

MOVENDO

Das Bildungsinstitut der Gewerkschaften



Weiterbildung 2024

Weiterbildungsangebot für Mitglieder von Gewerkschaften, Personalvertretungen und Stiftungsräten sowie für Vertrauensleute und Interessierte

garanto kapers

NAUTILUS
INTERNATIONAL
Schweiz



ecosyndicom

UNIA

vpad ssp



Das Bildungsinstitut der Gewerkschaften

Impressum

Herausgeber: Movendo, das Bildungsinstitut der Gewerkschaften
Monbijoustrasse 61, 3007 Bern, Telefon 031 370 00 70
www.movendo.ch

Design: raschle & partner, Bern

Titelbild: Yoshiko Kusano

Druck: Stämpfli Publikationen AG, Bern

Auflage: 159 890 Exemplare

Erschienen: Oktober 2023

Inhaltsverzeichnis

Movendo-Kurse 2024: Jetzt buchen!	4
Deine Ansprechpersonen	4
Allgemeine Informationen	5
online Webinare	25

Politik, Wirtschaft, Sozialversicherungen

Geschichte der Gewerkschaftsbewegung	6
Politik verstehen: Grundlagenkurs	6
neu Politik verstehen: Einstieg für junge Menschen	6
Wirtschaftspolitik für Arbeitnehmende	7
neu Einführung in die feministische Ökonomie	7
Politik live – Besuch im Bundeshaus	8
Migrationspolitik und Migrationsrecht: Fakten, Wertungen, Perspektiven	8
neu Solidarische Klimawende	9
Wahrheitssuche in Zeiten von Fake-News	9
neu Wie funktioniert meine Pensionskasse?	9
online Erwerbsarbeit und Renten aus Frauensicht	10
Rentenplanung: Welches Einkommen habe ich im Alter?	10

Arbeit und Recht

asa Meine Rechte am Arbeitsplatz praktisch erklärt	12
asa Einführung in das Arbeitszeitgesetz	12
asa Gesund trotz Schichtarbeit	12
asa Als Chauffeuse/Chauffeur gesund bleiben: Einflüsse aufs Fahrverhalten	13
asa Als Chauffeuse/Chauffeur gesund bleiben: Ernährung und Ergonomie	13

Kommunikation

Grundlagen der Kommunikation	14
Selbstsicheres Auftreten	14
Frauen Überzeugend auftreten	14
Argumentieren – überzeugen – gewinnen	15
Körpersprache lesen	15
Körpersprache gezielt einsetzen – Vertiefungskurs	16
Meine Anliegen am Arbeitsplatz durchsetzen	16
neu Vorbereitung auf das Mitarbeitendengespräch und Lohnverhandlungen	17
Umgang mit Konflikten am Arbeitsplatz	17
neu Kommunikation im Konflikt	18
Konfliktmanagement und Mediation	18

asa Aggressionen im öffentlichen Dienst	19
Frauen Selbstschutz und Intervention im öffentlichen Raum	19
Rassismus: Das mache ich nicht mit!	20

Zusammenarbeit und Lebensgestaltung

Zielorientiert in die Zukunft	21
Der Arbeitsmarkt, mein Lebenslauf und ich	21
neu Queer am Arbeitsplatz	21
Älter werden im Beruf	22
Vorbereitung auf die Pensionierung	22
Selbstfürsorge und Stressbewältigung in Beruf und Alltag	23
Rund um den Schlaf	23
Burnout erkennen und vorbeugen	24
neu Frauen Wen-Do, Selbstverteidigung für Frauen*	24

Arbeitsinstrumente

Weiterbildung für alle statt für wenige!	25
Schreiben leicht(er) gemacht	26
Arbeitstechnik und Zeitmanagement	26
PC-Einstiegskurs für Senior:innen (Windows 11/MS Office 2021)	26
Windows 11 und MS Office 2021 für Einsteiger:innen (Word/Excel)	27
neu Zusammenarbeit online: Umgang mit Teams, OneNote und weiteren Tools	27
Word: Grundkurs (MS Office 2021)	28
Word: Aufbaukurs (MS Office 2021)	28
Excel: Grundkurs (MS Office 2021)	29
Excel: Aufbaukurs (MS Office 2021)	29
Outlook (MS Office 2021)	30
Suchen und finden – sicher im Internet	30

Vertrauensleute

Aktiv in meiner Gewerkschaft: Basiskurs für Vertrauensleute	31
Aktiv in meiner Gewerkschaft: ERFA für Vertrauensleute	31
Action am Arbeitsplatz!	32
Weltweit verbunden – lokal verankert: Neue Ideen aus aktuellen Bewegungen	32
neu Gewerkschaftliche Arbeit unter dem neuen Datenschutzgesetz	33
Mutig handeln im Betrieb – aber sicher!	33
Meine Gewerkschaft im Betrieb stärken – Arbeitskolleg:innen überzeugen	34
Erfolgreich verhandeln	34
Sitzungen und Versammlungen leiten und gestalten	35
Sitzungen und Versammlungen leiten und gestalten ERFA	35

Fit am Flip – mit Schwung visualisieren	36
Protokollführung	36
Einführungskurs Doppelte Buchhaltung	37
Aufbaukurs Doppelte Buchhaltung	37
Altersvorsorge auf drei Säulen: Zukunftsperspektiven	38
Altersvorsorge Schweiz für Albanisch sprechende Personen	38

Pensionskassen und Vorsorgekommissionen

Basiskurs für Mitglieder von Stiftungsräten	39
Aufbaukurs für Mitglieder von Stiftungsräten	39
Kurs für Mitglieder von Vorsorgekommissionen	40

Personalvertretungen

neu 30 Jahre Mitwirkungsgesetz: eine Bilanz	41
Basiskurs für Mitglieder von Personalvertretungen	41
Aufbaukurs für Mitglieder von Personalvertretungen	42
Führungskurs für Präsidien von Personalvertretungen	42
neu Grundkompetenzen der Mitarbeitenden am Arbeitsplatz stärken	43
neu Algorithmen am Arbeitsplatz: So wehren wir uns!	43
Grundlagen zu Arbeit und Gesundheit	44
Jederzeit verfügbar für die Firma?	44
Kolleg:innen in schwierigen Situationen beraten	44
Faire Personalbeurteilung	45
online Lohngleichheitsanalysen konkret!	45
Sexualisierte Gewalt am Arbeitsplatz – wie handeln als PV und Gewerkschaft?	45
Auftrittskompetenz einmal anders	46
neu Künstliche Intelligenz (KI): Die Zukunft der Arbeitswelt als Personalvertretung mitgestalten	46
Neue Bürowelten gestalten – aber wie?	47
Das 1×1 der Wirtschaft für Personalvertretungen	47
Geschäftsberichte verstehen	47
Der Europäische Betriebsrat (EBR) – Eine Chance für Arbeitnehmende multinationaler Betriebe	48

Movendo-Kurse 2024: Jetzt buchen!



Liebe Kolleg:innen

«Weiterbildung für alle!» Mit dem Bildungsinstitut Movendo unterstützt eure Gewerkschaft diese zentrale Forderung und übernimmt die Kosten für mindestens einen Kurs pro Jahr.

Das Kursprogramm wird auf **movendo.ch** laufend aktualisiert. Gerne beraten wir euch auch telefonisch oder per Mail.

Wir freuen uns auf eure Anmeldungen!

Euer Movendo-Team

Deine Ansprechpersonen

Institutsleitung

Michael Herzka, Tel. 031 370 00 77, michael.herzka@movendo.ch

Weiterbildungsangebot für Mitglieder und Vertrauensleute von Gewerkschaften (Deutschschweiz)

Theres Höchli, Ausbildungsleiterin, Tel. 031 370 00 75, theres.hoechli@movendo.ch

Maurizio Maggetti-Waser, Ausbildungsleiter, Tel. 031 370 00 72, maurizio.maggetti@movendo.ch

Doris Häberli, Sachbearbeiterin, Tel. 031 370 00 74, doris.haeberli@movendo.ch

Silvia Imhof, Sachbearbeiterin, Tel. 031 370 00 61, silvia.imhof@movendo.ch

Bettina Stüssi, Sachbearbeiterin, Tel. 031 370 00 66, bettina.stuessi@movendo.ch

Weiterbildungsangebot für Mitarbeitende von Gewerkschaften (Deutschschweiz)

Anna Pfister, Ausbildungsleiterin, Tel. 031 370 00 65, anna.pfister@movendo.ch

Albineta Qela, Sachbearbeiterin, Tel. 031 370 00 63, albineta.qela@movendo.ch

Weiterbildungsangebot für Mitglieder und Vertrauensleute von Gewerkschaften (Romandie)

Vincent Vernez, responsable de formation, tél. 021 310 48 71, vincent.vernez@movendo.ch

Patricia Matus, coordinatrice de formation, tél. 021 310 48 72, patricia.matus@movendo.ch

Weiterbildungsangebot für Mitarbeitende von Gewerkschaften (Romandie)

Valérie Boillat, responsable de formation, tél. 031 370 00 76, valerie.boillat@movendo.ch

Laurence Patthey, coordinatrice de formation, tél. 031 370 00 62, laurence.patthey@movendo.ch

Allgemeine Informationen

Movendo bietet Weiterbildungen zu Themen rund um die Arbeitswelt an. Die meisten Kurse stehen allen Interessierten offen. Einige Angebote richten sich speziell an Gewerkschaftsmitglieder, die gewerkschaftliche Funktionen ausüben. Diese sind in den Kapiteln Vertrauensleute, Personalvertretungen sowie Pensionskassen und Vorsorgekommissionen aufgeführt.

Anmeldung	<ul style="list-style-type: none"> – per Telefon unter der Nummer 031 370 00 70 – per E-Mail: info@movendo.ch – per Internet: www.movendo.ch – per Post mittels Anmeldetalon auf der letzten Seite
Kosten	<p>Die Gewerkschaften tragen für ihre Mitglieder die Kosten (Kurs-, Verpflegungs- und Übernachtungskosten) für mindestens eine Weiterbildung pro Jahr.</p> <p>Die Entscheidung betreffend Kostenübernahme liegt bei deiner Gewerkschaft. Nach deiner Anmeldung klären wir die Kostenfrage ab und informieren dich anschliessend, zu welchen Konditionen du an der Weiterbildung teilnehmen kannst. Gewerkschaftsmitglieder können weitere Kurse zu einem vergünstigten Tarif besuchen. Webinare können kostenlos besucht werden.</p>
Kursgebühr Inkl. 0% MWST	In den Kurskosten sind die Lehrmittel und Unterlagen inbegriffen.
Verpflegung Inkl. 8,1% MWST	Unter Verpflegungskosten fallen Seminarpauschalen, Mahlzeiten, inkl. Wasser, Kaffee und Tee, Pausengetränke und -verpflegung sowie Wasser im Saal.
Übernachtung Inkl. 3,8% MWST	<p>Für Kurse mit der Nummer D2 sind die Übernachtungskosten (mit Abendessen und Frühstück) auf der Basis eines Doppelzimmers berechnet. Der Zuschlag für ein Einzelzimmer wird nicht von den Gewerkschaften übernommen und muss vor Ort an der Hotelrezeption bezahlt werden.</p> <p>Für Kurse mit der Nummer D1 sind die Übernachtungskosten auf der Basis eines Einzelzimmers berechnet und werden von den Gewerkschaften übernommen.</p>
Korrespondenz	<p>Grundsätzlich verschicken wir alle Informationen per E-Mail.</p> <p>Nach der Anmeldung erhältst du eine Anmeldebestätigung mit den wichtigsten Angaben, insbesondere der Kostenklärung. Eine Einladung folgt spätestens 10 Tage vor Beginn der gewählten Weiterbildung.</p>
Annullierung	Falls ein Weiterbildungsangebot ausnahmsweise nicht stattfinden kann, informieren wir dich spätestens 3 Wochen im Voraus.
Anmeldeschluss	Anmeldeschluss ist 4 Wochen vor Kursbeginn. Kurzfristige Anmeldungen können berücksichtigt werden, sofern noch freie Plätze vorhanden sind.
Abmeldung	<p>Bei Abmeldungen, die später als 10 Tage vor Beginn bei uns eingehen, werden die vollen Kosten in Rechnung gestellt. Die zuständigen Gewerkschaften werden diesbezüglich informiert. Die Abmeldekosten fallen weg, wenn eine Ersatzteilnehmerin oder ein Ersatzteilnehmer gemeldet wird.</p> <p>Achtung: Bei Nichterscheinen oder nicht fristgerechter Abmeldung behalten sich einige Gewerkschaften das Recht auf Weiterverrechnung der Kosten vor.</p>
Warteliste	Ist ein Kurs ausgebucht, führen wir eine Warteliste. Sobald du siehst, dass du den Termin nicht länger freihalten kannst, bitten wir dich, uns zu informieren.
asa-Kurse	Wir bieten von der asa anerkannte Weiterbildungen für Chauffeusen und Chauffeure (CZV) an. Bei Mehrtageskursen im selben Bereich wird nur der 1. Kurstag als CZV-Weiterbildung angerechnet.
Datenschutz	Personendaten der Teilnehmer:innen werden gemäss der Datenschutzerklärung von Movendo bearbeitet. Diese kannst du unter www.movendo.ch abrufen oder bei unserer Geschäftsstelle bestellen.

Geschichte der Gewerkschaftsbewegung

Wie sind die Gewerkschaften in der Schweiz stark geworden? Mit welchen Problemen hatten sie zu kämpfen? Der Kurs vermittelt einen geschichtlichen Überblick und zeigt, was die Gewerkschaften für soziale Sicherheit und Demokratie in der Schweiz geleistet haben.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte, aktive Mitglieder, Mitarbeitende von Gewerkschaften	
Referent:innen	Valérie Boillat (Movendo), Maurizio Maggetti-Waser (Movendo)	
Kurs Nr. D2.1.2404	2 Tage Mo, 17.6.2024–Di, 18.6.2024	📍 Balsthal, Hotel Balsthal
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 160.–, Übernachtung: CHF 190.–	

Politik verstehen: Grundlagenkurs

Wie funktioniert unsere Demokratie? In diesem Kurs wird das politische System der Schweiz an praktischen Beispielen und aktuellen Themen erklärt. Wir diskutieren, wie Politik mitgestaltet werden kann. Der Kurs richtet sich an Personen, die wenig Vorwissen mitbringen und einen Einstieg in politische Diskussionen finden möchten.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Referent:innen	Tamara Funciello (Nationalrätin), Florian Vock (Soziologe), Bettina Stüssi (Movendo)	
Kurs Nr. D2.1.2408	2 Tage Mo, 4.11.2024–Di, 5.11.2024	📍 Vitznau, Hotel FloraAlpina
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 170.–, Übernachtung: CHF 200.–	

neu Politik verstehen: Einstieg für junge Menschen

Wie funktioniert unsere Demokratie? In diesem Kurs wird das politische System der Schweiz an praktischen Beispielen und aktuellen Themen erklärt. Wir diskutieren, was jeder tun kann, um Politik mitzugestalten. Der Kurs richtet sich an Personen unter 40 Jahren, die einen Einstieg in politische Diskussionen finden möchten.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte unter 40 Jahren	
Referent:innen	Tamara Funciello (Nationalrätin), Florian Vock (Soziologe)	
Kurs Nr. D2.1.2407	3 Termine Sa, 13.4.2024 Di, 16.4.2024, 18.30–21.30 Uhr Do, 18.4.2024, 18.30–21.30 Uhr	📍 Zürich, Jugendherberge online online
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 50.–	

Wirtschaftspolitik für Arbeitnehmende

Welche wirtschaftspolitischen Massnahmen dienen Arbeitnehmenden am besten? In diesem Kurs erläutern wir die wichtigsten wirtschaftlichen Zusammenhänge. Wir zeigen, wie Gewerkschaften auf die Wirtschaft einwirken und zu einer arbeitnehmerfreundlichen Wirtschaftspolitik beitragen.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Referent	David Gallusser (SGB)	
Kurs Nr. D2.1.2405	1 Tag Mo, 18.11.2024	📍 Bern, Hotel Bern
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 410.–, Verpflegung: CHF 50.–	

neu Einführung in die feministische Ökonomie

Was bedeutet es, Ökonomie aus einer feministischen Perspektive zu betrachten? Und warum stellt dieser Perspektivenwechsel alles auf den Kopf, was wir bisher über Wirtschaft wussten? Der Kurs bietet eine Einführung in zentrale Fragen feministischer Ökonomie. Dabei geht es um die Grundlage unseres Zusammenlebens: um die notwendige Arbeit für das Leben und Überleben.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Referentinnen	Selina Hauser (Historikerin, Economiefeministe), Anja Peter (Ökonomin, Economiefeministe)	
Kurs Nr. D2.1.2411	1 Tag Di, 30.4.2024	📍 Bern, Hotel Ambassador
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 410.–, Verpflegung: CHF 50.–	

Politik live – Besuch im Bundeshaus

An diesem Tag beschäftigen wir uns mit verschiedenen Facetten der politischen Teilhabe. Wir verfolgen die politische Debatte im Bundeshaus von der Tribüne im Nationalratssaal mit. Mit Mitgliedern des Parlaments diskutieren wir aktuelle politische Themen und erfahren dabei, wie sich Gewerkschaften politisch einbringen. Der Besuch von historischen Stätten der Demokratie in Bern rundet den Tag ab.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Referent:innen	Tamara Funciello (Nationalrätin), Vertreter:in SGB	
Kurs	1 Tag	
Nr. D2.1.2401	Mo, 4.3.2024	📍 Bern, Bundeshaus
Nr. D2.1.2402	Mi, 29.5.2024	📍 Bern, Bundeshaus
Nr. D2.1.2403	Di, 11.6.2024	📍 Bern, Bundeshaus
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 410.–, Verpflegung: CHF 50.–	

Migrationspolitik und Migrationsrecht: Fakten, Wertungen, Perspektiven

Die schweizerische Ausländergesetzgebung basiert auf einem dualen Zulassungssystem. Für EU/EFTA-Bürger:innen gilt das Personenfreizügigkeitsabkommen mit weitgehend sicheren Aufenthaltsrechten und Zugang zu sozialen Leistungen. Für Drittstaatsangehörige gilt das restriktivere Ausländer- und Integrationsgesetz. Was bedeutet das für die Betroffenen konkret? Und wie lauten unsere gewerkschaftlichen Antworten?



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte, Vertrauensleute, Mitarbeitende von Gewerkschaften	
Referenten	Hilmi Gashi (Unia), Valerio Priuli (Rechtsanwalt und Dozent)	
Kurs	2 Tage	
Nr. D2.1.2409	Do, 31.10.2024 – Fr, 1.11.2024	📍 Männedorf ZH, Hotel Boldern
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 150.–, Übernachtung: CHF 190.–	

neu Solidarische Klimawende

Schneearme Winter, immer heissere Sommer, rasanter Gletscherschwund: Wir spüren die Klimaerwärmung auch in der Schweiz. Welche Auswirkungen wird diese auf unser Leben und auf die Arbeitswelt haben? Was können wir tun? In diesem Kurs geht es darum, die eigenen Handlungsmöglichkeiten zu erkennen und Wege hin zu einer solidarischen und fairen Klimawende zu diskutieren. Zudem erhalten die Teilnehmenden einen Einblick in ein zukunftsweisendes Projekt.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte, Vertrauensleute, Mitarbeitende von Gewerkschaften	
Referentinnen	Peppina Beeli (Unia), Pascale Schnyder (Mitverantwortliche KlimaGespräche)	
Kurs Nr. D2.1.2410	2 Tage Di, 23.4.2024 – Mi, 24.4.2024	📍 Luzern, RomeroHaus
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 120.–, Übernachtung: CHF 140.–	

Wahrheitssuche in Zeiten von Fake-News

Wie wir das politische, wirtschaftliche und gesellschaftliche Geschehen wahrnehmen, wird von den Medien beeinflusst. Durch die Entwicklung des Internets geraten traditionelle Medien immer stärker unter Druck – finanziell und auch inhaltlich. Dieser Kurs zeigt, wie sich die Medienwelt in Zeiten gezielter Fake-News verändert.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Referent	Thomas Zimmermann (SGB)	
Kurs Nr. D2.1.2406	1 Tag Do, 13.6.2024	📍 Bern, Computerschule
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 410.–, Verpflegung: CHF 50.–	

neu Wie funktioniert meine Pensionskasse?

Wie ist die 2. Säule – die berufliche Vorsorge – aufgebaut? Was sind die Rahmenbedingungen und Rechtsgrundlagen der Pensionskassen? Welche Leistungsarten gibt es? Und wie sind die Vorsorgeausweise der Pensionskasse zu lesen und zu verstehen? Diese Fragen werden im Einführungskurs zur beruflichen Vorsorge beantwortet.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Referentin	Eliane Albisser (PK-Netz)	
Kurs Nr. D2.3.2409	1 Tag Di, 28.5.2024	📍 Bern, Hotel Ambassador
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 410.–, Verpflegung: CHF 50.–	
Hinweis	Vorsorgeausweis der Pensionskasse mitnehmen.	

online Erwerbsarbeit und Renten aus Frauensicht

Besonders Frauen mit Familie unterbrechen ihre Erwerbstätigkeit und arbeiten oft Teilzeit. Dies wirkt sich bei den Renten schmerzhaft aus. Worauf können Frauen achten, um im Alter besser abgesichert zu sein? Wo kann die Politik ansetzen und welches sind die gewerkschaftlichen Strategien, um Frauen vor Altersarmut zu schützen?



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte
Referentinnen	Julia Maisenbacher (SGB), Gabriela Medici (SGB)
Kurs Nr. D2.3.2408	1 Tag Mi, 2.10.2024 online
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 410.–

Rentenplanung: Welches Einkommen habe ich im Alter?

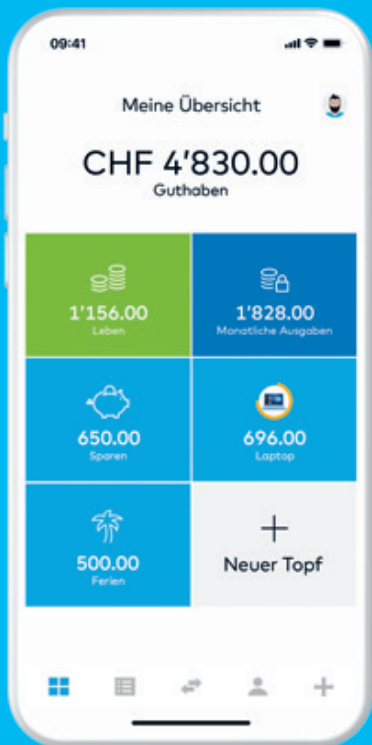
Nach der Pensionierung verändert sich unsere finanzielle Situation. Aber wie? In diesem Kurs erläutern wir, wie die AHV-Rente berechnet wird, wie Ergänzungsleistungen funktionieren und wie der Vorsorgeausweis zu lesen ist. Diesem können wir entnehmen, wie hoch die Rente aus der Pensionskasse sein wird.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte
Referent:innen	Brigitta Bernet (Unia), Ruzhdi Ibrahim (Unia), Gabriela Medici (SGB)
Kurs	1 Tag
Nr. D2.3.2401	Do, 28.3.2024 📍 Basel, Hotel Odelya (Ibrahimi)
Nr. D2.3.2402	Do, 4.4.2024 📍 Zürich, Alterszentrum Hottingen (Bernet/Medici)
Nr. D2.3.2403	Mo, 22.4.2024 📍 Bern, Hotel Bern (Ibrahimi)
Nr. D2.3.2404	Mo, 10.6.2024 📍 Solothurn, Jugendherberge (Ibrahimi)
Nr. D2.3.2405	Do, 5.9.2024 📍 Olten, Hotel Olten (Bernet/Medici)
Nr. D2.3.2406	Do, 21.11.2024 📍 Winterthur, Parkhotel (Bernet/Medici)
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 410.–, Verpflegung: CHF 50.–
Hinweis	Vorsorgeausweis der Pensionskasse mitnehmen.

Deine Finanzen immer im Griff.

Mit Zak hast du stets die Übersicht über deine Finanzen und weisst immer, wie viel dir wofür noch bleibt. Unkompliziert und gratis. Zak – die Bank auf deinem Smartphone.
Mehr dazu unter cler.ch/startguthaben



SGB-Spezial:
Zak-Konto
eröffnen und
25 CHF Startgut-
haben sichern!
Code:
SGBZAK

Jetzt downloaden.



Zeit, über Geld zu reden.

Bank
Banque
Banca

CLER

asa Meine Rechte am Arbeitsplatz praktisch erklärt

Welche Rechte haben Arbeitnehmende? Werden diese Rechte am Arbeitsplatz eingehalten? Wie können wir sie durchsetzen? Gemeinsam mit einer juristischen Fachperson klären wir diese und andere Fragen anhand konkreter Beispiele aus unserem Arbeitsalltag.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Referent	Urs Egger (Unia)	
Kurs	1 Tag	
Nr. D2.2.2408	Mi, 13.3.2024	📍 Bern, Hotel Bern
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 410.–, Verpflegung: CHF 50.–	
Hinweis	Durch die asa anerkannte Weiterbildung für Chauffeusen und Chauffeure (CZV).	

asa Einführung in das Arbeitszeitgesetz

Das Arbeitszeitgesetz (AZG) gilt ausschliesslich für Arbeitnehmende in Unternehmen des öffentlichen Verkehrs. Es regelt Arbeits- und Ruhezeiten, Überzeitarbeit, Dienstschichten, Ferien und anderes mehr. In diesem Kurs erläutern wir die wichtigsten Regeln und aktuellen Änderungen von Gesetz und Verordnung.



Zielpublikum	Beschäftigte von Bahnen, Busbetrieben, Personenschifffahrt und Seilbahnen	
Referent:innen	Stefan Giger (VPOD), Susanne Oehler (SEV)	
Kurs	1 Tag	
Nr. D2.2.2401	Mi, 13.3.2024	📍 Olten, Hotel Olten
Nr. D2.2.2402	Di, 29.10.2024	📍 Zürich, Geomatik und Vermessung
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 410.–, Verpflegung: CHF 50.–	
Hinweis	Durch die asa anerkannte Weiterbildung für Chauffeusen und Chauffeure (CZV).	

asa Gesund trotz Schichtarbeit

Unregelmässige Arbeits- und Ruhezeiten sind ungesund. Deshalb müssen Betriebe mit Schichtarbeit strenge gesetzliche Vorgaben einhalten. In diesem Kurs lernen Mitarbeitende und Vorgesetzte, mit Schichtarbeit besser umzugehen. Dazu gehören Tipps für besseren Schlaf und gesunde Ernährung, aber auch Massnahmen für eine optimierte Arbeitszeitorganisation.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Referent:innen	Daniela Biberstein (Ergonomistin), Nic Frei (Jurist)	
Kurs	1 Tag	
Nr. D2.2.2403	Do, 11.4.2024	📍 Winterthur, Parkhotel
Nr. D2.2.2404	Do, 26.9.2024	📍 Bern, Hotel Bern
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 410.–, Verpflegung: CHF 50.–	
Hinweis	Durch die asa anerkannte Weiterbildung für Chauffeusen und Chauffeure (CZV).	

asa Als Chauffeuse/Chauffeur gesund bleiben: Einflüsse aufs Fahrverhalten

Chauffeusen und Chauffeure tragen eine grosse Verantwortung. Ein kleiner Fehler kann im Strassenverkehr schwerwiegende Folgen haben. Der Kurs zeigt auf, wie wir dank einer guten körperlichen und geistigen Verfassung Unfälle verhindern können und wie stark der Konsum von Alkohol und anderen Drogen die Verkehrssicherheit gefährdet.



Zielpublikum	Insbesondere Bus- und Carfahrer:innen (Kategorie D/D1) im Personentransport sowie Lastwagenfahrer:innen (Kategorie C/C1) im Gütertransport	
Referentin	Vanessa von Bothmer (VPOD)	
Kurs	1 Tag	
Nr. D2.2.2405	Do, 14.3.2024	📍 Basel, Hotel Odelya
Nr. D2.2.2406	Mo, 28.10.2024	📍 Luzern, Hotel Monopol
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 410.–, Verpflegung: CHF 50.–	
Hinweis	Durch die asa anerkannte Weiterbildung für Chauffeusen und Chauffeure (CZV).	

asa Als Chauffeuse/Chauffeur gesund bleiben: Ernährung und Ergonomie

Der Rücken schmerzt, der Magen knurrt und der Stau auf der Autobahn sorgt für Verspätung. Für Chauffeusen und Chauffeure ist dies leider oft Alltag. Wir zeigen in diesem Kurs, wie gute Ernährung und ein optimal eingestellter Fahrersitz einen langen Arbeitstag angenehmer machen können.



Zielpublikum	Insbesondere Bus- und Carfahrer:innen (Kategorie D/D1) im Personentransport sowie Lastwagenfahrer:innen (Kategorie C/C1) im Gütertransport	
Referentin	Daniela Biberstein (Ergonomistin)	
Kurs	1 Tag	
Nr. D2.2.2407	Do, 16.5.2024	📍 Olten, Hotel Olten
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 410.–, Verpflegung: CHF 50.–	
Hinweis	Durch die asa anerkannte Weiterbildung für Chauffeusen und Chauffeure (CZV).	

Grundlagen der Kommunikation

Oft fühlen wir uns bei Gesprächen missverstanden. Haben wir uns unklar ausgedrückt? Oder haben wir selbst etwas falsch verstanden? Missverständnisse kommen häufiger vor, als wir denken. Dieser Kurs vermittelt die Grundlagen der Kommunikation mit vielen praktischen Übungen.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Referentin	Theres Höchli (Movendo)	
Kurs	2 Tage (ohne Übernachtung)	
Nr. D2.4.2401	Do, 11.4.2024–Fr, 12.4.2024	📍 Luzern, RomeroHaus
Nr. D2.4.2402	Di, 29.10.2024–Mi, 30.10.2024	📍 Biel, Restaurant Battenberg
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 100.–	

Selbstsicheres Auftreten

Vor einer Gruppe zu sprechen, fällt den meisten Menschen schwer. Auch Schauspieler:innen und Politiker:innen haben oft Lampenfieber, Schweissausbrüche und den berühmten Kloss im Hals. Dieser Kurs hilft auf lustvolle Art, Unsicherheiten zu überwinden und den eigenen Stil zu finden, unter anderem mit professionellen Tipps und Videotraining.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Referentin	Sabrina Tessmer (Erwachsenenbildnerin)	
Kurs	2 Tage (ohne Übernachtung)	
Nr. D2.4.2414	Do, 23.5.2024–Fr, 24.5.2024	📍 Solothurn, Hotel Roter Turm
Nr. D2.4.2415	Mo, 16.9.2024–Di, 17.9.2024	📍 Zürich, Geomatik und Vermessung
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 100.–	

Frauen Überzeugend auftreten

Noch immer haben es Frauen* im Beruf oft schwerer als Männer. Umso mehr müssen sie ihre eigenen Stärken kennen und diese gezielt einsetzen. In diesem Kurs lernen Frauen*, Machtspiele zu durchschauen, gezielt zu kommunizieren sowie selbstbewusst, gelassen und souverän aufzutreten.



Zielpublikum	Frauen*	
Referentinnen	Mireille Eva Gugolz (Schauspielerin und Erwachsenenbildnerin), Theres Höchli (Movendo)	
Kurs	2 Tage (ohne Übernachtung)	
Nr. D2.4.2416	Do, 7.3.2024–Fr, 8.3.2024	📍 Zürich, Jugendherberge
Nr. D2.4.2417	Di, 4.6.2024–Mi, 5.6.2024	📍 Steffisburg, Hotel Schützen
Nr. D2.4.2418	Do, 14.11.2024–Fr, 15.11.2024	📍 Biel, Hotel City
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 100.–	

Argumentieren – überzeugen – gewinnen

Wie überzeugen wir Vorgesetzte oder Arbeitskolleg:innen von unseren Ideen? Welche Argumente setzen wir ein? Wie reagieren wir schlagfertig? Auf diese und andere Fragen finden wir in diesem Kurs Antworten. Wir lernen, wie wir uns in einem Zweiergespräch oder in Gruppendiskussionen verhalten und wie wir mit schwierigen Situationen umgehen können.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Referent	Murat Aktas (Unia)	
Kurs	1 Tag	
Nr. D2.4.2403	Di, 7.5.2024	📍 Olten, Hotel Olten
Nr. D2.4.2404	Mo, 9.9.2024	📍 Basel, Hotel Odelya
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 410.–, Verpflegung: CHF 50.–	

Körpersprache lesen

Auch wenn wir im Gespräch nichts sagen, teilen wir uns mit der Körpersprache mit. Fuchtelnde Hände, Schweiss auf der Stirn – der Körper spricht immer. Die Körpersprache richtig zu lesen, ist jedoch eine grosse Kunst. Im Kurs werden körpersprachliche Signale erforscht und Anwendungsmöglichkeiten für den Berufsalltag entwickelt.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Referentin	Mireille Eva Gugolz (Schauspielerin und Erwachsenenbildnerin)	
Kurs	2 Tage (ohne Übernachtung)	
Nr. D2.4.2405	Di, 19.3.2024 – Mi, 20.3.2024	📍 Zürich, Geomatik und Vermessung
Nr. D2.4.2406	Do, 4.4.2024 – Fr, 5.4.2024	📍 Olten, Hotel Olten
Nr. D2.4.2407	Do, 25.4.2024 – Fr, 26.4.2024	📍 Interlaken, Hotel Carlton-Europe
Nr. D2.4.2408	Do, 15.8.2024 – Fr, 16.8.2024	📍 Biel, Restaurant Battenberg
Nr. D2.4.2429	Do, 29.8.2024 – Fr, 30.8.2024	📍 Olten, Hotel Olten
Nr. D2.4.2409	Mi, 4.9.2024 – Do, 5.9.2024	📍 Chur, Hotel Stern
Nr. D2.4.2410	Do, 28.11.2024 – Fr, 29.11.2024	📍 Bern, Hotel Ambassador
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 100.–	

Körpersprache gezielt einsetzen – Vertiefungskurs

Die Körpersprache spielt in Diskussionen oft eine entscheidende Rolle – unter anderem bei Macht- und Statuskämpfen und ganz besonders in der Kommunikation zwischen Frauen und Männern. In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden, wie sie die eigene Körpersprache kennenlernen und erfolgreich einsetzen können.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Voraussetzungen	Besuch des Kurses «Körpersprache lesen»	
Referentin	Mireille Eva Gugolz (SchauspielerIn und ErwachsenenbildnerIn)	
Kurs	2 Tage (ohne Übernachtung)	
Nr. D2.4.2411	Di, 27.2.2024 – Mi, 28.2.2024	📍 Zürich, Geomatik und Vermessung
Nr. D2.4.2412	Mo, 10.6.2024 – Di, 11.6.2024	📍 Olten, Hotel Olten
Nr. D2.4.2413	Di, 1.10.2024 – Mi, 2.10.2024	📍 Steffisburg, Hotel Schützen
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 100.–	

Meine Anliegen am Arbeitsplatz durchsetzen

Wie können wir bei Vorgesetzten die eigene Ferienplanung, ein reduziertes Arbeitspensum oder eine Lohnerhöhung durchsetzen? Nicht alle Menschen können gut verhandeln. Oft wird das Ziel nicht oder nur halbwegs erreicht. In diesem Kurs vermitteln wir Verhandlungstechniken und vertiefen sie mit Fallbeispielen.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Referent	Jérôme Hayoz (PVB)	
Kurs	2 Tage	
Nr. D2.4.2419	Mi, 24.4.2024 – Do, 25.4.2024	📍 Männedorf ZH, Hotel Boldern
Nr. D2.4.2420	Di, 8.10.2024 – Mi, 9.10.2024	📍 Vitznau, Hotel Flora Alpina
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 160.–, Übernachtung: CHF 190.–	

neu Vorbereitung auf das Mitarbeitendengespräch und Lohnverhandlungen

In diesem Kurs lernen wir, wie wir uns auf ein Mitarbeitenden- oder Qualifikationsgespräch vorbereiten können, um dabei zu überzeugen. Anhand einer Kompetenzbilanz erkennen wir unseren Wert für das Unternehmen. Wir lernen, uns mit Argumentations- und Verhandlungsgeschick für unsere Anliegen einzusetzen, beispielsweise für eine Lohnerhöhung.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte, speziell junge Leute mit wenig Berufserfahrung	
Referent:innen	Murat Aktas (Unia), Theres Höchli (Movendo)	
Kurs Nr. D2.4.2431	2 Tage (ohne Übernachtung) Di, 17.9.2024–Mi, 18.9.2024	📍 Zürich, Jugendherberge
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 100.–	

Umgang mit Konflikten am Arbeitsplatz

Spannungen im Team? Meinungsverschiedenheiten mit Vorgesetzten? Knatsch mit Kund:innen? Alle kennen diese Situationen. Aber wie verhalten wir uns, wenn es schwierig wird? Dieser Kurs zeigt auf, wie wir konstruktiv mit Konflikten umgehen können.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Voraussetzungen	Besuch des Kurses «Grundlagen der Kommunikation» oder gleichwertige Vorkenntnisse	
Referent	Martin Frei (Coach/Organisationsentwickler)	
Kurs Nr. D2.4.2421	2 Tage Do, 18.4.2024–Fr, 19.4.2024	📍 Männedorf ZH, Hotel Boldern
Nr. D2.4.2422	Do, 3.10.2024–Fr, 4.10.2024	📍 Interlaken, Hotel Carlton-Europe
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 140.–, Übernachtung: CHF 170.–	

neu Kommunikation im Konflikt

In verbalen Auseinandersetzungen können wir uns das Leben erschweren oder erleichtern. Die Gewaltfreie Kommunikation (GfK) nach Marshall B. Rosenberg ist ein Gesprächsführungs- und Konfliktlösungsmodell und ermöglicht einen partnerschaftlichen und wertschätzenden Umgang mit den Mitmenschen, ohne die eigenen Anliegen zu vernachlässigen.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Voraussetzungen	Kenntnisse über Kommunikationsgrundlagen von Vorteil	
Referent	Albert Briner (Trainer GfK)	
Kurs	2 Tage (ohne Übernachtung)	
Nr. D2.4.2430	Mo, 6.5.2024–Di, 7.5.2024	📍 Basel, Hotel Odelya
Nr. D2.4.2432	Mo, 4.11.2024–Di, 5.11.2024	📍 Zürich, Geomatik und Vermessung
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 100.–	

Konfliktmanagement und Mediation

Konflikt am Arbeitsplatz! Wie und wann soll eingegriffen werden? Darf überhaupt interveniert werden? Welche Risiken bestehen? Basierend auf dem Kurs «Umgang mit Konflikten am Arbeitsplatz» bieten wir ein Konflikt- und Persönlichkeitstraining an. Dieses befähigt die Teilnehmenden, in niederschweligen Konflikten vermittelnd eingreifen zu können.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Voraussetzungen	Besuch des Kurses «Umgang mit Konflikten am Arbeitsplatz» oder gleichwertige Vorkenntnisse	
Referent	Martin Frei (Coach/Organisationsentwickler)	
Kurs	2 Tage	
Nr. D2.4.2423	Mo, 26.2.2024–Di, 27.2.2024	📍 Schwarzenberg, Hotel & Bildungszentrum Matt
Nr. D2.4.2424	Mo, 16.9.2024–Di, 17.9.2024	📍 Läuelfingen, Quellhotel Bad Ramsach
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 160.–, Übernachtung: CHF 200.–	

asa Aggressionen im öffentlichen Dienst

Immer häufiger werden Mitarbeitende im öffentlichen Dienst kritisiert und beleidigt – oft stellvertretend für eine Behörde. Die Folge: Wut, Unsicherheit und Frust. Wie sollen Betroffene mit diesen Angriffen umgehen? Die Kursteilnehmenden lernen, aggressives Verhalten rechtzeitig zu erkennen, um möglichst konstruktiv einschreiten zu können.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Referent	Giorgio Andreoli (Konflikt- und Friedensforscher)	
Kurs	2 Tage	
Nr. D2.4.2425	Di, 12.3.2024 – Mi, 13.3.2024	📍 Balsthal, Hotel Balsthal
Nr. D2.4.2426	Do, 31.10.2024 – Fr, 1.11.2024	📍 Vitznau, Hotel Flora Alpina
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 160.–, Übernachtung: CHF 200.–	
Hinweis	Durch die asa anerkannte Weiterbildung für Chauffeusen und Chauffeure (CZV, Anerkennung 1 Tag).	

Frauen Selbstschutz und Intervention im öffentlichen Raum

Wie können Frauen* auf Aggressionen, Übergriffe und Beleidigungen im beruflichen und gewerkschaftlichen Umfeld reagieren? Wie meistern sie bedrohliche Situationen, ohne sich selbst zu gefährden? Die Kursteilnehmerinnen lernen Konflikttheorien kennen und üben, wie sie im Ernstfall sinnvoll handeln können.



Zielpublikum	Frauen*	
Referent:innen	Elena Obreschkow (Trainerin planR), Benjamin Rittiner (Trainer planR)	
Kurs	2 Tage	
Nr. D2.4.2427	Do, 12.9.2024 – Fr, 13.9.2024	📍 Gais, Hotel Idyll
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 130.–, Übernachtung: CHF 150.–	

Rassismus: Das mache ich nicht mit!

Rassismus darf keinen Platz haben! Aber wo beginnt Rassismus und was umfasst er? Wie begegne ich fremdenfeindlichen Äusserungen in meinem Umfeld und im öffentlichen Raum? Dieser Kurs vermittelt historische Grundlagen und macht aufmerksam auf Rassismus im Alltag. Vor allem aber stärkt er die Handlungsfähigkeit der Teilnehmenden im Kampf gegen Rassismus.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte
Referent:innen	Giorgio Andreoli (Konflikt- und Friedensforscher), Theres Höchli (Movendo)
Kurs D2.4.2428	2 Tage Di, 7.5.2024 – Mi, 8.5.2024
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 170.–, Übernachtung: CHF 200.–



**WIR ERGREIFEN PARTEI
FÜR EINE
SOZIALE SCHWEIZ.**

Ich interessiere mich für die SP. Schickt mir bitte Unterlagen. Die SP gefällt mir. Ich trete der Partei bei.

Vorname, Name

Strasse, Nr.

PLZ, Ort

Telefon

E-Mail

Datum

Unterschrift

Talon an: SP Schweiz, Postfach, 3001 Bern oder online beitreten unter www.spschweiz.ch/beitreten

Zielorientiert in die Zukunft

Jede Lebensphase birgt ihre eigenen Herausforderungen in unserer Entwicklung. Entwickeln heisst sich verändern. Veränderungen können Verunsicherung auslösen. In diesem Kurs schauen wir zurück, betrachten die aktuelle Situation und machen uns Gedanken darüber, wie wir unsere Zukunft steuern (beruflich und privat). Wir setzen uns mit den eigenen Fähigkeiten auseinander und erarbeiten Zukunftspläne, die uns entsprechen und motivieren.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Referentin	Katrin Adler (Erwachsenenbildnerin)	
Kurs Nr. D2.5.2425	2 Tage Do, 25.4.2024–Fr, 26.4.2024	📍 Schwarzenberg, Hotel & Bildungszentrum Matt
Nr. D2.5.2426	Do, 24.10.2024–Fr, 25.10.2024	📍 Vitznau, Hotel FloraAlpina
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 160.–, Übernachtung: CHF 190.–	

Der Arbeitsmarkt, mein Lebenslauf und ich

Der Arbeitsmarkt verändert sich immer schneller. Viele Berufe gibt es nicht mehr, neue kommen laufend hinzu. Damit steigen auch die Anforderungen an die Arbeitnehmenden. Wir befassen uns mit der Arbeitsmarktfähigkeit und den Bildungsmöglichkeiten der Teilnehmenden, und wir erarbeiten kreative Ideen für die Suche nach einer neuen Stelle.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Referentin	Patrizia Staub (Berufs- und Laufbahnberaterin)	
Kurs Nr. D2.5.2421	1 Tag Mo, 25.3.2024	📍 Wallisellen, Microwin AG
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 410.–, Verpflegung: CHF 50.–	

neu Queer am Arbeitsplatz

In der Schweiz sind viele Lesben, Bisexuelle, Schwule, queere und trans Menschen am Arbeitsplatz nicht geoutet. Auch im Arbeitsalltag erfahren LGBTIQ-Personen oft Ausgrenzung und Diskriminierung. Doch welchen Schutz vor Diskriminierung hat eine queere Person? Und wie können queere Kolleg:innen unterstützt werden?



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Referent:innen	Elias Toledo (PVB), Alessandra Widmer (LOS Lesbenorganisation Schweiz)	
Kurs Nr. D2.5.2427	2 Tage Do, 11.4.2024–Fr, 12.4.2024	📍 Männedorf ZH, Hotel Boldern
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 150.–, Übernachtung: CHF 190.–	

Älter werden im Beruf

Berufstätig und um die 50 Jahre alt? Zeit, einmal in aller Ruhe übers Älterwerden im Beruf nachzudenken. Die Energie nimmt langsam ab, während die Anforderungen am Arbeitsplatz hoch bleiben. Wir unterhalten uns über die eigenen Stärken und Schwächen, überprüfen die Balance von Berufs- und Privatleben und planen allfällige Veränderungen.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte, die das 50. Altersjahr bald überschreiten oder bereits überschritten haben	
Referentin	Astrid Mehr (Erwachsenenbildnerin)	
Kurs	2 Tage	
Nr. D2.5.2415	Di, 7.5.2024 – Mi, 8.5.2024	📍 Gais, Hotel Idyll
Nr. D2.5.2416	Di, 24.9.2024 – Mi, 25.9.2024	📍 Läuelfingen, Quellhotel Bad Ramsach
Nr. D2.5.2417	Mi, 6.11.2024 – Do, 7.11.2024	📍 Vitznau, Hotel Flora Alpina
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 150.–, Übernachtung: CHF 190.–	

Vorbereitung auf die Pensionierung

Die Pensionierung rückt näher. Der Abschied vom Berufsleben ist ein prägendes Erlebnis. Von einem Tag auf den anderen wird vieles anders sein. Gleichzeitig ist die Pensionierung eine grosse Chance für die Betroffenen und ihre Angehörigen. Im Kurs besprechen wir die Planung der neuen Lebensphase und die damit verbundenen Erwartungen und Ängste.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte, die 2 bis max. 5 Jahre vor der Pensionierung stehen	
Referentinnen	Astrid Mehr (Erwachsenenbildnerin), Katharina Prelicz-Huber (VPOD)	
Kurs	2 Tage	
Nr. D2.5.2402	Do, 25.1.2024 – Fr, 26.1.2024	📍 Kappel a. A., Kloster Kappel
Nr. D2.5.2403	Mi, 20.3.2024 – Do, 21.3.2024	📍 Schwarzenberg, Hotel & Bildungszentrum Matt
Nr. D2.5.2404	Mi, 24.4.2024 – Do, 25.4.2024	📍 Edlibach, Lassalle-Haus
Nr. D2.5.2405	Mi, 22.5.2024 – Do, 23.5.2024	📍 Vitznau, Hotel Flora Alpina
Nr. D2.5.2406	Mi, 26.6.2024 – Do, 27.6.2024	📍 Balsthal, Hotel Balsthal
Nr. D2.5.2407	Mi, 21.8.2024 – Do, 22.8.2024	📍 Muntelier-Murten, Centre Loewenberg
Nr. D2.5.2408	Mi, 4.9.2024 – Do, 5.9.2024	📍 Männedorf ZH, Hotel Boldern
Nr. D2.5.2409	Mi, 23.10.2024 – Do, 24.10.2024	📍 Spiez, Hotel Seaside/ABZ Spiez
Nr. D2.5.2410	Mi, 20.11.2024 – Do, 21.11.2024	📍 Mogelsberg, Gasthaus Rössli
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 150.–, Übernachtung: CHF 180.–	
Hinweis	Kursgebühr für Lebenspartner:innen: CHF 320.– (VPOD-Mitglied: CHF 500.–) zuzüglich Kosten für Verpflegung und Übernachtung.	

Selbstfürsorge und Stressbewältigung in Beruf und Alltag

Wir leben in einer (Arbeits-)Welt, die grosse Anforderungen an uns stellt. Das verursacht manchmal Stress. In diesem Kurs geht es darum, wie man mithilfe psychologischer Methoden besser mit Stress umgehen kann. Er richtet sich an Personen, die aus persönlicher Betroffenheit zu einer guten Selbstfürsorge und einem guten Umgang mit Alltagsstress finden wollen.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Referentin	Sybille Wöfling (Erwachsenenbildnerin)	
Kurs	2 Tage	
Nr. D2.5.2411	Do, 11.1.2024–Fr, 12.1.2024	📍 Edlibach, Lassalle-Haus
Nr. D2.5.2412	Do, 22.2.2024–Fr, 23.2.2024	📍 Läuelfingen, Quellhotel Bad Ramsach
Nr. D2.5.2413	Di, 13.8.2024–Mi, 14.8.2024	📍 Gais, Hotel Idyll
Nr. D2.5.2414	Di, 3.12.2024–Mi, 4.12.2024	📍 Sigriswil, Solbadhotel
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 140.–, Übernachtung: CHF 180.–	

Rund um den Schlaf

Schlaf als Lebenselixier. Guter Schlaf ist zentral für unsere Gesundheit und für unser körperliches, mentales und emotionales Wohlbefinden. Der Kurs vermittelt Basiswissen rund um den Schlaf, behandelt Ursachen von Schlafstörungen und vermittelt das nötige Knowhow für die Gestaltung einer idealen Schlafumgebung und für eine gesunde Schlafhygiene.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Referentin	Sarah Gabi Schönenberger (Pädagogin)	
Kurs	1 Tag	
Nr. D2.5.2422	Di, 21.5.2024	📍 Olten, Hotel Olten
Nr. D2.5.2423	Di, 12.11.2024	📍 Steffisburg, Hotel Schützen
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 410.–, Verpflegung: CHF 50.–	

Burnout erkennen und vorbeugen

Immer mehr Menschen leiden unter einem Burnout. Sie sind ausgebrannt und meist depressiv. Ein Burnout ist eine schwere Krankheit und wird oft zu spät erkannt. Die Kursteilnehmenden lernen Anzeichen und Ablauf eines Burnouts kennen. Zudem zeigen wir, wie ein Burnout verhindert werden kann und welche konkreten Massnahmen bei ersten Anzeichen einzuleiten sind.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Referent	Martin Frei (Coach/Organisationsentwickler)	
Kurs Nr. D2.5.2418	2 Tage Do, 25.1.2024–Fr, 26.1.2024	📍 Schwarzenberg, Hotel & Bildungszentrum Matt
Nr. D2.5.2420	Do, 21.3.2024–Fr, 22.3.2024	📍 Sigriswil, Solbadhotel
Nr. D2.5.2419	Mo, 27.5.2024–Di, 28.5.2024	📍 Mogelsberg, Gasthaus Rössli
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 160.–, Übernachtung: CHF 190.–	

neu Frauen Wen-Do, Selbstverteidigung für Frauen*

Wen-Do ist kein Kampfsport, sondern eine Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungstechnik. Im Kurs lernen die Teilnehmerinnen, sich gegen blöde Sprüche, unerwünschte Berührungen und gegen Gewalt zu wehren – sei dies am Arbeitsplatz, in der Öffentlichkeit, in Beziehungen oder online. Und auch der Spass kommt nicht zu kurz!



Zielpublikum	Wen-Do wurde von Frauen* für Frauen* entwickelt. Aber auch andere Geschlechter sind von patriarchaler und sexualisierter Gewalt betroffen. Der Kurs ist deswegen für alle cis und trans Frauen sowie alle inter, nicht-binären und trans Personen geöffnet.	
Referentinnen	Jeanne Allemann (Wen-Do-Trainerin), Livia Boscardin (Wen-Do-Trainerin)	
Kurs Nr. D2.5.2401	2 Tage (ohne Übernachtung) Do, 30.5.2024–Fr, 31.5.2024	📍 Luzern, RomeroHaus
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 100.–	
Hinweis	Dieser Kurs ist für alle Frauen* geeignet, unabhängig von Alter, Fähigkeiten oder Fitnesslevel!	

Weiterbildung für alle statt für wenige!

Die Arbeitswelt verändert sich immer schneller. Wie können sich Arbeitnehmende auf Veränderungen vorbereiten? Dieser Kurs zeigt, wie Gewerkschaftsmitglieder ihre Arbeitskolleg:innen auf das Thema aufmerksam machen können und welche Aus- und Weiterbildungen möglich sind.



Zielpublikum	Mitglieder von Personalvertretungen, Gewerkschaftssekretär:innen, Mitglieder und Interessierte	
Referenten	Maurizio Maggetti-Waser (Movendo), Vincent Vernez (Movendo)	
Kurs Nr. B2.6.2401	2 Tage Mi, 28.8.2024 + Mi, 23.10.2024	© Bern, Movendo
Hinweis	Die Teilnahme steht allen Interessierten offen und ist kostenlos. Gewerkschaftsmitglieder können mindestens einen weiteren Kurs besuchen. Diese Weiterbildung wird gleichzeitig auf Deutsch und Französisch angeboten. Es entsteht dadurch ein Netzwerk von Bildungsbotschafter:innen und ein Austausch zwischen den Sprachregionen. Weitere Informationen unter www.bildungsbruecken.ch	



online

Live-Webinare

Movendo bietet Live-Webinare an. Diese interaktiven Online-Workshops greifen aktuelle Themen auf, dauern zwischen einer Stunde und einem halben Tag und werden von erfahrenen Fachpersonen durchgeführt.

Aktuelle Webinare, Informationen und Anmeldung: www.movendo.ch

Die Teilnahme steht allen Interessierten offen und ist kostenlos.



Scan mich!

Schreiben leicht(er) gemacht

Wie muss ein Text geschrieben sein, damit ihn alle lesen und auch verstehen können? Wie bringen wir unser Thema kurz und knackig auf den Punkt? In diesem Kurs befassen wir uns mit stilistischen Grundregeln, mit Grammatik und Rechtschreibung. Zudem sollen kreative Schreibübungen und Mustertexte die Lust am Schreiben wecken.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Referentin	Simone Rudin (Lerncoach)	
Kurs	2 Tage (ohne Übernachtung)	
Nr. D2.6.2401	Do, 14.3.2024–Fr, 15.3.2024	📍 Luzern, RomeroHaus
Nr. D2.6.2402	Do, 17.10.2024–Fr, 18.10.2024	📍 Steffisburg, Hotel Schützen
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 100.–	

Arbeitstechnik und Zeitmanagement

Alle kennen die Situation: Viel Arbeit, wenig Zeit und dauernde Störungen durch Telefonanrufe und Mails. Welche Aufgabe ist nun dringender, welche wichtiger? Wir analysieren den eigenen Arbeitsstil und unsere Ressourcen. Weiter lernen wir, mit Stresssituationen umzugehen und unsere Arbeits- und Zeitplanung zu optimieren.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Referentin	Astrid Mehr (Erwachsenenbildnerin)	
Kurs	1 Tag	
Nr. D2.6.2403	Di, 12.3.2024	📍 Basel, Hotel Odelya
Nr. D2.6.2404	Di, 10.9.2024	📍 Zürich, Geomatik und Vermessung
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 410.–, Verpflegung: CHF 50.–	

PC-Einstiegskurs für Senior:innen (Windows 11/MS Office 2021)

Computerkenntnisse sind im Alltag immer mehr gefragt. Ohne Zeitdruck lernen die Kursteilnehmenden, Texte und Mails zu schreiben und im Internet zu surfen.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Voraussetzungen	Für Senior:innen ohne Vorkenntnisse	
Referent	Béla Filep (Informatikcoach)	
Kurs	3 Tage (ohne Übernachtung)	
Nr. D2.6.2409	Mi, 20.3.2024–Fr, 22.3.2024	📍 Wallisellen, Microwin AG
Nr. D2.6.2410	Mi, 23.10.2024–Fr, 25.10.2024	📍 Bern, Computerschule Bern
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 1230.–, Verpflegung: CHF 150.–	
Hinweis	Für VPOD- und Garanto-Mitglieder: Kursgebühr CHF 750.–, Verpflegung CHF 150.–.	

Windows 11 und MS Office 2021 für Einsteiger:innen (Word/Excel)

Keine Erfahrung mit Computern, mit Windows und den Office-Programmen Word und Excel? Kein Problem! Wir führen Neueinsteiger:innen ruhig und ohne Druck in die Welt von Windows und Office ein. Die Teilnehmenden lernen, den Computer zu bedienen sowie erste Texte, Rechnungen und Datenbanken zu erstellen.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Voraussetzungen	Für Anfänger:innen ohne Vorkenntnisse	
Referent	Béla Filep (Informatikcoach)	
Kurs	3 Tage (ohne Übernachtung)	
Nr. D2.6.2406	Mi, 21.2.2024 – Fr, 23.2.2024	📍 Bern, Computerschule Bern
Nr. D2.6.2407	Mi, 29.5.2024 – Fr, 31.5.2024	📍 Wallisellen, Microwin AG
Nr. D2.6.2408	Mi, 28.8.2024 – Fr, 30.8.2024	📍 Bern, Computerschule Bern
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 1230.–, Verpflegung: CHF 150.–	
Hinweis	Für VPOD- und Garanto-Mitglieder: Kursgebühr CHF 750.–, Verpflegung CHF 150.–.	

neu Zusammenarbeit online: Umgang mit Teams, OneNote und weiteren Tools

Die Zusammenarbeit findet immer häufiger online statt. Der Kurs gibt eine Einführung in die Arbeitsinstrumente MS Teams und OneNote. Am zweiten Tag werden diese Programme genutzt, um Methoden kennenzulernen, welche die Zusammenarbeit auch online attraktiv gestalten lassen.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Voraussetzungen	Die Teilnehmenden verfügen über ein Gerät, auf dem MS Teams und OneNote bereits installiert sind.	
Referent	Béla Filep (Informatikcoach)	
Kurs	2 Tage (ohne Übernachtung)	
Nr. D2.6.2423	Do, 2.5.2024 Fr, 3.5.2024	📍 Wallisellen, Microwin AG online
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 50.–	
Hinweis	Für VPOD- und Garanto-Mitglieder: Kursgebühr CHF 500.–, Verpflegung CHF 50.–.	

Word: Grundkurs (MS Office 2021)

Word kennen alle. Wirklich? Mit Word einige Zeilen schreiben, das geht relativ einfach. Schon schwieriger ist es, eine Einladung, einen Brief oder ein Titelblatt zu gestalten. Und wie wird ein Text formatiert, wie werden Bilder, Tabellen und Links eingefügt? Mit all diesen Themen befasst sich dieser Kurs.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Referent	Béla Filep (Informatikcoach)	
Kurs Nr. D2.6.2411	1 Tag Fr, 7.6.2024	📍 Bern, Computerschule Bern
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 410.–, Verpflegung: CHF 50.–	
Hinweis	Für VPOD- und Garanto-Mitglieder: Kursgebühr CHF 250.–, Verpflegung CHF 50.–.	

Word: Aufbaukurs (MS Office 2021)

Word ist die bekannteste Software überhaupt. Die Hauptfunktionen sind den meisten Benutzer:innen bekannt. Doch Word bietet viel mehr als nur Textverarbeitung und etwas Gestaltung. Dieser Kurs wendet sich an Leute mit guten Grundkenntnissen, die die Möglichkeiten von Word voll ausnützen wollen.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Voraussetzungen	Gute Grundkenntnisse in Word	
Referent	Béla Filep (Informatikcoach)	
Kurs Nr. D2.6.2412	1 Tag Fr, 26.4.2024	📍 Bern, Computerschule Bern
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 410.–, Verpflegung: CHF 50.–	
Hinweis	Für VPOD- und Garanto-Mitglieder: Kursgebühr CHF 250.–, Verpflegung CHF 50.–.	

Excel: Grundkurs (MS Office 2021)

Die meisten Leute kennen Excel-Tabellen mit Budgets, Teilnehmendenlisten oder Checklisten. Aber wer hat schon mal selbst eine Tabellenkalkulation oder eine Datenbank erstellt? Und wie erstellt man aus einer Tabelle ein Säulen- oder Tortendiagramm? Der Kurs befasst sich mit den Grundfunktionen von Excel.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Referent	Béla Filep (Informatikcoach)	
Kurs	1 Tag	
Nr. D2.6.2413	Fr, 16.2.2024	📍 Bern, Computerschule Bern
Nr. D2.6.2414	Fr, 16.8.2024	📍 Wallisellen, Microwin AG
Nr. D2.6.2415	Fr, 13.9.2024	📍 Bern, Computerschule Bern
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 410.–, Verpflegung: CHF 50.–	
Hinweis	Für VPOD- und Garanto-Mitglieder: Kursgebühr CHF 250.–, Verpflegung CHF 50.–.	

Excel: Aufbaukurs (MS Office 2021)

Die Hauptfunktionen von Excel sind den meisten bekannt. Doch die Software kann noch mehr. Dieser Kurs wendet sich an Leute mit guten Grundkenntnissen, die die Möglichkeiten von Excel voll ausnützen wollen. Wir befassen uns unter anderem mit Formeln, mit der Verwaltung und Visualisierung von Daten, und wir lernen, Adressdateien für Seriendrucke zu erstellen.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Voraussetzungen	Gute Grundkenntnisse in Excel	
Referent	Béla Filep (Informatikcoach)	
Kurs	1 Tag	
Nr. D2.6.2416	Fr, 8.3.2024	📍 Bern, Computerschule Bern
Nr. D2.6.2417	Fr, 6.9.2024	📍 Bern, Computerschule Bern
Nr. D2.6.2418	Fr, 22.11.2024	📍 Wallisellen, Microwin AG
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 410.–, Verpflegung: CHF 50.–	
Hinweis	Für VPOD- und Garanto-Mitglieder: Kursgebühr CHF 250.–, Verpflegung CHF 50.–.	

Outlook (MS Office 2021)

Mit dem Computerprogramm Outlook senden und empfangen wir Mails. Aber mit Outlook lässt sich weit mehr machen: Termine verwalten, Adressen speichern, Aufgabenlisten erstellen und Notizen schreiben. Der Kurs zeigt das ganze Potenzial von Outlook auf und macht die Teilnehmenden mit den einzelnen Funktionen bekannt.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Referent	Béla Filep (Informatikcoach)	
Kurs	1 Tag	
Nr. D2.6.2419	Fr, 15.3.2024	📍 Wallisellen, Microwin AG
Nr. D2.6.2420	Fr, 8.11.2024	📍 Bern, Computerschule Bern
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 410.–, Verpflegung: CHF 50.–	
Hinweis	Für VPOD- und Garanto-Mitglieder: Kursgebühr CHF 250.–, Verpflegung CHF 50.–.	

Suchen und finden – sicher im Internet

Was machen wir, wenn wir kurz etwas nachschlagen wollen? Wir gehen ins Internet und googeln – manchmal leider ohne Erfolg. In diesem Kurs präsentieren wir die besten Suchwerkzeuge und Suchtricks. Wir geben Tipps für die optimale Wahl von Suchbegriffen und zeigen, wie wir sicher surfen und Informationen überprüfen können.



Zielpublikum	Mitglieder und Interessierte	
Voraussetzungen	Praktische Kenntnisse im Umgang mit PC und Internet	
Referent	Béla Filep (Informatikcoach)	
Kurs	1 Tag	
Nr. D2.6.2421	Fr, 14.6.2024	📍 Bern, Computerschule Bern
Nr. D2.6.2422	Fr, 1.11.2024	📍 Wallisellen, Microwin AG
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 410.–, Verpflegung: CHF 50.–	
Hinweis	Für VPOD- und Garanto-Mitglieder: Kursgebühr CHF 250.–, Verpflegung CHF 50.–.	

Aktiv in meiner Gewerkschaft: Basiskurs für Vertrauensleute

Welche Rollen und Rechte haben Vertrauensleute einer Gewerkschaft? Wie können sie sich am Arbeitsplatz und in der Gewerkschaft einsetzen? Der Kurs vermittelt Grundkenntnisse für Aktivist:innen und informiert über aktuelle Themen des Schweizerischen Gewerkschaftsbundes (SGB). Gemeinsam erarbeiten wir einen Aktionsplan.



Zielpublikum	Vertrauenspersonen, Mitglieder mit gewerkschaftlichen Funktionen, Mitglieder von Personalvertretungen, Stiftungsräten und Vorsorgekommissionen	
Referenten	Christoph Geissbühler (Erwachsenenbildner), Maurizio Maggetti-Waser (Movendo), Wossen Aregay (SEV)	
Kurs Nr. D1.8.2401	2 Tage Di, 27.2.2024 – Mi, 28.2.2024	📍 Sigriswil, Solbadhotel
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 170.–, Übernachtung: CHF 220.–	
Hinweis	Für SEV-Mitglieder dauert der Kurs drei Tage (Di, 27.2.2024 – Do, 29.2.2024).	

Aktiv in meiner Gewerkschaft: ERFA für Vertrauensleute

Wie erleben engagierte Gewerkschaftsmitglieder ihre Arbeit als Vertrauensleute? Aktivist:innen verschiedener Gewerkschaften tauschen Erfahrungen aus und diskutieren künftige Aktionen und Projekte. Zudem geben gewerkschaftliche Fachpersonen wertvolle Inputs.



Zielpublikum	Vertrauenspersonen, Mitglieder mit gewerkschaftlichen Funktionen, Mitglieder von Personalvertretungen, Stiftungsräten und Vorsorgekommissionen	
Referenten	Christoph Geissbühler (Erwachsenenbildner), Maurizio Maggetti-Waser (Movendo)	
Kurs Nr. D1.8.2403	2 Tage Do, 5.9.2024 – Fr, 6.9.2024	📍 Balsthal, Hotel Balsthal
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 170.–, Übernachtung: CHF 210.–	
Hinweis	Dieser Kurs kann auch als Gruppe besucht werden.	

Action am Arbeitsplatz!

Ob am Arbeitsplatz oder auf dem Bundesplatz – friedliche Aktionen und Demos haben bei Gewerkschaften Tradition. Öffentlich und mit Nachdruck werden konkrete Veränderungen am Arbeitsplatz und in der Gesellschaft angestrebt. Im Kurs werden Aktionsformen vorgestellt sowie Strategien und Taktiken für erfolgreiche gewerkschaftliche Aktionen vermittelt.



Zielpublikum	Mitglieder von Personalvertretungen oder Betriebsgruppen, Vertrauenspersonen, Mitarbeitende von Gewerkschaften	
Referent	Daniel Hügli (syndicom)	
Kurs Nr. D1.8.2406	1 Tag Mi, 23.10.2024	📍 Zürich, VPOD-Zentralsekretariat
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 410.–, Verpflegung: CHF 50.–	
Hinweis	Der Kurs kann auch als Gruppe von Vertrauensleuten (z. B. mit dem/der zuständigen Gewerkschaftssekretär:in) besucht werden.	

Weltweit verbunden – lokal verankert: Neue Ideen aus aktuellen Bewegungen

Denke global, handle lokal! Was haben Kleiderfabriken in Asien mit unserer eigenen Gewerkschaftsarbeit zu tun? Wie können Gewerkschaften erfolgreich sein, wenn ihr Umfeld immer mehr nach rechts rutscht? Im Kurs lernen wir gewerkschaftliche Arbeit in andern Ländern kennen und ziehen daraus Schlüsse für unsere eigene Arbeit.



Zielpublikum	Vertrauenspersonen, Mitglieder mit gewerkschaftlichen Funktionen, Mitglieder von Personalvertretungen, Gewerkschaftssekretär:innen	
Referent	Maurizio Maggetti-Waser (Movendo)	
Kurs Nr. D1.8.2417	2 Tage Do, 31.10.2024 – Fr, 1.11.2024	📍 Vitznau, Hotel Flora Alpina
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 170.–, Übernachtung: CHF 220.–	
Hinweis	Der Kurs kann auch als Gruppe von Vertrauensleuten (z. B. mit dem/der zuständigen Gewerkschaftssekretär:in) besucht werden.	

neu Gewerkschaftliche Arbeit unter dem neuen Datenschutzgesetz

Das neue Datenschutzgesetz (DSG) hat Auswirkungen auf die gewerkschaftliche Arbeit im Betrieb. Was ist neu? Welche Grundsätze gelten für die Verarbeitung von Personendaten von gewerkschaftlichen Mitgliedern im Betrieb? Welche Strafbestimmungen gibt es? Dazu werden Antworten aus dem Gesetz und Fallbeispiele aus der Praxis geliefert.



Zielpublikum	Vertrauenspersonen, Mitglieder von Personalvertretungen, Gewerkschaftssekretär:innen	
Voraussetzungen	Arbeiten mit Personendaten von Gewerkschafter:innen im Betrieb	
Referenten	Murat Aktas (Unia), Thomas Eberle (Rechtsanwalt)	
Kurs Nr. D1.8.2402	1 Tag Mi, 10.4.2024	📍 Zürich, Volkshaus
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 410.–, Verpflegung: CHF 50.–	

Mutig handeln im Betrieb – aber sicher!

Gewerkschaftliche Arbeit im Betrieb ist nicht einfach: Es braucht Mut, sich zu exponieren, Missstände anzusprechen und die einem zustehenden Rechte einzufordern. Anhand von Fallbeispielen der Teilnehmenden wird der Umgang mit herausfordernden Situationen im Betrieb mit einem Schauspieler geübt.



Zielpublikum	Vertrauenspersonen, Mitglieder von Personalvertretungen, Stiftungsräten und Vorsorgekommissionen	
Voraussetzungen	Die Bereitschaft für Rollenspiele wird vorausgesetzt.	
Referent:innen	Andi Geu (Soziologe), Anina Schmid (Psychologin), Christoph Lanz (Schauspieler), Wossen Aregay (SEV)	
Kurs Nr. D1.8.2404	2 Tage Mo, 29.4.2024–Di, 30.4.2024	📍 Sigriswil, Solbadhotel
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 170.–, Übernachtung: CHF 220.–	

Meine Gewerkschaft im Betrieb stärken – Arbeitskolleg:innen überzeugen

Wie gewinnen wir neue Mitglieder? Eine Gewerkschaft lebt von der Masse und vom Engagement ihrer Mitglieder – ganz besonders, wenn es um Forderungen im eigenen Betrieb geht. In diesem Kurs entwickeln wir Strategien und Ideen, um neue Mitglieder zu werben. In Rollenspielen werden zudem Werbegespräche trainiert.



Zielpublikum	Vertrauenspersonen, Mitglieder mit gewerkschaftlichen Funktionen, Mitglieder von Personalvertretungen	
Voraussetzungen	Die Bereitschaft für Rollenspiele wird vorausgesetzt.	
Referenten	Murat Aktas (Unia), Christoph Geissbühler (Erwachsenenbildner)	
Kurs Nr. D1.8.2405	2 Tage Do, 19.9.2024–Fr, 20.9.2024	📍 Kappel a. A., Kloster Kappel
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 160.–, Übernachtung: CHF 190.–	
Hinweis	Der Kurs kann auch als Gruppe von Vertrauensleuten (z. B. mit dem/der zuständigen Gewerkschaftssekretär:in) besucht werden.	

Erfolgreich verhandeln

Wie verhandeln wir erfolgreich? Wie bereiten wir eine Verhandlung strategisch vor? Wie meistern wir schwierige Situationen? Wie gehen wir mit hartnäckigen Verhandlungspartner:innen um? Dieser Kurs gibt viele Inputs für erfolgreiches Verhandeln und bietet den Teilnehmenden die Möglichkeit, Techniken und Methoden in Rollenspielen zu vertiefen.



Zielpublikum	Vertrauenspersonen, Mitglieder mit gewerkschaftlichen Funktionen, Mitglieder von Personalvertretungen; Gewerkschaftssekretär:innen, die Personalvertretungen betreuen	
Voraussetzungen	Verhandlungserfahrung und Bereitschaft für Rollenspiele	
Referentin	Danièle Lenzin (Unia)	
Kurs Nr. D1.8.2407	2 Tage Do, 23.5.2024–Fr, 24.5.2024	📍 Männedorf ZH, Hotel Boldern
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 180.–, Übernachtung: CHF 230.–	

Sitzungen und Versammlungen leiten und gestalten

Eine Sitzung zu leiten, ist sehr anspruchsvoll. Gesetzte Ziele müssen erreicht werden und möglichst alle Beteiligten sollen zu Wort kommen. Auch sind die zeitlichen Vorgaben einzuhalten und Meinungsverschiedenheiten friedlich auszutragen. Der Kurs zeigt, wie Sitzungen und Versammlungen optimal vorbereitet, geleitet und ausgewertet werden.



Zielpublikum	Vertrauenspersonen, Mitglieder mit gewerkschaftlichen Funktionen, Mitarbeitende von Gewerkschaften	
Voraussetzungen	Verantwortung für Sitzungs- und/oder Versammlungsleitung	
Referentin	Danièle Lenzin (Unia)	
Kurs Nr. D1.8.2408	2 Tage Do, 14.11.2024 – Fr, 15.11.2024	📍 Thun, Hotel Aare Thun
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 170.–, Übernachtung: CHF 220.–	

Sitzungen und Versammlungen leiten und gestalten ERFA

Durch verschiedene Instrumente und Methoden können Sitzungen und Versammlungen einen Mehrwert für Teilnehmende schaffen. Eine effiziente und attraktive Sitzungsleitung braucht neben dem theoretischen Rüstzeug auch viel Praxis. Dieser Kurs schafft Raum, um eigene Erfahrungen in der Leitung von Sitzungen und Versammlungen gemeinsam zu reflektieren.



Zielpublikum	Vertrauenspersonen, Mitglieder mit gewerkschaftlichen Funktionen, Mitarbeitende von Gewerkschaften	
Voraussetzungen	Verantwortung für Sitzungs- oder Versammlungsleitung, Besuch des Kurses «Sitzungen und Versammlungen leiten» oder gleichwertige Vorkenntnisse	
Referentin	Danièle Lenzin (Unia)	
Kurs Nr. D1.8.2409	1 Tag Fr, 29.11.2024	📍 Zürich, Mehrzweckraum SIG
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 410.–, Verpflegung: CHF 50.–	

Fit am Flip – mit Schwung visualisieren

Schwungvoll ein Flipchart für eine Präsentation erstellen? Farbige und knackig? Mit Handschrift und Zeichnungen statt PowerPoint und Beamer? Analog statt digital? Mit Emotionen statt Effekten? Auch ohne Vorkenntnisse verleihen die Teilnehmenden in diesem Kurs ihrem Auftritt mehr Schwung und Verständlichkeit.



Zielpublikum	Vertrauenspersonen, Mitglieder von Personalvertretungen	
Referentin	Susanna Vogel-Engeli (Erwachsenenbildnerin)	
Kurs	2 Tage	
Nr. D1.8.2410	Mi, 18.9.2024 – Do, 19.9.2024	📍 Gais, Hotel Idyll
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 140.–, Übernachtung: CHF 170.–	

Protokollführung

Das Protokoll dient nicht nur der Information und Kontrolle; es ist auch ein wichtiges Führungsinstrument. Wer Protokolle liest, geht besser vorbereitet an die nächste Sitzung. Protokollführung ist anspruchsvoll. Die Teilnehmenden lernen, die wesentlichen Aussagen und Entscheidungen laufend schriftlich festzuhalten.



Zielpublikum	Vertrauenspersonen, Mitglieder mit gewerkschaftlichen Funktionen, Mitarbeitende von Gewerkschaften	
Voraussetzungen	Verantwortung für die Protokollführung	
Referentin	Milena Reis (Lehrperson Sprachen)	
Kurs	2 Tage	
Nr. D1.8.2414	Mi, 3.4.2024 – Do, 4.4.2024	📍 Sigriswil, Solbadhotel
Nr. D1.8.2415	Sa, 12.10.2024 – So, 13.10.2024	📍 Vitznau, Hotel FloraAlpina
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 170.–, Übernachtung: CHF 220.–	

MOVENDO

Hast du eine Idee für einen Movendo-Kurs? Fehlt dir ein Angebot zu den Themen Arbeit, Gewerkschaft und Politik? Dann kontaktiere uns per Telefon oder Mail. Wir planen schon bald das nächste Programm. Bedürfnisse unserer Mitglieder helfen uns, das Kursangebot weiterzuentwickeln.

Deine Kontaktpersonen sind:

Kurse für Mitglieder: Theres Höchli, Ausbildungsleiterin,
031 370 00 75, theres.hoechli@movendo.ch

Kurse für Vertrauensleute: Maurizio Maggetti-Waser, Ausbildungsleiter,
031 370 00 72, maurizio.maggetti@movendo.ch

Einführungskurs Doppelte Buchhaltung

Was ist doppelte Buchhaltung? Warum braucht es sie? Wie funktioniert sie? Kassier:innen von Vereinen, Gruppen und Sektionen lernen in diesem Kurs die theoretischen Grundlagen der doppelten Buchhaltung. In praktischen Übungen vertiefen sie das Gelernte. So wird unter anderem die Musterbuchhaltung eines Vereins von der Eröffnung bis zum Abschluss durchgespielt.



Zielpublikum	Vertrauenspersonen, Mitglieder mit gewerkschaftlichen Funktionen, Mitarbeitende von Gewerkschaften	
Referentinnen	Karin Baumann (Unia), Anna-Barbara Kappeler (Treuhanderin), Ezgi Karaboya (Betriebsökonomin)	
Kurs	2 Tage	
Nr. D1.8.2411	Mo, 18.3.2024–Di, 19.3.2024	📍 Thun, Hotel Aare Thun
Nr. D1.8.2412	Mi, 28.8.2024–Do, 29.8.2024	📍 Sigriswil, Solbadhotel
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 170.–, Übernachtung: CHF 220.–	

Aufbaukurs Doppelte Buchhaltung

Kontenplan, Bewertungen, Abschreibungen, Abgrenzungen, Rückstellungen, Gewinnverwendung: Diesen Fragen widmen wir uns im Aufbaukurs. Weitere Themen sind die Kennzahlen, die Jahresrechnung, die Liquidität und Anlagemöglichkeiten sowie das Budget und Steuerfragen.



Zielpublikum	Vertrauenspersonen, Mitglieder mit gewerkschaftlichen Funktionen, Mitarbeitende von Gewerkschaften	
Voraussetzungen	Besuch «Einführungskurs Doppelte Buchhaltung»	
Referentinnen	Karin Baumann (Unia), Ezgi Karaboya (Betriebsökonomin)	
Kurs	2 Tage	
Nr. D1.8.2413	Mo, 25.11.2024–Di, 26.11.2024	📍 Thun, Hotel Aare Thun
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 170.–, Übernachtung: CHF 220.–	

Altersvorsorge auf drei Säulen: Zukunftsperspektiven

Das Drei-Säulen-Prinzip der Altersvorsorge umfasst die Alters- und Hinterlassenenvorsorge (AHV), die berufliche Vorsorge (BVG) und das private Sparen. Wie werden diese Versicherungen finanziert? Welche Leistungen sind zu erwarten? Wie sehen die Perspektiven der Altersvorsorge aus? Der Kurs beantwortet diese und weitere Fragen zum Thema.



Zielpublikum	Vertrauenspersonen, Mitglieder mit gewerkschaftlichen Funktionen, Mitglieder von Personalvertretungen		
Referentinnen	Brigitta Bernet (Unia), Gabriela Medici (SGB)		
Kurs Nr. D1.8.2416	2 Tage Mi, 19.6.2024–Do, 20.6.2024	📍 Kappel a. A., Kloster Kappel	
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)		
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 160.–, Übernachtung: CHF 190.–		

Altersvorsorge Schweiz für Albanisch sprechende Personen

Wie funktioniert die Altersvorsorge in der Schweiz? Welche Auswirkungen hat eine Rückkehr auf die Auszahlungen? Wie wird die Beitragszeit im Ursprungsland angerechnet? Neben diesen Fragen gibt der Kurs in albanischer Sprache Hinweise auf Beratungsstellen und zuständige Behörden, an die sich Ratsuchende bei Bedarf wenden können.



Zielpublikum	Vertrauenspersonen, Personalvertretungen, Gewerkschaftssekretär:innen		
Referent	Ruzhdi Ibrahim (Unia)		
Kurs Nr. B1.8.2401	2 Tage Sa, 19.10.2024–So, 20.10.2024	📍 Balsthal, Hotel Balsthal	
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)		
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 820.–, Verpflegung: CHF 170.–, Übernachtung: CHF 210.–		
Hinweis	Der Kurs wird ausschliesslich in albanischer Sprache durchgeführt.		

Basiskurs für Mitglieder von Stiftungsräten

Die Vertretung der Arbeitnehmenden in den Pensionskassen ist eine grosse Herausforderung und beinhaltet viel Verantwortung und Einflussmöglichkeiten. Der Basiskurs vermittelt die wichtigsten Grundlagen für diese Aufgabe.



Zielpublikum	Mitglieder von Stiftungsräten (Vorsorgekommissionsmitglieder siehe Seite 40)	
Referent:innen	Eliane Albisser (PK-Netz), Sabino Di Mambro (eidg. dipl. Pensionskassenleiter)	
Kurs	2 Tage	
Nr. D1.3.2401	Mo, 13.5.2024–Di, 14.5.2024	📍 Olten, Hotel Astoria
Nr. D1.3.2402	Mo, 28.10.2024–Di, 29.10.2024	📍 Bern, Hotel Bern
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 900.–, Verpflegung: CHF 180.–, Übernachtung: CHF 220.–	
Hinweis	Bitte für Rechnungsstellung Adresse der Pensionskasse mitteilen.	

Aufbaukurs für Mitglieder von Stiftungsräten

Welche Erfahrungen machen Vertreter:innen der Arbeitnehmenden bei ihrer Arbeit in den Pensionskassen? Welches sind die aktuellen Probleme und Herausforderungen? Wir tauschen Erfahrungen aus und analysieren sie. Dieser Kurs baut auf dem «Basiskurs für Mitglieder von Stiftungsräten» auf.






Zielpublikum	Mitglieder von Stiftungsräten (Vorsorgekommissionsmitglieder siehe Seite 40)	
Voraussetzungen	Besuch des Basiskurses (siehe oben) oder entsprechende Kenntnisse	
Referent:innen	Eliane Albisser (PK-Netz), Sabino Di Mambro (eidg. dipl. Pensionskassenleiter), Jorge Serra (VPOD)	
Kurs	2 Tage	
Nr. D1.3.2403	Mo, 10.6.2024–Di, 11.6.2024	📍 Olten, Hotel Astoria
Nr. D1.3.2404	Mo, 18.11.2024–Di, 19.11.2024	📍 Bern, Hotel Bern
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 900.–, Verpflegung: CHF 180.–, Übernachtung: CHF 220.–	
Hinweis	Bitte für Rechnungsstellung Adresse der Pensionskasse mitteilen.	

Kurs für Mitglieder von Vorsorgekommissionen

Was müssen Mitglieder von Vorsorgekommissionen für ihre verantwortungsvolle Arbeit wissen? Wo können sie Einfluss nehmen? Was sind die häufigsten Probleme? Dieser Kurs vermittelt Mitgliedern von Vorsorgekommissionen das nötige Hintergrundwissen, um ihre Aufgaben wahrzunehmen.



Zielpublikum	Mitglieder von Vorsorgekommissionen	
Referenten	Sabino Di Mambro (eidg. dipl. Pensionskassenleiter), Roman Kahr (Finanzplaner mit Fachausweis)	
Kurs Nr. D1.3.2405	1 Tag Do, 12.9.2024	📍 Bern, Hotel Bern
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 450.–, Verpflegung: CHF 50.–	
Hinweis	Bitte für Rechnungsstellung Adresse der Vorsorgekommission mitteilen.	

   grueneCH



UNSER KLIMA

DEINE WAHL

GRÜNE JETZT. MEHR DENN JE.

gruene.ch/wahlen2023



neu 30 Jahre Mitwirkungsgesetz: eine Bilanz

Vor 30 Jahren trat das Mitwirkungsgesetz in Kraft. Als wichtigstes Mitbestimmungsgesetz im privaten Bereich ist es lückenhaft geblieben. An dieser Tagung ziehen wir Bilanz: Wie prägen die gesetzlichen Grundlagen die Mitbestimmung im Betrieb? Wie können die Handlungsspielräume von Personalvertretungen und Gewerkschaften genutzt werden? Welche Verbesserungen braucht es in Zukunft für eine wirksamere Mitbestimmung im Betrieb? Welche Initiativen gibt es dazu auf politischer Ebene? Damit die Demokratie nicht mehr vor dem Betriebstor aufhört!



Zielpublikum	Mitglieder von Personalvertretungen, Mitarbeitende von Gewerkschaften	
Tagung Nr. B1.7.2401	1 Tag Fr, 3.5.2024	📍 Bern, Hotel Bern
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Tagungsgebühr: CHF 450.–, Verpflegung: CHF 50.–	

Basiskurs für Mitglieder von Personalvertretungen

Welche Aufgaben und Rechte haben Mitglieder von Personalvertretungen? Was sind ihre Ziele? Die Teilnehmenden lernen die Grundlagen und vielseitigen Aufgaben von Personalvertretungen kennen. Weiter erhalten sie viele praktische Tipps, wie sie ihre Arbeit am besten organisieren.



Zielpublikum	Mitglieder von Personalvertretungen; Gewerkschaftssekretär:innen, die Personalvertretungen betreuen	
Referent	Peter Lüthi (Team- und Organisationsberater)	
Kurs	3 Tage	
Nr. D1.7.2401	Mo, 19.2.2024–Mi, 21.2.2024	📍 Sigriswil, Solbadhotel
Nr. D1.7.2402	Mi, 12.6.2024–Fr, 14.6.2024	📍 Vitznau, Hotel Flora Alpina
Nr. D1.7.2404	Mi, 11.9.2024–Fr, 13.9.2024	online
Nr. D1.7.2403	Mi, 23.10.2024–Fr, 25.10.2024	📍 Wilen (Sarnen), Seehotel Wilerbad
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 1350.–, Verpflegung: CHF 300.–, Übernachtung: CHF 370.–	

Aufbaukurs für Mitglieder von Personalvertretungen

Wie können Personalvertretungen ihre Aufgabe noch besser erfüllen? Im Fokus steht die wirkungsvolle Gestaltung der Arbeit in der Personalvertretung. Weitere Themen dieses Kurses sind die Beteiligung der Mitarbeitenden, Sitzungsgestaltung und Gesprächsführung.



Zielpublikum	Mitglieder von Personalvertretungen; Gewerkschaftssekretär:innen, die Personalvertretungen betreuen	
Voraussetzungen	Besuch des Basiskurses (siehe Seite 41)	
Referent	Peter Lüthi (Team- und Organisationsberater)	
Kurs	3 Tage	
Nr. D1.7.2405	Mi, 26.6.2024–Fr, 28.6.2024	📍 Vitznau, Hotel Flora Alpina
Nr. D1.7.2406	Mi, 21.8.2024–Fr, 23.8.2024	📍 Sigriswil, Solbadhotel
Nr. D1.7.2407	Mo, 4.11.2024–Mi, 6.11.2024	📍 Sigriswil, Solbadhotel
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 1350.–, Verpflegung: CHF 300.–, Übernachtung: CHF 370.–	

Führungskurs für Präsidien von Personalvertretungen

Nur eine gut geführte Personalvertretung kann sich durchsetzen. Doch eine Personalvertretung zu führen, ist schwierig. Wie können wir als Präsident:innen oder Vizepräsident:innen ein Team führen und Aufträge erteilen, ohne ein Weisungsrecht zu haben? Wir befassen uns mit den wichtigsten Führungsgrundsätzen und mit dem Umgang mit schwierigen Situationen.



Zielpublikum	Präsident:innen und Vizepräsident:innen von Personalvertretungen	
Voraussetzungen	Basiskurs (siehe Seite 41) oder 2 Jahre Praxiserfahrung in einer PV	
Referent:innen	Peter Lüthi (Team- und Organisationsberater), Miriam Berger (syndicom) oder Daniel Hügli (syndicom)	
Kurs	3 Tage	
Nr. D1.7.2408	Mo, 27.5.2024–Mi, 29.5.2024	📍 Sigriswil, Solbadhotel
Nr. D1.7.2409	Mi, 13.11.2024–Fr, 15.11.2024	📍 Balsthal, Hotel Balsthal
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 1350.–, Verpflegung: CHF 300.–, Übernachtung: CHF 370.–	
Hinweis	Idealerweise melden sich Präsident:in und Vizepräsident:in gemeinsam an.	

neu Grundkompetenzen der Mitarbeitenden am Arbeitsplatz stärken

Informationen im Internet suchen, einen Arbeitsrapport schreiben oder eine Berechnung anstellen? Für mehr als 800 000 Erwachsene in der Schweiz ist dies ein Problem! Personen mit mangelnden Fähigkeiten in Lesen, Schreiben, Rechnen oder im Umgang mit digitalen Hilfsmitteln gibt es fast an jedem Arbeitsort: mit Auswirkungen auf Betroffene, Team und Betrieb. In diesem Workshop steht die Frage im Zentrum, wie Mitglieder von Personalvertretungen und Gewerkschaftssekretär:innen Betroffene stärken und Betriebsstrukturen mitgestalten können.



Zielpublikum	Mitglieder von Personalvertretungen, Vertrauenspersonen, Gewerkschaftssekretär:innen, Bildungsbotschafter:innen	
Referent:innen	Paula Klemt (DVLS), Pascale Mencaccini (DVLS), Maurizio Maggetti-Waser (Movendo)	
Kurs Nr. D1.7.2419	1 Tag Mi, 18.9.2024	📍 Zürich, VPOD-Zentralsekretariat
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 450.–, Verpflegung: CHF 50.–	

neu Algorithmen am Arbeitsplatz: So wehren wir uns!

Es gibt immer mehr Möglichkeiten, einen Arbeitsplatz digital zu überwachen. Doch dürfen Unternehmen beispielsweise den Mailverkehr, das Surfverhalten oder die Produktivität von Mitarbeitenden erfassen und auswerten oder einen GPS-Sender im Geschäftswagen installieren? Der Kurs zeigt auf, wie sich Personalvertretungen und Gewerkschaften gegen Überwachung im Betrieb, unterwegs oder zu Hause wehren können.



Zielpublikum	Mitglieder von Personalvertretungen, Vertrauenspersonen, Mitarbeitende von Gewerkschaften	
Voraussetzungen	Basiskurs (siehe Seite 41) oder 2 Jahre Praxiserfahrung in einer Personalvertretung	
Referent	Daniel Hügli (syndicom)	
Kurs Nr. D1.7.2412	1 Tag Do, 12.9.2024	📍 Zürich, VPOD-Zentralsekretariat
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 450.–, Verpflegung: CHF 50.–	

Grundlagen zu Arbeit und Gesundheit

Unfälle und Erkrankungen bis hin zu längeren Ausfällen haben oft betriebliche Gründe. Was können Personalvertretungen dagegen tun? Dieser Kurs zeigt mögliche Ursachen und Lösungen auf. Anhand von Beispielen lernen die Teilnehmenden ihre Mitwirkungsrechte kennen.



Zielpublikum	Mitglieder von Personalvertretungen, Vertrauenspersonen	
Referentinnen	Franziska Schneider (SEV), Christine Michel (Unia)	
Kurs	2 Tage	
Nr. D1.7.2410	Mi, 6.11.2024 – Do, 7.11.2024	📍 Thun, Hotel Aare Thun
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 900.–, Verpflegung: CHF 170.–, Übernachtung: CHF 220.–	

Jederzeit verfügbar für die Firma?

Müssen Arbeitnehmende jederzeit verfügbar sein? Das zunehmende Vermischen von Arbeitszeit und Freizeit kann Stress auslösen und krank machen. Flexible Arbeitszeiten bedeuten für Arbeitgebende und Arbeitnehmende oft nicht dasselbe. Anhand von Fallbeispielen analysieren wir Belastungen und erarbeiten Lösungen basierend auf den Mitwirkungsrechten von Personalvertretungen, Arbeitnehmenden und Gewerkschaften.



Zielpublikum	Mitglieder von Personalvertretungen, Vertrauenspersonen, Gewerkschaftssekretär:innen	
Referenten	Nic Frei (Jurist), Maurizio Maggetti-Waser (Movendo), Samuel Iff (FMH Arbeitsmedizin und FMH Public Health)	
Kurs	2 Tage	
Nr. D1.7.2411	Di, 5.3.2024 – Mi, 6.3.2024	📍 Sigriswil, Solbadhotel
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 900.–, Verpflegung: CHF 170.–, Übernachtung: CHF 220.–	

Kolleg:innen in schwierigen Situationen beraten

Wie können Personalvertretungen Kolleg:innen unterstützen, die gemobbt oder benachteiligt werden? Wie verhindern sie, dass falsches Eingreifen das Problem noch verschärft? Der Kurs vermittelt rechtliche Grundlagen und korrektes Vorgehen im Konfliktfall. Mit Fallbeispielen üben die Teilnehmenden das Gelernte.



Zielpublikum	Mitglieder von Personalvertretungen; Gewerkschaftssekretär:innen, die Personalvertretungen betreuen; Vertrauenspersonen	
Voraussetzungen	Basiskurs oder 2 Jahre Praxiserfahrung in einer PV	
Referentinnen	Elisabeth Fannin (Unia), Danièle Lenzin (Unia)	
Kurs	2 Tage	
Nr. D1.7.2413	Do, 21.3.2024 – Fr, 22.3.2024	📍 Schaffhausen, Hotel Kronenhof
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 900.–, Verpflegung: CHF 170.–, Übernachtung: CHF 210.–	

Faire Personalbeurteilung

Faire Personalbeurteilungssysteme: Welches sind die Kriterien und wie kann die Personalvertretung Einfluss nehmen? Der Kurs vermittelt Grundwissen über Mitarbeitenden- und Qualifikationsgespräche, Arbeitszeugnisse sowie Persönlichkeits- und Datenschutz. Zudem wird aufgezeigt, welche Gestaltungsmöglichkeiten die Personalvertretung hat.



Zielpublikum	Mitglieder von Personalvertretungen; Gewerkschaftssekretär:innen, die Personalvertretungen betreuen		
Referent	Peter Lüthi (Team- und Organisationsberater)		
Kurs Nr. D1.7.2414	2 Tage Mo, 26.8.2024–Di, 27.8.2024	© Sigriswil, Solbadhotel	
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)		
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 900.–, Verpflegung: CHF 170.– Übernachtung: CHF 220.–		

online Lohngleichheitsanalysen konkret!

Das revidierte Gleichstellungsgesetz ist seit 1. Juli 2020 in Kraft und verpflichtet Betriebe mit über 100 Arbeitnehmenden zur Lohngleichheitsanalyse. Vieles deutet auf eine mangelhafte Umsetzung des Gesetzes hin. Lohndiskriminierungen bestehen weiterhin. Das Gesetz und seine Umsetzung müssen dringend verbessert werden. 2025 evaluiert der Bund die Wirkungen des Gleichstellungsgesetzes. Wie können wir als Personalvertretungen und Gewerkschaftssekretär:innen mit der mangelnden Umsetzung umgehen? Welche Handlungsmöglichkeiten haben wir? Diese Fragen werden im Kurs beantwortet.



Zielpublikum	Mitglieder von Personalvertretungen und Gewerkschaftssekretär:innen		
Referentinnen	Teresa Dos Santos (syndicom), Julia Maisenbacher (SGB), Aude Spang (Unia)		
Kurs Nr. D1.7.2417	1 Tag Di, 19.3.2024	online	
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)		
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 450.–		

Sexualisierte Gewalt am Arbeitsplatz – wie handeln als PV und Gewerkschaft?

Die Dunkelziffer von sexueller Gewalt am Arbeitsplatz ist hoch. Betroffene schweigen oft. Wie erkennen wir sexuelle Gewalt am Arbeitsplatz und wo beginnt sie? Was können wir als Mitglied einer Personalvertretung, als Vertrauensperson oder Gewerkschaftssekretär:in tun? Der Kurs befasst sich mit all diesen Fragen und mit den rechtlichen Grundlagen.



Zielpublikum	Mitglieder von Personalvertretungen, Vertrauenspersonen, Gewerkschaftssekretär:innen		
Referentinnen	Patrizia Mordini (syndicom), Natalia Widla (Journalistin)		
Kurs Nr. D1.7.2420	1 Tag Mo, 16.9.2024	© Zürich, VPOD-Zentralsekretariat	
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)		
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 450.–, Verpflegung: CHF 50.–		

Auftrittskompetenz einmal anders

Mit selbstsicherem Auftreten lassen sich Anliegen besser durchsetzen. Mitglieder von Personalvertretungen treten oft auf – an Sitzungen mit der Geschäftsleitung, in Gremien oder vor Arbeitnehmenden. Die Teilnehmenden lernen Methoden und Hilfsmittel kennen und üben selbstbewusstes Auftreten.



Zielpublikum	Mitglieder von Personalvertretungen, Vertrauenspersonen		
Referentin	Sabrina Tessmer (Erwachsenenbildnerin)		
Kurs Nr. D1.7.2415	2 Tage Do, 27.6.2024 – Fr, 28.6.2024	📍 Sigriswil, Solbadhotel	
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)		
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 900.–, Verpflegung: CHF 170.–, Übernachtung: CHF 220.–		

neu Künstliche Intelligenz (KI): Die Zukunft der Arbeitswelt als Personalvertretung mitgestalten

Von Chat-Bots bis zu automatisierten Warenlagern: Der Einzug Künstlicher Intelligenz in den Betrieben ist unaufhaltsam. Einerseits gilt es, als Personalvertretung die Chancen der Künstlichen Intelligenz für die Mitarbeitenden zu nutzen und die Risiken von KI-Anwendungen zu minimieren. Andererseits gilt es auch, die KI in der eigenen Arbeit als Personalvertretung zu nutzen.



Zielpublikum	Mitglieder von Personalvertretungen, Vertrauenspersonen		
Referent	Peter Lüthi (Team- und Organisationsberater)		
Kurs Nr. D1.7.2423	2 Tage Do, 6.6.2024 – Fr, 7.6.2024	📍 Luzern, RomeroHaus	
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)		
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 900.–, Verpflegung: CHF 130.–, Übernachtung: CHF 160.–		
Hinweis	Im Kurs werden KI-Tools ausprobiert. Die Teilnehmenden werden gebeten, das internetfähige Gerät (Smartphone, Tablet, Laptop) mitzunehmen, das sie regelmässig zur Arbeit mit digitalen Tools einsetzen.		

Neue Bürowelten gestalten – aber wie?

Die vermehrte Arbeit im Homeoffice hat auch die Gestaltung der Arbeitsplätze in den Betrieben verändert. Personalvertretungen haben ein gesetzliches Mitspracherecht bei der Einrichtung. Die Kursteilnehmenden lernen die neuesten Grundlagen der Bürogestaltung kennen und besichtigen Musterbeispiele in einem KMU und einem Konzern.



Zielpublikum	Mitglieder von Personalvertretungen; Gewerkschaftssekretär:innen, die Personalvertretungen betreuen; Vertrauenspersonen	
Referent	Maurizio Maggetti-Waser (Movendo)	
Kurs Nr. D1.7.2422	1 Tag Mi, 20.11.2024	© Bern, vor Ort in Betrieben
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 450.–, Verpflegung: CHF 50.–	

Das 1×1 der Wirtschaft für Personalvertretungen

Wie funktioniert die Wirtschaft? Welche wirtschaftspolitischen Zusammenhänge müssen Personalvertretungen und Vertrauensleute kennen? Dieser Kurs vermittelt wirtschaftliche Grundkenntnisse, gewerkschaftliche Positionen, Strategien der Arbeitgebenden und staatliche Massnahmen.



Zielpublikum	Mitglieder von Personalvertretungen, Vertrauenspersonen	
Referent:innen	Noémie Zurlinden (Unia), Daniel Lampart (SGB)	
Kurs Nr. D1.7.2416	2 Tage Do, 7.11.2024–Fr, 8.11.2024	© Bern, Hotel Bern
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 900.–, Verpflegung: CHF 180.–, Übernachtung: CHF 230.–	

Geschäftsberichte verstehen

Geschäftsberichte lesen und verstehen ist nicht einfach. Dabei enthalten sie wichtige Informationen über den Zustand eines Unternehmens – auch als Grundlage für Lohnverhandlungen oder Sozialpläne. Im Kurs werden ökonomische, soziale und ökologische Kennzahlen in einem Geschäftsbericht erklärt.



Zielpublikum	Mitarbeitende von Gewerkschaften, Vertrauensleute, Mitglieder von Personalvertretungen, Stiftungsräten und Vorsorgekommissionen	
Voraussetzungen	Grundkenntnisse in Buchhaltung	
Referent	Magnus Meister (Unia)	
Kurs Nr. D1.7.2418	2 Tage Mi, 18.9.2024–Do, 19.9.2024	© Biel, Hotel Plaza Mercure
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 900.–, Verpflegung: CHF 210.–, Übernachtung: CHF 260.–	

Der Europäische Betriebsrat (EBR) – Eine Chance für Arbeitnehmende multinationaler Betriebe

Wie können wir gewerkschaftliche Anliegen in einem multinationalen Konzern durchsetzen? Der Europäische Betriebsrat (EBR) hat ein Recht auf Anhörung und Information durch die Unternehmensleitung auf europäischer Ebene. Wir zeigen auf, wie der EBR funktioniert und welche Chancen sich für unsere eigene Gewerkschaftsarbeit ergeben.



Zielpublikum	Personalvertretungen multinationaler Betriebe, EBR-Mitglieder, Vertrauensleute; Gewerkschaftssekretär:innen, die Personalvertretungs- oder EBR-Mitglieder betreuen	
Referent	Magnus Meister (Unia)	
Kurs Nr. D1.7.2421	1 Tag Mi, 13.11.2024	📍 Zürich, VPOD-Zentralsekretariat
Mitglieder	Kostenlos (siehe Seite 5)	
Nicht-Mitglieder	Kursgebühr: CHF 450.–, Verpflegung: CHF 50.–	
Hinweis	Idealerweise melden sich Mitglieder von PV und EBR als Gruppe mit dem/der zuständigen Gewerkschaftssekretär:in an.	

Gewerkschaftsschule Schweiz

FÖRDERVEREIN

Der Verein unterstützt mit seinen Beiträgen die Stiftung Gewerkschaftsschule Schweiz GSS.



Werde Mitglied! Dein Beitrag für die Bildung stärkt die Zukunft der Gewerkschaftsbewegung!

Förderverein der Gewerkschaftsschule Schweiz

Movendo | Monbijoustrasse 61 | 3007 Bern | T +41 31 370 00 70

www.foerderverein-gss.ch | www.movendo.ch | info@movendo.ch

Anmeldung

Movendo
Das Bildungsinstitut der Gewerkschaften
Telefon 031 370 00 70
info@movendo.ch, www.movendo.ch

Kurs-Nr.

Titel

Kurs-Nr.

Titel

Bei Kursen mit Übernachtung buchen wir ein Doppelzimmer. Möchtest du gegen einen Aufpreis ein Einzelzimmer? Ja Nein Ich wünsche keine Unterkunft.

Frau

Herr

Korrespondenzsprache

Deutsch

Französisch

Name

Vorname

Beruf

Strasse

PLZ

Ort

Tel. Privat

Tel. Geschäft

Tel. Mobil

Geburtsdatum

E-Mail für Korrespondenz

Ich habe keine E-Mail-Adresse.

Arbeitgeber

Ich bin Mitglied folgender Gewerkschaft

Mitglied-Nr.

Ich nehme in meiner Gewerkschaft eine besondere Funktion oder Aufgabe wahr:

Personalvertretung

Vorstand

andere

Datum und Unterschrift

Mit meiner Unterschrift gebe ich mein Einverständnis, dass Movendo meine persönlichen Daten gemäss ihrer Datenschutzerklärung bearbeitet.

Diese ist unter www.movendo.ch abzurufen oder bei unserer Geschäftsstelle zu bestellen.



Das Bildungsinstitut der Gewerkschaften

Mit wenigen Klicks anmelden unter www.movendo.ch



oder den Anmeldetalon in einem frankierten Kuvert schicken an:

Movendo

Monbijoustrasse 61

3007 Bern