



Jahresprogramm 2024



Ihr Swiss Coaching Hub  
für Coaching, betriebliches Mentoring,  
Supervision und Resilienztraining

# Beratungsausbildung mit Wirkung

## Unsere Vision

Unsere Weiterbildungen und Dienstleistungen stärken Menschen darin, ihre persönliche und berufliche Bestimmung zu finden und in Unternehmen selbstwirksam einzubringen.

**Find your purpose, create your way.**

## Unsere Mission

Als Swiss Coaching Hub bietet das Coachingzentrum ein Komplettpaket rund um die Coachingwelt: Aus- und Weiterbildungen, Seminare, Foren und Workshops, individuelle Coachings sowie Raumvermietungen.

## Unsere Werte

Wir sind entwicklungsorientiert, wirkungsstark und wertschätzend.

Im Team leben wir eine Kultur des Vertrauens, der Eigenverantwortung und der gegenseitigen Unterstützung. Wir arbeiten professionell, dienstleistungsorientiert und respektvoll.

## Liebe Leserin, lieber Leser

Auf allen Ebenen geschieht Weiterentwicklung – es eröffnen sich neue Möglichkeiten und Chancen. Die rasch fortschreitenden Entwicklungen im Bereich der künstlichen Intelligenz (KI) wirken sich umfassend auf den Arbeitsmarkt aus und stellen neue Anforderungen an berufliche Qualifikationen: Analytisches, wie die Planung oder die Erledigung definierter Aufgaben, wird vermehrt von KI übernommen. Anders sieht es mit der emotionalen und sozialen Intelligenz aus: Die Fähigkeit, sozial wirkungsvoll und klar zu interagieren, wird immer wichtiger.

Mit dem anhaltend hohen mentalen Druck im Arbeits- und Privatleben bleibt der Bedarf an Coaching hoch und wird sich voraussichtlich durch die KI-Entwicklung weiter erhöhen. Neben der beruflichen Weiterbildung rückt in der Folge auch die Entwicklung auf der persönlichen Ebene stärker in den Vordergrund.

Wir freuen uns darauf, Ihre Ressourcen und Stärken zu fördern und Sie darin zu unterstützen, selbstwirksam Ihren eigenen Weg zu gestalten.

**Sonja Kupferschmid Boxler**



Geschäftsführung

**Karin Sidler**



Geschäftsführung



# Stimmen unserer Teilnehmenden



«Besonders überzeugt hat mich der Start der Ausbildung mit einer intensiven Phase der Selbstreflexion und dem persönlichen Entwicklungsprozess. Eine ausgeprägte Selbstreflexion ist unabdingbar für eine gute Begleitungsperson.»

Isabelle Thomé-Pfeiffer  
Betriebl. Mentorin mit eidg. Fachausweis

«Das CAS Resilienztraining hat meine Tätigkeit als Coach und Trainer von Skills 4.0 inspiriert und optimal ergänzt. Durch den Lehrgang konnte ich zahlreiche Themen rund um die Persönlichkeitsentwicklung vertiefen und meine Kompetenzen für die Begleitung von Einzelpersonen und Gruppen weiterentwickeln.»



Mauro Togni  
CAS Resilienztraining



«Das Coachingzentrum legt grossen Wert auf den Praxisbezug und auf qualifizierte Lehrpersonen. Die beschränkte Anzahl Teilnehmende lässt intensive Lernprozesse zu.»

Caroline Schmid  
CAS Coaching

«Meine Weiterbildung zum betrieblichen Mentor mit eidgenössischem Fachausweis würde ich jederzeit wieder beim Coachingzentrum absolvieren: kompetente erfahrene Referent/innen und ein guter Mix von Theorie und Praxis. Abgerundet wird das Angebot durch Kurse und Seminare, die mir nach der Weiterbildung ermöglichen, auf dem neuesten Stand zu bleiben.»

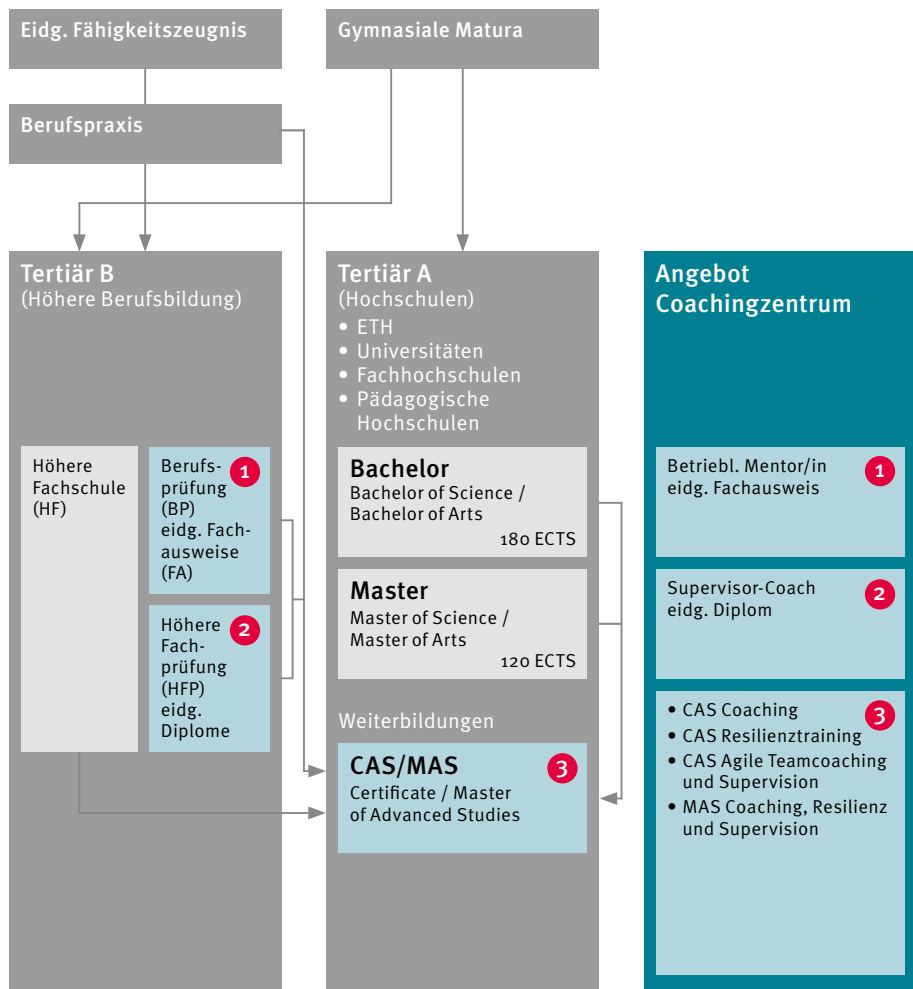


Roland Greber  
Betriebl. Mentor mit eidg. Fachausweis

# Inhaltsverzeichnis

<b>Bildungssystem Schweiz</b>	6
<b>Infoveranstaltungen</b>	7
<b>Finden Sie die passende Weiterbildung</b>	8
<b>Unsere Ausbildungswege in der Übersicht</b>	9
<b>Unser Ausbildungsangebot</b>	
<b>Betriebl. Mentor/in mit eidg. Fachausweis / Business Coaching</b>	10
<b>CAS Coaching</b>	12
<b>CAS Resilienztraining</b>	14
<b>CAS Agile Teamcoaching und Supervision</b>	16
<b>MAS Coaching, Resilienz und Supervision</b>	18
<b>Supervisor-Coach mit eidg. Diplom</b>	19
<b>CAS Change Management</b>	20
<b>Unsere Lehrcoaches und Trainer/innen</b>	22
<b>Ihre Ansprechperson</b>	23
<b>Seminare und Foren</b>	24
<b>Workshops und Weiterbildungen für Unternehmen</b>	27
<b>SeminarInsel: Vermietung von Seminarräumen</b>	28
<b>Unser Erfolgsrezept</b>	30
<b>Unser Qualitätsausweis</b>	31

# Bildungssystem Schweiz



ECTS: European Credit Transfer System

CAS- und MAS-Angebote in Kooperation mit der PH Zug

## Abschluss

- 1** **2** Tertiär B: Höhere Berufsbildung
- 3** Tertiär A: Weiterbildung Hochschule

# Infoveranstaltungen Coachingzentrum

## CAS Coaching, betriebliches Mentoring

Di	16.01.   26.03.   07.05.   04.06.   13.08.   20.08.   03.09.   26.11.2024
Mi	31.01.   21.02.   22.05.   26.06.   03.07.   25.09.   16.10.   13.11.2024
Do	25.01.   29.02.   07.03.   04.04.   25.04.   31.10.   12.12.2024

## CAS Resilienztraining

Mi	24.01.   05.06.   23.10.2024
Do	02.05.2024

Die kostenlosen Infoveranstaltungen finden alle digital statt.

Weitere Startdaten finden Sie auf unserer Website:  
[www.coachingzentrum.ch/infoveranstaltungen](http://www.coachingzentrum.ch/infoveranstaltungen)

## Kostenloses Beratungsgespräch

Für folgende weiterführende Ausbildungen empfehlen wir ein persönliches und kostenloses Beratungsgespräch:

- CAS Agile Teamcoaching und Supervision
- MAS Coaching, Resilienz und Supervision
- Supervisor-Coach mit eidg. Diplom (HFP)



# Finden Sie die passende Weiterbildung

Ist Ihnen Persönlichkeitsentwicklung wichtig? Wollen Sie Selbstwirksamkeit als Business Coach aktivieren?

**Betriebl. Mentor/in mit eidgenössischem Fachausweis**

Kommen Ihre Kolleg/innen oft auf Sie zu, weil Sie gut zuhören? Möchten Sie Ihr Coaching-Mindset entwickeln und praxiserprobte Coaching-Tools im Alltag einsetzen?

**CAS Coaching**

Erachten Sie Burnout-Prävention als zentral, und suchen Sie nach Wegen, Widerstandskräfte und Anpassungsfähigkeit zu fördern?

**CAS Resilienztraining**

Unterstützen Sie Teams in Transformationsprozessen, und möchten Sie mit professionellen Methoden die Selbstorganisation stärken?

**CAS Agile Teamcoaching und Supervision**

Wollen Sie Ihre erworbenen CAS mit einem Master-Abschluss abrunden?

**MAS Coaching, Resilienz und Supervision**

Verfügen Sie über mehrjährige Berufspraxis als betriebl. Mentor/in, und streben eine fachliche Vertiefung mit eidg. Diplom an?

**Supervisor-Coach mit eidgenössischem Diplom**



# Unsere Ausbildungswege in der Übersicht

Betriebl. Mentor/in mit eidg. Fachausweis / Business Coaching

## 3 Stufen:

1. Erfahren – Persönliche Entwicklung stärken
2. Werden – Theoretisches Wissen erarbeiten und anwenden
3. Reflektieren – Praktische Begleitungstätigkeit vertiefen



## CAS Coaching

### 3 Module

- Coaching Basics
- Coaching Advanced
- Online Coaching

Modular  
buchbar

15 ECTS

## CAS Agile Teamcoaching und Supervision

### 3 Module

- Gruppendynamik
- Begleitungsprozesse
- Intervention und Reflexion

15 ECTS

## Supervisor-Coach mit eidg. Diplom

### 3 Module

- Begleitung von Gruppen und Teams
- Organisationen im Wandel
- Prüfungstraining



Modular  
buchbar

## CAS Resilienztraining

### 3 Module

- Resilienz Coach
- Resilienz Coach <sup>PLUS</sup>
- Resilienztrainer/in

Modular  
buchbar

15 ECTS

## MAS Coaching, Resilienz und Supervision

- 3 CAS und Mastermodul

Modular  
buchbar

15 ECTS

ECTS: European Credit Transfer System



50% KURSGELD-  
RÜCKERSTATTUNG

CAS- und MAS-Lehrgänge  
in Kooperation mit der

**PH Zug**

Pädagogische Hochschule Zug

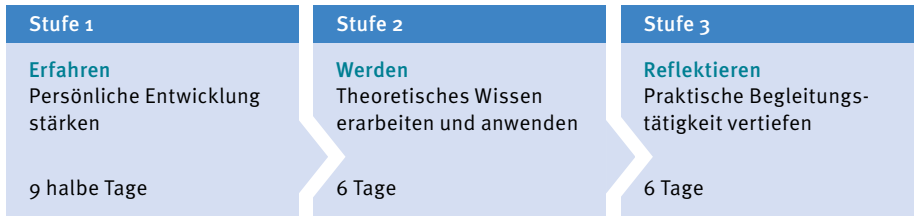
Ausbildungspartner



# Betriebl. Mentor/in mit eidgenössischem Fachausweis

## Business Coaching: Aktivieren Sie Selbstwirksamkeit im Unternehmen

Sie arbeiten lösungsorientiert, regen Perspektivenwechsel an und fördern ein agiles Mindset – ein wichtiger unternehmerischer Erfolgsfaktor, um mit Veränderungen umgehen zu können.



### Zeitraumen

16 ½ Tage Präsenz-Unterricht oder Kombination von Präsenz- und Online-Unterricht während rund 1 ½ Jahren plus 6 Std. Selbststudium pro Woche, Interventionen und Umsetzung in die Praxis

### Abschluss

**Betriebliche/r Mentor/in mit eidg. Fachausweis**  
**Dipl. Coach SCA (Swiss Coaching Association)**  
**Zertifikat «Coaching & Prozessbegleitung»**

### Ihr Nutzen

- Professionelle Entwicklung zum Business Coach und zum/zur betriebl. Mentor/in
- Umfassender Methodenkoffer mit wirkungsvollen Coaching- und Reflexionstools
- Karrieremöglichkeiten durch anerkannten Abschluss
- Überdurchschnittliche Erfolgsquote bei Berufsprüfung
- Nachhaltige Transformation der eigenen Führungs- und Sozialkompetenz dank integriertem persönlichem Entwicklungsprozess
- Erhöhung der Arbeitszufriedenheit und der Sinnhaftigkeit



## Termine

	Frühling 2024	Herbst 2024
Basel		16.10.2024
Bern	14.03.2024	15.10.2024
Luzern	12.04.2024	14.10.2024
Olten	25.04.2024	30.10.2024
Olten / Digital	02.04.2024	
Zürich	05.03.2024	24.09.2024
Zürich / Digital		18.11.2024

Weitere Startdaten finden Sie auf unserer Website.

### Weiterführung zum CAS Coaching

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Website:

[www.coachingzentrum.ch/cas-coaching](http://www.coachingzentrum.ch/cas-coaching)



**50% KURSGELD-  
RÜCKERSTATTUNG**



# CAS Coaching

Begleiten Sie Coachingprozesse – auch online

Modular  
buchbar

Das CAS befähigt Sie, Einzelpersonen in Entwicklungs- und Veränderungsprozessen zu unterstützen und nachhaltige Lösungsentwicklungen zu ermöglichen. Füllen Sie Ihren Fähigkeitsrucksack mit wirkungsvollen Präsenz- und Online-Coachingtools. Eröffnen Sie sich neue Perspektiven durch die Aneignung von Metaskills und eines Coaching-Mindsets.

Modul 1	Coaching Basics	6 Tage
Toolbox: Kompakteinstieg in die Coaching-Welt		
Modul 2	Coaching Advanced	6 Tage
Mindset & Practice: Aufbau der Coaching-Haltung, Vertiefung von Know-how und Do-how		
Modul 3	Online Coaching	3 Tage
Digital Skills: Erweiterung der Coaching-Kompetenz für digitale Begleitungen		

## Zeitraumen

15 Tage während rund 1 Jahr, plus ca. 6 Std. Selbststudium pro Woche, Interventionen und Umsetzung in die Praxis

## Abschluss

**CAS Coaching** 15 ECTS

Kombinierbar zum MAS Coaching, Resilienz und Supervision

**Zertifikat «Coaching & Prozessbegleitung»**

**Zertifikat «Online Coaching»**

## Ihr Nutzen

- Professionelle Entwicklung zum Coach
- Umfassender Methodenkoffer mit wirkungsvollen Coaching- und Reflexionstools
- Karrieremöglichkeiten durch anerkannten Abschluss
- Nachhaltige Transformation der eigenen Führungs- und Sozialkompetenz
- Erhöhung der Arbeitszufriedenheit und der Sinnhaftigkeit



### Termine Modul 1: Coaching Basics

	Frühling 2024	Herbst 2024
Basel	19.03.2024	
Bern		22.10.2024
Olten	13.06.2024	
Zürich	23.04.2024	17.09.2024

Weitere Startdaten finden Sie auf unserer Website.

In Kooperation mit der PH Zug  
In Verantwortung des Coachingzentrums



# CAS Resilienztraining

Fördern Sie Gesundheit und Widerstandskraft

Modular  
buchbar

Überforderung im Beruf, private Herausforderungen, Überlastung: viele Arbeitnehmende, Führungskräfte und Selbstständige kommen heute an die Grenzen ihrer Selbstmanagement-Fähigkeiten.

Lernen Sie, Agilität und Selbstwirksamkeit von Einzelpersonen und Teams umfassend zu fördern. Werden Sie Resilienz Coach und entwickeln Sie sich weiter zum/zur dipl. Resilienztrainer/in CZO®. Verbessern Sie die Widerstandskräfte von Mitarbeitenden und Organisationen nachhaltig.

Modul 1	Resilienz Coach	6 Tage
Entdecken und anwenden: Widerstandskraft stärken, erste Begleitungserfahrung sammeln		
Modul 2	Resilienz Coach <sup>PLUS</sup>	6 Tage
Entwickeln und umsetzen: Theorie vertiefen und Methodenvielfalt erweitern		
Modul 3	Resilienztrainer/in	4 Tage
Trainieren und reflektieren: Trainings konzipieren, leiten und evaluieren		

## Zeitrahmen

16 Tage während rund 1 Jahr, plus ca. 6 Std. Selbststudium pro Woche

## Abschluss

**CAS Resilienztraining** 15 ECTS

Kombinierbar zum MAS Coaching, Resilienz und Supervision

**Dipl. Resilienztrainer/in CZO®**

**Burnout-  
Prävention mit  
anerkanntem  
Abschluss**

ist beteiligt, gehört dazu?  
 er noch?

ität der Beziehung — während  
 — zehrend  
 "oberflächlich" — neutral

erwahren? ⇨ Wie?  
 erändern? ⇨ wie?

terstützt / wer hemmt?  
 ll ich es recht machen?  
 le ich mich wohl & frei?  
 le ich mich gebunden?  
 influsst mich, wie?



**Ihr Nutzen**

- Persönlicher Entwicklungsprozess (Modul 1)
- Aneignung einer individuellen Methoden- und Toolvielfalt
- Stärkung der eigenen Widerstandskraft und Resilienz
- Gezieltes Aktivieren von Ressourcen
- Förderung von Selbstwirksamkeit und eines lösungsorientierten Umgangs mit Herausforderungen
- Nachhaltige Stärkung von Teams und Organisationen

**Termine Modul 1: Resilienz Coach**

	Frühling 2024	Herbst 2024
Zürich	19.03.2024	
Digital	17.04.2024	
Olten		05.09.2024

Weitere Startdaten finden Sie auf unserer Website.

In Kooperation mit der PH Zug  
 In Verantwortung des Coachingzentrums

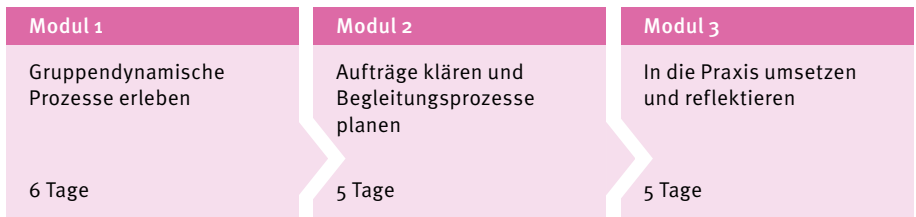


# CAS Agile Teamcoaching und Supervision

## Begleiten Sie Gruppen und Teams wirkungsvoll

Als Teamcoach und Supervisor/in bieten Sie einen wirkungsvollen Rahmen, stärken Teams nachhaltig und fördern deren Selbstorganisation.

Aufbauend auf Ihrem Coaching-Know-how, lernen Sie den Umgang mit komplexen Beratungssituationen mit Gruppen und Teams. Sie werden befähigt, Teamcoachings und Supervisionen professionell durchzuführen und Ihre Kundinnen und Kunden zielführend bei der Weiterentwicklung ihrer Kompetenzen und ihrer Agilität zu unterstützen.



### Zeitraumen

16 Tage während 6 Monaten, plus ca. 6 Std. Selbststudium pro Woche

### Abschluss

**CAS Agile Teamcoaching und Supervision** 15 ECTS

Kombinierbar zum MAS Coaching, Resilienz und Supervision.

**Zertifikat «Begleitung von Gruppen & Teams»**

### Ihr Nutzen

- Teamcoachings und Supervisionen professionell durchführen
- Wirkungsvolle Instrumente und Methoden, um Gruppenprozesse kompetent zu steuern
- Begleitung von Transformationsprozessen
- Gruppendynamik an einem inspirierenden Ort selber erleben
- Zufriedenheit, Leistung und agiles Mindset in Teams fördern





## Termine

	Frühling 2024	Herbst 2024
Olten	24.04.2024	
Zürich		06.11.2024

In Kooperation mit der PH Zug  
In Verantwortung des Coachingzentrums



# MAS Coaching, Resilienz und Supervision

Professionalisieren Sie Ihre Beratungskompetenz

Modular  
buchbar

Der Masterstudiengang befähigt Sie, Einzelpersonen, Teams und Organisationen zu begleiten und zu beraten. Sie lernen den Umgang mit komplexen Beratungssituationen und unterstützen Einzelpersonen, Teams und Organisationen bei einer nachhaltigen Weiterentwicklung und Zielerreichung.

CAS Coaching	CAS Resilienz-training	CAS Agile Team-coaching und Supervision	Mastermodul
15 ECTS 15 Tage	15 ECTS 16 Tage	15 ECTS 16 Tage	15 ECTS 20 Tage

## Zeitraumen

Der MAS-Studiengang dauert ungefähr 3,5 Jahre. Sie investieren 67 Ausbildungstage plus Zeit nach eigenem Bedarf für die Vor- und Nachbereitung der einzelnen Sequenzen sowie für die Kompetenznachweise.

## Abschluss

MAS Coaching, Resilienz und Supervision 60 ECTS

Supervisor-Coach bso (Möglichkeit zur bso-Mitgliedschaft)

## Ihr Nutzen

- Professionelle Begleitung komplexer Beratungssituationen durch den Einsatz situativ passender Formate
- Bessere Karrieremöglichkeiten durch anerkannten Abschluss

## Termine

	Herbst 2024
Olten	29.10.2024



# Supervisor-Coach mit eidg. Diplom

Für betriebliche Mentor/innen:

Bereiten Sie sich auf die höhere Fachprüfung (HFP) vor



Basierend auf Ihrem Vorwissen und mehrjähriger Berufspraxis als Beratungs- und Begleitungsperson, vertiefen Sie sich fachlich im Bereich Coaching und Supervision und entwickeln sich nachhaltig weiter.

<b>Modul 1</b>	<b>Begleitung von Gruppen und Teams</b>	<b>10 Tage</b>
Komplexe Team- und Gruppenprozesse wirkungsvoll unterstützen		
<b>Modul 2</b>	<b>Organisationen im Wandel</b>	<b>4 Tage</b>
Kompetenzerweiterung für Transformationsprozesse in Unternehmen		
<b>Modul 3</b>	<b>Prüfungstraining</b>	<b>6 Tage</b>
Praxisorientierte Unterstützung bei der Prüfungsvorbereitung		

## Zeitraumen

20 Tage während rund 1,5 Jahren



**50% KURSGELD-  
RÜCKERSTATTUNG**

## Abschluss

Supervisor-Coach mit eidg. Diplom

Supervisor-Coach bso (Möglichkeit zur bso-Mitgliedschaft)

Zertifikat «Begleitung von Gruppen & Teams»

## Ihr Nutzen

- Zielführende und effektive Prüfungsvorbereitung
- Bedürfnisorientiertes Lernen dank kleiner Gruppengrösse
- Erlangen einer eigenständigen Profession als Beratungsperson

## Termine

	Frühling 2024
Zürich	10.01.2024
Olten	20.06.2024

Verbandstitel bso  
Möglichkeit zur bso-Mitgliedschaft



# CAS Change Management

## Gestalten Sie wirksam Veränderungen in Unternehmen

Diese praxisorientierte Weiterbildung vermittelt Ihnen das Know-how, welches Sie für Veränderungsprozesse sowohl auf der Organisationsebene als auch auf der Team- und Persönlichkeitsebene benötigen.

Modul 1	Check-in Transformation Journey	0,5 Tage
Modul 2	Erfolgsfaktoren im Change Management	2 Tage
Modul 3	Selbstorganisation und Veränderung	4 Tage
Modul 4	Change Architektur und Kulturentwicklung	2 Tage
Modul 5	Umsetzung Veränderungsprozess und Integration	2 Tage

### Zeitraumen

10 Tage (5 Module) während 6 Monaten

Hybrider Lehrgang: 7 Tage Präsenz, 3 Tage online

### Abschluss

CAS Change Management 10 ECTS

### Ihr Nutzen

- Veränderungsinitiativen planen, steuern, umsetzen und stabilisieren
- Das Was (Inhalte) mit dem Wie (Prozess) verbinden
- Prozesskompetenz und persönliche Veränderungskompetenz erlangen
- Psychosoziale Prozesse beraten und begleiten
- Erkenntnisse bereits während der Ausbildung in die Praxis umsetzen

### Termine

	Frühling 2024	Herbst 2024
Olten / Online	23.02.2024	02.09.2024
Glattbrugg / Online	09.04.2024	28.11.2024

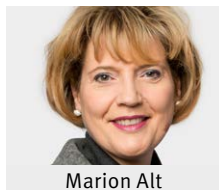
In Kooperation mit der SGO Business School  
In Verantwortung der SGO Business School





## Unsere Lehrcoaches und Trainer/innen

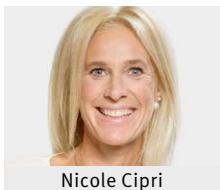
Unsere Lehrcoaches und Trainer/innen verfügen über eine fundierte Aus- und Weiterbildung sowie über eine langjährige Praxiserfahrung auf ihrem Fachgebiet.



Marion Alt



Esther Borra-Wegmann



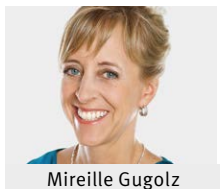
Nicole Cipri



Marion Decker-Blank



Cem Ece



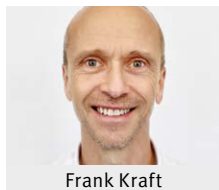
Mireille Gugolz



Sabine Hänni



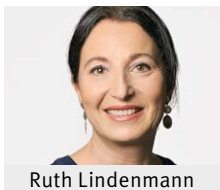
Sabine Haldemann



Frank Kraft



Yvonne Küttel



Ruth Lindenmann



Claudia Meierhans



Isabelle Menzi



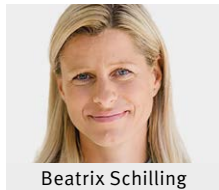
Yvette Muff



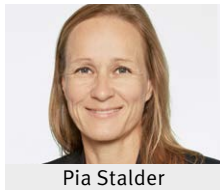
Simon Raeber



Naima Rhyh



Beatrix Schilling



Pia Stalder



Andrea Szekeres



Sabrina Thoma

Die einzelnen Portraits und weitere Personen, die für das Coachingzentrum unterwegs sind, finden Sie hier:  
[www.coachingzentrum.ch/lehrcoaches-und-trainer](http://www.coachingzentrum.ch/lehrcoaches-und-trainer)



# Ihre Ansprechperson

Unsere Mitarbeitenden stehen Ihnen gerne für ein kostenloses Beratungsgespräch vor Ort, telefonisch oder online zur Verfügung.



**Jasmin Friker**  
Betriebl. Mentor/in mit eidg. Fachausweis  
jasmin.friker@coachingzentrum.ch



**Sonia Giacalone**  
CAS Coaching  
Supervisor-Coach mit eidg. Diplom  
Seminare und Foren  
sonia.giacalone@coachingzentrum.ch



**Jacqueline Häusermann**  
CAS Resilienztraining  
jacqueline.haeusermann@coachingzentrum.ch



**Daniela Alagna**  
CAS Agile Teamcoaching und Supervision  
MAS Coaching, Resilienz und Supervision  
daniela.alagna@coachingzentrum.ch



062 926 43 93

Die einzelnen Portraits und andere Teammitglieder finden Sie auf unserer Website:

[www.coachingzentrum.ch/team](http://www.coachingzentrum.ch/team)



# Seminare

Tauchen Sie ein in aktuelle Themen der Beratungsszene, und erweitern Sie Ihre persönlichen und fachlichen Kompetenzen. Lassen Sie sich von unserer Auswahl inspirieren.

<b>Resilienzförderung</b>	<b>Termin</b>
<b>Der Vagus-Nerv als innerer Gesundheitsmanager</b> 1-tägiges Seminar mit Nadja Zöch-Schüpbach 	25.01.2024
<b>Mehr als reden: Die Kraft der Körperresilienz nutzen</b> 1-tägiges Seminar mit Mireille Gugolz	15.02.2024
<b>Resilient und gesund mit HeartMath</b> 1-tägiges Seminar mit Christina Weigl	17.05.2024
<b>Gemeinsam sind wir stark: Teamresilienz professionell fördern</b> 1-tägiges Seminar mit Andrea Szekeres-Haldimann	29.08.2024
<b>Zauberwort «Resilienz»: Mit innerer Stärke Herausforderungen angehen</b> 2-tägiges Seminar mit Sonja Kupferschmid Boxler	13./14.12.2024

<b>Persönlichkeitsentwicklung und Coaching-Tools</b>	<b>Termin</b>
<b>Vertiefung Zürcher Ressourcen Modell (ZRM): Best Practice</b> 1-tägiges Seminar mit Andrea Szekeres-Haldimann	08.02.2024
<b>Mit Figurenaufstellung Menschen zielführend begleiten</b> 2-tägiges Seminar mit Sabine Haldemann	24./25.05.2024
<b>Ikigai: Ein Konzept als Orientierungshilfe bei der Sinnsuche</b> 1-tägiges Seminar mit Marion Decker-Blank	14.06.2024 05.12.2024
<b>Wirkungsvoll arbeiten mit dem Inneren Team</b> 2-tägiges Seminar mit Karin Sidler	28./29.06.2024
<b>Refresher Logische Ebenen: Veränderungen lösungsorientiert angehen</b> 1-tägiges Seminar mit Marion Alt	10.07.2024
<b>Coaching im agilen Wandel: Von klassischer zu agiler Führung</b> 3-tägiges Seminar mit Hermann Küster und Karin Sidler	12.–14.09.2024
<b>Mediation als Weg im Dialog: Effektiv Konflikte lösen</b> 2-tägiges Seminar mit Marion Alt	08./09.11.2024
<b>Wirken ohne Worte: Nonverbale Kommunikation in der Begleitung</b> 1-tägiges Seminar mit Isabelle Menzi	14.11.2024





## Teambuilding und Gruppenstärkung

Termin

### Einführung Teamcoaching: Teamarbeit fördern und Stillstand vermeiden

2-tägiges Seminar mit Marion Decker-Blank

08./09.03.2024

### Wie Wandel gelingt: Veränderungsprozesse effektiv unterstützen

4-tägiges Seminar mit Beatrix Schilling

16./17.05.2024

06./07.06.2024

### Einführung Supervision: Entwicklung und Wachstum ermöglichen

3-tägiges Seminar mit Simon Raeber

14.–16.11.2024

Weitere Seminare sowie nähere Informationen zu Inhalt und Preisen:

[www.coachingzentrum.ch/seminare](http://www.coachingzentrum.ch/seminare)

Durchführungsort: Seminarinsel Olten oder digital

Jeweils 09.00–17.00 Uhr



## Foren

### Coachingforum

Termin

#### Leadership Agility: Coaching für Agile Führung

Hermann Küster

14.03.2024

13.30–17.30 Uhr

Seminarinsel Olten

### Resilienzforum

Termin

#### New Work und Mental Health

Prof. Dr. Andreas Krause und Lic. phil. Marcel Baumgartner

05.09.2024

13.30–17.30 Uhr

Seminarinsel Olten





# Workshops und Weiterbildungen für Unternehmen

Wir unterstützen Ihr Unternehmen in den Bereichen Coaching, betriebliches Mentoring, Supervision und Resilienztraining, zugeschnitten auf Ihre Bedürfnisse – physisch vor Ort oder digital.

## Workshops, Seminare und Impulsvorträge

Holen Sie sich Wissen und Impulse zu aktuellen Themen: Wir konzipieren für Sie firmeninterne Seminare und Impulsvorträge zu Coaching, agilem Mindset, Resilienz, Burnout-Prävention, Achtsamkeit, Kommunikation und Gesprächsführung.

## Massgeschneiderte Weiterbildungen

Stärken Sie Ihre Führungskräfte, Fachleute und HR-Beratende: Wir entwickeln für Sie bedürfnisgerechte interne Weiterbildungen im Bereich Coaching, betriebliches Mentoring und Resilienztraining.

## Coaching für Ihre Mitarbeitenden

Nutzen Sie die Qualität und das Know-how einer externen Fachperson aus unserem Coaching-Pool für eine wirkungsvolle und nachhaltige Entwicklung Ihrer Mitarbeitenden und Teams.



«Ich empfehle das Coachingzentrum für Weiterbildungen wärmstens weiter.

Auch die Zusammenarbeit für KMU-spezifische Schulungen war sehr professionell und angenehm.»

Nathalie Hauenstein  
Geschäftsleitungsmitglied der Hauenstein Gruppe  
Dipl. Hôtelière-Restauratrice HF  
BSc Betriebsökonomie FH



# Seminarinsel: Vermietung von Seminarräumen



Ob für Workshops, Seminare, Lehrveranstaltungen oder Sitzungen – unsere Räumlichkeiten bieten Ihnen den perfekten Rahmen. Zentral und ruhig gelegen am Rand der Oltner Altstadt, eingebettet in einem Innenhof, finden Sie gut ausgerüstete, klimatisierte Räume. In unmittelbarer Umgebung befinden sich Verpflegungs-, Übernachtungs- und Einkaufsmöglichkeiten.

## Unsere Räume

Es sind verschiedenste Bestuhlungen möglich. Wir richten die Räume gerne nach Ihren individuellen Bedürfnissen ein.

### Seminarräume

Walzer	Slowfox	Jive	Lambada
106 m <sup>2</sup> 25–72 Pers.	80 m <sup>2</sup> 18–49 Pers.	65 m <sup>2</sup> 16–30 Pers.	53 m <sup>2</sup> 12–27 Pers.

### Gruppenräume

Rumba	Swing	Limbo
19 m <sup>2</sup> 6 Pers.	13 m <sup>2</sup> 4 Pers.	23 m <sup>2</sup> 6 Pers.





## Ausstattung und Infrastruktur

- Klimatisierte Seminar- und Gruppenräume mit WLAN
- Aufenthaltsraum mit kostenlosem Kaffee und Frischwasserspender
- Arbeits- und Pausenmöglichkeit im Aussenbereich
- Rollstuhlgängige Toiletten
- **Seminarräume Walzer, Slowfox, Jive, Lambada:** Beamer, Leinwand, Rednerpult, 2 Pinnwände, 2 Flipcharts, Moderationskoffer
- **Gruppenräume Rumba und Swing:** 55-Zoll-Bildschirm, Flipchart
- **Gruppenraum Limbo:** Flipchart

## Anreise

- **Öffentliche Verkehrsmittel:** Die Seminarinsel ist vom Bahnhof Olten her zu Fuss in ca. 7 Minuten erreichbar. Sie befindet sich an der Konradstrasse 30 im Innenhof.
- **Auto:** Kostenpflichtige Parkplätze in der Tiefgarage «Hübeli» oder auf der Schützenmatt (5 Gehminuten)

## Kontakt

seminarinsel@coachingzentrum.ch

T 062 926 43 93

Weitere Informationen finden Sie unter [www.seminarinsel.ch](http://www.seminarinsel.ch)



# Unser Erfolgsrezept

## Praxisorientiert, wissenschaftlich fundiert – und inspirierend

Das Coachingzentrum setzt kompetenzorientierte und praxisbezogene Lernformen ein, die wissenschaftlich fundiert sind. Dabei legen wir grossen Wert auf praktisches Umsetzen mit qualifizierten, erfahrenen Lehrcoaches in einem inspirierenden Lernklima.

In Kleingruppen fördern wir die einzigartigen Ressourcen und Stärken jedes Teilnehmenden. Unsere Weiterbildungen tragen dazu bei, die persönliche und berufliche Bestimmung – den Purpose – zu finden und diese Wirkung nachhaltig nach innen und aussen zu tragen.

## Ganzheitliche und integrative Methodik

Wir vermitteln ausgewählte Tools und Techniken, welche die persönliche Entwicklung, Agilität und Resilienz zielgerichtet fördern. Dabei beziehen wir Einflussfaktoren wie Umfeld, Verhalten, Fähigkeiten, Glaubenssätze und Werte ganzheitlich mit ein.

## Unsere Toolbox

Als Instrumente setzen wir beispielsweise Figuren, Wertekarten oder Emotion Maps ein. Eine Auswahl unserer Coaching-Tools finden Sie in unserem Webshop: [shop.coachingzentrum.ch](http://shop.coachingzentrum.ch)



# Unser Qualitätsausweis

## Seit über 20 Jahren auf dem Markt

Wir sind der Swiss Coaching Hub für Coaching, betriebliches Mentoring, Supervision und Resilienztraining – erfolgreich seit 2001.

## Eidgenössisch und international anerkannte Abschlüsse

Unsere Weiterbildungen schliessen Sie mit eidgenössisch (Fachausweis und Diplom) und international (CAS, MAS) anerkannten Abschlüssen ab.

## Bundesbeiträge bei eidgenössischen Prüfungen

Nach dem Absolvieren der eidgenössischen Prüfung erhalten Sie bis zu 50% der Lehrgangskosten vom Bund zurückerstattet.

## Hohe Erfolgsquote

Das Coachingzentrum weist eine überdurchschnittlich hohe Erfolgsquote aus. Diesen Erfolg erreichen wir dank bewährtem Ausbildungskonzept und intensiver und professioneller Prüfungsvorbereitung.

## An fünf Standorten – und digital

Unsere Weiterbildungen finden in Olten, Basel, Bern, Luzern und Zürich oder digital statt.

## Renommierete Ausbildungspartner

CAS- und MAS-Lehrgänge führt das Coachingzentrum in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Zug (PH Zug) durch. Wir sind Ausbildungspartner des Berufsverbands für Coaching, Supervision und Organisationsberatung (bso).

## eduQua-zertifiziert

Das Coachingzentrum ist seit 2010 eduQua-zertifiziert. eduQua ist das Schweizer Qualitätslabel für Anbieter in der Weiterbildung. Es fördert Transparenz, Vergleichbarkeit und Qualität der Weiterbildungsangebote.





## Praktische Coaching-Tools in unserem Webshop

Entdecken Sie unsere Toolbox für Coaching, betriebliches Mentoring, Resilienztraining und Supervision.

Besuchen Sie unseren Webshop und lassen Sie sich inspirieren!

[shop.coachingzentrum.ch](http://shop.coachingzentrum.ch)



CZO Coachingzentrum Olten GmbH  
Konradstrasse 30 4600 Olten  
T 062 926 43 93 [info@coachingzentrum.ch](mailto:info@coachingzentrum.ch)  
[www.coachingzentrum.ch](http://www.coachingzentrum.ch)

 **coachingzentrum**  
Beratungsausbildung mit Wirkung