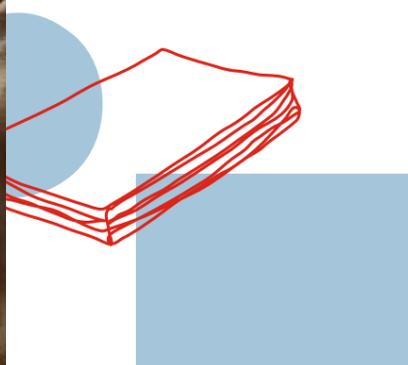


# Jahresprogramm 2023

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



## Einleitung

### Liebe Leserin, lieber Leser

Was motiviert Sie, sich für eine bestimmte Weiterbildung zu entscheiden und mit welchen Erwartungen besuchen Sie diese?

Bei mir persönlich sind es zunächst folgende Fragen, die bei der Auswahl entscheidend sind: Passen die Inhalte zu meinen Interessen und Wissenslücken? Und: Lohnen sich Kosten und Aufwand, passt es terminlich und ist der Durchführungsort für mich gut erreichbar?

Nicht zu unterschätzen ist jedoch auch der Perspektivenwechsel, den mir eine Weiterbildung bietet. In einem Seminar treffe ich in der Regel auf gleichgesinnte und ungleichgesinnte Menschen, die mit meinem Alltag nichts oder wenig zu tun haben und die gerade deshalb ganz objektiv und entspannt Inputs zu Themen machen, die mich im Berufsalltag (vermeintlich) herausfordern. Dies geschieht manchmal ganz nebenbei, ohne dass ich diese Themen explizit benenne. Nicht selten kommt es vor, dass ich nach einem Seminar heimkehre und weiss, dass mein Problem, das mich seit Wochen nicht losgelassen hat, eigentlich gar keins ist oder sich ganz einfach lösen lässt. Und das nur, weil ich von den Kursleitenden und -Teilnehmenden eine Aussensicht ausleihen durfte.

Ich hoffe, dass wir mit dem ARC-Programm 2023 eine ganze Bandbreite von Bedürfnissen abdecken, und freue mich, Sie und Ihre Aussensicht an dem einen oder anderen Kurs persönlich kennenzulernen.

Daphna Paz, Leiterin Bildungsinstitut ARC

### ARC

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

### Leitungsteam

Giuliana Ambrosio, Präsidentin ARC und Leiterin Marketing, transfair, Bern

Marcel Bayard, Vize-Präsident SCIV, Sion

Petra Däscher, Leiterin Sekretariatsregion Zürich & Oberer Zürichsee, Syna, Zürich

Gabriel Fischer, Leiter Bildungspolitik Travail.Suisse, Bern

Beat Grossrieder, Zentralsekretär swissPersona, Cousset

Olivier Hählen, Leiter Region West, transfair, Lausanne

Jolanta Krattinger, Juristin, Syna, Olten

Roland Tribolet, Vertreter Verband der Instrukto-  
ren, swissPersona, Gals

Daphna Paz, Geschäftsleiterin ARC, Bern

Adrian Wüthrich, Präsident Travail.Suisse, Bern

### Administration und Koordination

Francesca Fumasoli, Deutschschweiz

Natacha Huguelet, Romandie

## 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 Kurse**/Kalenderjahr

**swissPersona: max. CHF 1'000.-**/Kalenderjahr

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

### Bestätigung

Die Teilnehmenden erhalten am Ende des Kurses eine Kursbestätigung.

### Versicherung

Die Versicherung ist in allen Kursen Sache der Teilnehmenden.

### 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.

## Anmeldung | Auskünfte

### Anmeldung

Über unsere Webseite [formation-arc.ch](https://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](mailto:arc@travailsuisse.ch)

### Impressum

Herausgabe und Redaktion:

Bildungsinstitut ARC, Hopfenweg 21, Postfach, 3001 Bern

Design: Minz, Agentur für visuelle Kommunikation

Coverbild: Rawpixel.com, Shutterstock

Druck: Mattenbach AG

# Weiterbildung 2023

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

## Allgemeine Kurse

1	2.–3. Februar	Erfolgreiches Storytelling	1'140.–	Boldern, Männedorf
2	20.2. + 22.5.	Woran Sie 10 bis 15 Jahre vor Ihrer Pensionierung denken sollten	1'140.–	Hotel Bern, Bern
3	23.2. + 28.3.	New Work – mit neuen Arbeitsmodellen bessere Ergebnisse erzeugen	990.–	Hotel Olten, Olten
4	7. März	Work-Life-Balance und neue Arbeitsformen	590.–	Hotel Olten, Olten
5	16.–17. März	Ich trage mir Sorge	1'140.–	FloraAlpina, Vitznau
6	17. + 24. März	Arbeitsmarkt und Jobsuche 4.0	990.–	Blueroom, Bern
7	23.–24. März	Gehirngerecht und mit Freude lernen	1'140.–	Weisses Kreuz, Lyss
8	27. März	Mobbing und sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz	590.–	Südland Forum, Bern
9	31.3. + 14.4	Erste Hilfe psychische Gesundheit (mit <b>Option auf CZV-Zertifikat</b> )	940.– <sup>1</sup>	Volkshaus, Zürich
10	4. April	Auftrittskompetenz und Rhetorik 4.0	590.–	Kettenbrücke, Aarau
11	17.–18. April	Angst vor der Angst – Alltagsängste besser managen	1'090.–	City Hotel, Biel
12	20.–21. April	Wie ticke ich und warum?	990.–	Hotel St.Jodern, Visp
13	24. April	Mit Sketchnotes den (Arbeits-) Alltag erleichtern	640.–	Schoenerschulen, Uznach
14	27.–28. April	Einführung (agiles) Projektmanagement	1'140.–	Hotel Ador, Bern
15	3. Mai	Digitale Tools	590.–	Hotel Olten, Olten
16	3. Mai	Gewinnbringendes MAG für Arbeitnehmer:in und -geber:in	590.–	Südland Forum, Bern
17	3. + 24. Mai	Durchstarten in die (Teil-) Selbstständigkeit	1'090.–	Effinger, Bern
18	10. Mai	Stress, bis er uns krank macht	590.–	Hotel Chur, Chur
19	11.–12. Mai	Lernen von Pippi Langstrumpf	1'140.–	Boldern, Männedorf
20	1. Juni	E-Mail, Brief oder Webseite – Freundlich, korrekt und locker schreiben	590.–	Kettenbrücke, Aarau
21	1.–2. Juni	An der Schwelle zur Pensionierung	1'140.–	Kloster Kappel, Kappel am Albis
22	8.–9. Juni	Frauen und Mental Load – Raus aus der Überlastung	1'090.–	Schloss Ueberstorf
23	15.–16. Juni	Achtsamkeit im (Arbeits-) Alltag	1'090.–	Antoniushaus Mattli, Morschach
24	19.–20. Juni	Sag NEIN zum IST-Zustand – kontinuierlich verbessern im Arbeitsalltag	1'090.–	Schloss Ueberstorf
25	22.–23. Juni	Arbeitsrecht im betrieblichen Alltag	940.–	Hotel Olten, Olten
26	14.–15. Aug.	Outdoor-Academy	1'090.–	Lassalle-Haus, Edlibach
27	16. August	Schlagfertig und spontan reagieren	590.–	Kettenbrücke, Aarau
28	17.–18. Aug.	Gute Zusammenarbeit trotz unterschiedlicher Persönlichkeitstypen	1'090.–	New Star, St.Gallen
29	18. August	Aufschieberitis beenden	590.–	Sedartis, Thalwil
30	22. August	New Leadership – Selbstverantwortung der Mitarbeitenden stärken	590.–	Kettenbrücke, Aarau
31	24.–25. Aug.	Lernen von Piraten – Segel setzen für Erfolg und Effizienz	1'090.–	FloraAlpina, Vitznau
32	25. August	Erfolgsfaktor Optimismus – mehr als nur eine «rosarote Brille»	590.–	Hotel Olten, Olten
33	4.–5. Sep.	Vom Umgang mit Diversity: Unconscious Bias & Transkulturelle Kompetenz	1'140.–	Schloss Ueberstorf
34	5. September	Gewaltprävention und Deeskalation (mit <b>Option auf CZV-Zertifikat</b> )	690.– <sup>1</sup>	Belvoirpark, Zürich
35	18.–19. September	Klare Körpersprache am Arbeitsplatz	1'010.–	Antoniushaus Mattli, Morschach
36	18.–19. Sep.	Verkaufsschulung – werde zum Verkaufsguru	1'090.–	Schloss Ueberstorf
37	22. Sep.	Konfliktmanagement	590.–	Hotel Olten, Olten
38	25. Sep.	Finanzkurs für junge Erwachsene	590.–	Hotel Olten, Olten
39	28.–29.Sep.	Erfolgreiche Kommunikation im Berufsalltag	1'140.–	FloraAlpina, Vitznau
40	29. Sep.	Professioneller Umgang mit Kundenreklamationen	590.–	Hotel Olten, Olten
41	2.–3. Okt.	Das bin ich. Wirksame Positionierung mit Personal Branding.	1'140.–	Hotel Olten, Olten
42	2. + 9. Okt.	Sozialversicherungen: Was ich als Arbeitnehmende:r unbedingt wissen sollte	1'140.–	Hotel Bern, Bern
43	6. Oktober	Verkaufskompetenz stärken	590.–	Hotel Olten, Olten
44	13. Oktober	Selbstvertrauen leicht gemacht	590.–	Effinger, Bern
45	3. November	Mit Flipchart-Gestaltung das Publikum begeistern	590.–	Schoenerschulen, Uznach
46	3. + 24. Nov.	Umgang mit schwierigen Kunden	1'090.–	Punkt0, Bern
47	7. + 14. Nov.	Medienarbeit: Stolpersteine und Wirksamkeit	990.–	trafo-Hotel, Baden
48	10. Nov.	Ideenwerkstatt – eigene Vorhaben voranbringen	590.–	Hotel Amaris, Olten
49	10.–11. Nov.	Erfolgreiche Geschäftsbeziehungen	1'140.–	Kettenbrücke, Aarau
50	17.–18. Nov.	BVG-Seminar 2023 – Aktuelles aus der Welt der Pensionskassen	1'140.–	Richemont, Luzern
51	1.–2. Dez.	Fahr-mal-runter: Druck abbauen, Gelassenheit üben	1'090.–	Romerohaus, Luzern

## Jugendrat

52	19. August	Nationaler Jugendrat (Jeunesse.Suisse)	0.– <sup>2</sup>	HGU, Luzern
----	------------	--	------------------	-------------

## Kurzkurse online

53	27.2. + 6.3. 18h30–21h00	Mein Arbeitszeugnis – ist es gut oder tönt es nur so?	440.–	Online
54	3. Mai 9–12h	So funktioniert meine Pensionskasse	390.–	Online
55	12. Juni 9–12h	Frauen planen ihre Finanzen und Vorsorge	390.–	Online
56	27. Nov. 9–12h	Revision AHV 21 – was ändert sich ab dem 1. Januar 2024?	390.–	Online

## Kurse für Gewerkschaftsmitarbeitende

57	16. Februar	Kollektive Lohnforderungen stellen und durchsetzen	540.–	Hotel Olten, Olten
58	15. Juni 16. Juni	Einführung in die politische Arbeit und das Netzwerk von Travail.Suisse Optional: Sessions- und Bundeshausbesuch am 16. Juni	490.– 790.– <sup>3</sup>	Sitzungszimmer Travail.Suisse, Bern
59	13. Oktober	Kaltakquise von Neumitgliedern	640.–	Syna Olten

## Branchenspezifische Kurse/ AZG

60	20.–21. April	Arbeitszeitgesetz und Dienstpläne öffentlicher Verkehr (AZG)	1'190.–	Hotel Sonnental, Dübendorf
61	26. August	Arbeitszeitgesetz und Dienstpläne öffentlicher Verkehr (AZG), mit <b>Option CZV</b>	590.– <sup>1</sup>	Südland Forum, Bern

## Fernkurse – Zeitraum frei wählbar

62	Jan.–Dez.	Ihren Fähigkeiten auf der Spur – Ihr grosser Gewinn	540.–	Online
----	-----------	---	-------	--------

Änderungen betreffend Datum und Ort vorbehalten. Konsultieren Sie bitte unsere Webseite: [formation-arc.ch](https://formation-arc.ch)

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

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

<sup>2</sup> Angebot von Travail.Suisse

<sup>3</sup> Dieses Angebot steht (neuen) Mitarbeitenden aller Mitgliedsverbände von Travail.Suisse offen, Kosten: Teilnahme nur am 15. Juni CHF 490.–, Teilnahme am 15. und 16. Juni CHF 790.–.