Allgemeine Kurse

| | | | | |
|----|----------------------------|--|----------|------------------------|
| 1 | 3.+4. Februar | Sich wahrnehmen - Vertiefung | 1150.- * | Romantikhotel, Chur |
| 2 | 7. Februar + 4. April | Woran Sie 10-15 Jahre vor Ihrer Pensionierung denken sollten | 1050.- * | Hotel Olten, Olten |
| 3 | 10.+11. Februar | Mindhacking | 1150.- * | Seminarhotel Stoos |
| 4 | 16.+17. Februar | Erfolgreiches Zeit-, Selbst- und Prioritätenmanagement | 1200.- * | Schloss Ueberstorf |
| 5 | 2. März | Auftrittskompetenz & Rhetorik 4.0 NEU | 700.- * | Hotel Olten, Olten |
| 6 | 3.+4. März | Gehirngerecht und mit Spass lernen | 1200.- * | BASPO Magglingen |
| 7 | 18. März | Mein Arbeitszeugnis – ist es gut oder sieht es nur gut aus? | 700.- * | Hotel Olten, Olten |
| 8 | 18. März + 1. April | Empowerment NEU | 1050.- * | Hotel Kreuz, Bern |
| 9 | 24.+ 25. März | Leise zum Erfolg – wie zurückhaltende Personen im Job authentisch bestehen | 1150.- * | Hotel Astoria, Olten |
| 10 | 30. März | Refresher: Moderne Geschäftskorrespondenz NEU | 700.- * | Hotel Olten, Olten |
| 11 | 4.+ 5. April | Emotionale Intelligenz | 1150.- * | Kettenbrücke, Aarau |
| 12 | 7.+ 8. April | Sich wahrnehmen – Einführung | 1150.- * | Romantikhotel, Chur |
| 13 | 7.+ 8. April | Erfolgreiches Storytelling – mit spannenden Geschichten begeistern | 1200.- * | Seminarhotel Stoos |
| 14 | 8. April | Erfolgreicher durch mentales Training | 700.- * | Hotel Astoria, Olten |
| 15 | 8.+ 9. April | Überzeugend wirken | 1150.- * | FloraAlpina, Vitznau |
| 16 | 11.+12. April | Erfolgsstrategie Networking | 1200.- * | Schloss Ueberstorf |
| 17 | 13.+14. April | Erfolgreiches Konfliktmanagement | 1200.- * | Hotel Wilerbad, Sarnen |
| 18 | 21.+ 22. April | Unter Druck und trotzdem gelassen | 1150.- * | Sedartis, Thalwil |
| 19 | 28. April 13h30 - 17h30 | Handlettering | 450.- * | Sedartis, Thalwil |
| 20 | 29. April | Flipchart-Gestaltung Basiskurs | 750.- * | Sedartis, Thalwil |
| 21 | 30. April | Fit im Kopf – Denken leicht gemacht | 700.- * | Hotel Olten, Olten |
| 22 | 9. Mai | Schlagfertig und spontan reagieren | 700.- * | Kettenbrücke, Aarau |
| 23 | 12.+13. Mai | Gut vorbereitet – sicher verhandeln | 950.- * | Hotel Olten, Olten |
| 24 | 12.+13. Mai | An der Schwelle zur Pensionierung | 1200.- * | Hotel Wilerbad, Sarnen |
| 25 | 19.+20. Mai | Achtsamkeit im (Arbeits-) Alltag – Frühling | 1200.- * | Hotel Wilerbad, Sarnen |
| 26 | 23.+ 24. Mai | Kollaborativ, agil und effizient im Homeoffice NEU | 1200.- * | Hotel Olten, Olten |
| 27 | 30.+ 31. Mai | Wie führe ich meinen Chef? | 1200.- * | Hotel Wilerbad, Sarnen |
| 28 | 2.+ 3. Juni | Herausforderung Selbstführung I | 1200.- * | FloraAlpina, Vitznau |
| 29 | 6.+ 7. Juni | Lernen von Piraten – Segel setzen für Erfolg und Effizienz | 1150.- * | FloraAlpina, Vitznau |
| 30 | 16.+17. Juni | Sich wahrnehmen - Vertiefung | 1150.- * | Romantikhotel, Chur |
| 31 | 16.+17. Juni | Der erste Eindruck zählt – immer | 1200.- * | Schloss Gerzensee |
| 32 | 22.+ 23. Juni | Der persönliche Erfolg – Stärken und Talente entdecken NEU | 1150.- * | Schloss Ueberstorf |
| 33 | 23.+ 24. Juni | Achtsamkeit im (Arbeits-) Alltag - Sommer | 1150.- * | FloraAlpina, Vitznau |
| 34 | 23.+ 24. Juni | Arbeitsrecht im betrieblichen Alltag | 1150.- * | Hotel Olten, Olten |
| 35 | 27.+ 28. Juni | Digitale Kompetenz im Arbeitsalltag - EinsteigerInnen | 1200.- * | Hotel Olten, Olten |
| 36 | 7.+ 8. Juli | Erfolgreiche Kommunikation im Berufsalltag | 1200.- * | Seminarhotel Aegerisee |
| 37 | 11. Juli | Digitale Kompetenz im Arbeitsalltag - Fortgeschrittene | 900.- * | Hotel Olten, Olten |
| 38 | 11.+ 12. August | Herausforderung Selbstführung II | 1200.- * | Floraalpina, Vitznau |
| 39 | 15.+16. August | Outdoor Academy I – Digital Detox | 1200.- * | FloraAlpina, Vitznau |
| 40 | 27. August | Sketchnotes und Phänomenal- Buch | 750.- * | Sedartis, Thalwil |
| 41 | 1.+ 8. September | Sozialversicherungen – was Sie unbedingt wissen sollten | 1050.- * | Hotel Olten, Olten |
| 42 | 5.+ 6. September | Achtsamkeit im (Arbeits-) Alltag - Herbst | 1150.- * | Mattli, Morschach |
| 43 | 8. September | Den Traumjob finden | 700.- * | Hotel Olten, Olten |
| 44 | 12.+13. September | Eine klare Haltung I - Körpersprache am Arbeitsplatz | 1150.- * | Mattli, Morschach |
| 45 | 15.+16. September | Eine klare Haltung II - Körpersprache am Arbeitsplatz | 1150.- * | Mattli, Morschach |
| 46 | 23. September | Lernprozesse unterstützen - Lernende begleiten und coachen NEU | 700.- * | Hotel Olten, Olten |
| 47 | 6.+7. Oktober | An der Schwelle zur Pensionierung | 1200.- * | Hotel Wilerbad, Sarnen |
| 48 | 25. Oktober | Mit schwierigen Zeitgenossen umgehen | 700.- * | Kettenbrücke, Aarau |
| 49 | 26. Oktober | Professionell visualisieren - Vertiefung NEU | 900.- * | Sedartis, Thalwil |
| 50 | 9. November | Onlinetexte leicht lesbar und attraktiv schreiben | 700.- * | Birdlodge, Sempach |
| 51 | 9. November | Problemlöse- und Entscheidungstechniken NEU | 700.- * | Hotel Olten, Olten |
| 52 | 18.+19. November | BVG-Seminar 2022 - Aktuelles aus der Welt der Pensionskassen | 1150.- * | Richemont, Luzern |
| 53 | 25. November | Den Körper spüren und entspannen dank der MLC-Technik NEU | 700.- * | Sedartis, Thalwil |

Jeunesse.Suisse

| | | | | |
|----|-----------------|-----------|-------|-------------|
| 54 | 27.+ 28. August | Jugendrat | 0.- * | HGU, Luzern |
|----|-----------------|-----------|-------|-------------|

Kurse für Frauen

| | | | | |
|----|------------------|---|----------|--------------------|
| 55 | 13.+14. Mai | Frauenpower leben und sich gelassen durchsetzen | 1150.- * | Schlössli Ipsach |
| 56 | 17. Mai+24. Juni | Leadershipkurs für (angehende) weibliche Führungskräfte | 1050.- * | Hotel Olten, Olten |
| 57 | 23. Mai | SOS Altersvorsorge NEU | 700.- * | Hotel Olten, Olten |
| 58 | 14. September | Frauen und Lohnverhandlung | 700.- * | Hotel Olten, Olten |

Kurse für TeamleiterInnen

| | | | | |
|----|----------------|---|----------|-------------------------|
| 59 | 7.+ 8. Februar | Kompaktseminar Leadership NEU | 1150.- * | Schloss Ueberstorf |
| 60 | 30. September | Arbeitsrecht und Fürsorgepflicht - Einführung für junge Teamleader NEU | 750.- * | Syna Zentralsek., Olten |
| 61 | 31. Oktober | Umgang mit Trauer im eigenen Team NEU | 700.- * | Hotel Astoria, Olten |

AZG-Kurse

| | | | | |
|----|-------------------|--|----------|-------------------------|
| 62 | 3.+ 4. März | Arbeitszeitgesetz und Dienstpläne öffentlicher Verkehr | 1200.- * | Sorell Hotel, Dübendorf |
| 63 | 7.+ 8. Juli | Arbeitszeitgesetz und Dienstpläne öffentlicher Verkehr | 1200.- * | Sorell Hotel, Dübendorf |
| 64 | 29.+30. September | Arbeitszeitgesetz und Dienstpläne öffentlicher Verkehr | 1200.- * | Sorell Hotel, Dübendorf |

Fernkurse

| | | | | |
|----|-------------------|---|---------|--|
| 65 | 1. Jan - 31. Dez. | Ihren Fähigkeiten auf der Spur – Ihr grosser Gewinn | 400.- * | |
| 66 | 1. Jan - 31. Dez | So bewerbe ich mich erfolgreich! | 400.- * | |

Deutschkurse

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| weitere Informationen unter www.syna.ch/sprachkurse | | | | |
|--|--|--|--|--|

Sie sind Mitglied von Syna, transfair oder swissPersona? Für Sie sind die Kurse gratis!

Fragen Sie Ihren Verband nach den genauen Regelungen bzgl. Weiterbildungsfinanzierung.

Weitere Informationen zu den Kursen und Anmeldeformulare: www.formation-arc.ch

Änderungen betreffend Datum und Ort vorbehalten. Konsultieren Sie bitte unsere Internetseite.

Verein ARC, Bildungsinstitut für Arbeitnehmende, www.formation-arc.ch

Für die Mitglieder der Arbeitnehmerverbände Syna, transfair und swissPersona sind die Kurse gratis.

Für die Mitglieder der Arbeitnehmerverbände Syna, transfair und swissPersona sind die Kurse gratis.