



Liebe Mitglieder, Leserinnen und Leser

Wir leben in einer Multioptionsgesellschaft: Alles scheint machbar, greifbar, erreichbar. Doch die schier unbegrenzten Möglichkeiten sind trügerisch. Wir alle stehen ständig vor der Wahl, uns für eine Option entscheiden zu müssen. Und wir wollen viel. Viel haben, erreichen, schaffen und behalten. Das alles unter einen Hut zu bringen, kommt nicht selten einer Quadratur des Kreises gleich. Oft setzen wir die Ansprüche an uns so hoch, dass wir ihnen gar nicht gerecht werden können.

Corona hat uns gelehrt, wie flexibel und anpassungsfähig wir sein können. Dass wir überall, jederzeit und auch unter erschwerten Bedingungen produktiv arbeiten können. Die neuen Arbeitsformen bringen eine Flexibilität, die uns ermöglicht, Beruf, Care-Arbeit und Privatzeit zu vereinbaren. Das klingt gut. Will aber gelernt sein. Dabei geht es nicht darum, möglichst viel unter einen Hut zu bringen. Vielmehr müssen wir lernen, Wichtiges von Unwichtigem zu unterscheiden, Prioritäten und Grenzen zu setzen. Nur so können wir die vielen Bedürfnisse und Verpflichtungen, die Beruf, Privatleben und Freizeit mit sich bringen, vereinen – und dabei zufrieden und gesund bleiben.

Herzlich
Amalia Zurkirchen, Geschäftsführerin

Ausgabe N° 2/4_2022

WIR ZÜRCHER KAUFLEUTE

EVENTS	Seite 2
TABU: PSYCHISCHE GESUNDHEIT AM ARBEITSPLATZ	Seite 3
KV BUSINESS SCHOOL ZÜRICH – WEITERBILDUNG IM VISIER	Seite 4
TEAM MARKETING & KOMMUNIKATION	Seite 7

**kaufmännischer
verband**

*mehr wirtschaft. für mich.
in zürich.*

SCHALTER	Montag bis Donnerstag 09:00 - 13:00 Uhr 14:00 - 17:00 Uhr Freitag 09:00 - 13:00 Uhr 14:00 - 16:00 Uhr
TELEFON	Montag bis Donnerstag 08:00 - 17:00 Uhr (durchgehend) Freitag 08:00 - 16:00 Uhr (durchgehend)
KONTAKT	info@kfmv-zuerich.ch , kfmv.ch/zuerich , T +41 44 211 33 22

IMPRESSUM Beilage zum «Wir Kaufleute», erscheint 4-mal jährlich HERAUSGEBER: Kaufmännischer Verband Zürich, Pelikanstrasse 18, Postfach, 8021 Zürich, T +41 44 211 33 22, info@kfmv-zuerich.ch, kfmv.ch/zuerich ANZEIGEN: Sabrina Kindschi, T +41 44 211 33 22, sabrina.kindschi@kfmv-zuerich.ch VERLAG UND REDAKTION «WIR KAUFLEUTE»: Kaufmännischer Verband Zürich, Pelikanstrasse 18, Postfach, 8021 Zürich

EVENTS

Mi, 22.6.2022
Smart Wednesday
Podium
18:30 bis ca. 19:45 Uhr
Kaufleuten Festsaal



MEINE ARBEIT, MEINE FAMILIE UND ICH – SO GEHT VEREINBARKEIT

Im täglichen Spagat zwischen Kindern, Kollegenkreis und Karriere versuchen wir alles so gut wie möglich unter einen Hut zu bringen und dabei stets den Überblick zu behalten.

Journalistin und SRF-Moderatorin Kathrin Hönegger diskutiert mit ihren Gästen über die Vereinbarkeit von Berufs- und Privatleben. Welche Rahmenbedingungen braucht es? Wo haben wir noch Luft nach oben? Und wer ist eigentlich für unsere «Work-Life-Balance» verantwortlich? Unsere Gäste:

- **Amel Rizvanovic**, Coach und Consultant
- **Olivia El Sayed**, Autorin und Künstlerin
- **Nadine Jürgensen**, Autorin und Juristin
- **Andrea Jansen**, Unternehmerin und Journalistin

Di, 12.7.2022
12:15 bis ca. 13:00 Uhr
Zoom



ONLINE – SPEED JOB INTERVIEWTRAINING

Sind Sie bereit für jene provokativen Fragen, die Ihnen im Vorstellungsgespräch gestellt werden können? Testen Sie an unseren Laufbahnprofis, wie schlagfertig und souverän Sie in einer Interview-Situation reagieren und profitieren Sie vom direkten Feedback unserer Expertinnen und Experten. Nutzen Sie den Kurs als optimale Vorbereitung auf Ihr nächstes Vorstellungsgespräch.

Di, 23.8.2022
Smart Tuesday
Podium
18:30 bis ca. 20:00 Uhr
Kaufleuten Klubsaal



WIE WIR UNSERE RENTEN RETTEN

Die Schweizer Altersvorsorge bröckelt. Der stillschweigende Vertrag wird mehr und mehr zum Generationenkonflikt. Die meisten Pensionierten können gegenwärtig von ihrer Rente leben. Für jene, die heute ins Berufsleben starten, wird es einmal knapp werden. Weshalb ist es so schwierig, die staatliche Altersvorsorge zu reformieren? Was muss geschehen, damit auch künftige Generationen eine Altersrente erhalten? Eines ist klar: Es braucht Lösungen – und zwar bald.

Der Kaufmännische Verband Zürich, der Tages-Anzeiger und die Vereinigten Personalverbände des Kantons Zürich (VPV) lancieren die Diskussion an einem Podium im Kaufleuten. Unsere Gäste:

- **Eveline Widmer-Schlumpf**, Präsidentin Stiftungsrat Pro Senectute
- **Cédric Wermuth**, Nationalrat
- **Andri Silberschmidt**, Nationalrat
- **Noa Dibbasey**, Freischaffende Journalistin und Kolumnistin
- Moderation: **Mario Stäubli**, Co-Chefredaktor des Tages-Anzeigers



ANMELDUNG ZU ALLEN EVENTS

via QR-Code

Podium mit hochkarätigen
Diskussionsteilnehmenden
zu einem brisanten Thema

PSYCHISCHE GESUNDHEIT AM ARBEITSPLATZ

Jeder zweite Mensch in der Schweiz leidet im Laufe des Lebens einmal an einer psychischen Erkrankung. Jeder vierte so stark, dass seine Arbeitsfähigkeit leidet. Trotzdem reden die Wenigsten darüber. Zu gross ist die Angst vor negativen Reaktionen. Dabei kann Offenheit am Arbeitsplatz entlasten – aber nur, wenn das Betriebsklima stimmt.

Die Anforderungen und die Komplexität in der Arbeitswelt steigen stetig und damit auch der Druck auf die Beschäftigten. Die Folge: psychische Belastungen und Erkrankungen nehmen zu. Länger anhaltende gesundheitliche Einschränkungen belasten die Betroffenen sehr. Dazu kommt, dass diese Abwesenheiten und Leistungseinbussen zu Stress und Unzufriedenheit bei Mitarbeitenden, in Teams und oft auch bei Führungskräften führen können. Grund genug, offen darüber zu reden.

Doch psychische Leiden werden noch immer weitgehend tabuisiert. Einerseits ist das Wissen über die verschiedenen Krankheiten nicht vorhanden und das Erkennen von Zusammenhängen oft schwierig. Andererseits kostet es Überwindung und setzt grosses Vertrauen voraus, sein Innerstes nach aussen zu kehren und mit Kollegen oder der Chefin über psychische Probleme zu reden. Was kann das Arbeitsumfeld tun?

→ Auf eine offene Betriebskultur setzen

Wer seinen Mitarbeitenden mit Vertrauen, Toleranz und Fairness begegnet, schafft ein Klima, in dem man über psychische Belastungen reden darf – ganz ohne Angst vor Diskriminierung oder Jobverlust.

→ Pflegen eines gesundheitsfördernden Führungsstils

Essenziell dabei ist, dass Führungskräfte auf Frühzeichen von psychischen Belastungen bei Mitarbeitenden sensibilisiert werden und lernen, wie sie diese ansprechen. Sicherheit, Wertschätzung, eine adäquate Belastung, Motivation statt Druck sowie individueller Handlungsspielraum sind zudem entscheidende Faktoren, um sich am Arbeitsplatz wohlfühlen zu können.

→ Aufmerksamkeit und Respekt

Psychische Belastungen der Mitarbeitenden sind unbedingt ernst zu nehmen. Respekt und Verständnis für die Privatsphäre der Mitarbeitenden ebnet den Weg, über problematische Beobachtungen zu sprechen und gemeinsam nach Lösungen zu suchen.

Prävention ist das Schlüsselwort. Schulungen für das Erkennen und Ansprechen von Frühzeichen psychischer Probleme ist die wichtigste Präventionsmassnahme in Betrieben. Zudem ist es sinnvoll, wenn sich Arbeitnehmende bereits im gesunden Zustand mit ihrem psychischen Wohlbefinden auseinandersetzen. Also aktiv etwas dafür tun und einen offenen Dialog mit dem Umfeld pflegen. Drei Anregungen:

→ Ein Hoch auf die Pausen!

Selbst eine kurze Auszeit von ein paar Minuten verschafft wieder Platz im Kopf, um danach konzentriert weiterarbeiten zu können. Ausgeruhte Mitarbeitende sind erwiesenermassen produktiver.

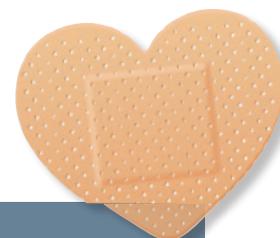
→ Bewegung und Aktivität

Im Homeoffice Aktivpausen draussen einplanen, bei Arbeit im Büro einen Teil des Arbeitsweges zu Fuss zurücklegen. Das macht nicht nur Spass, sondern stützt nachweislich das seelische Gleichgewicht.

→ Miteinander reden

Geteiltes Leid ist halbes Leid, geteilte Freude ist doppelte Freude. Verstanden und ernst genommen zu werden, stärkt unsere Psyche.

ANINA RETHER, Redaktorin Wir Kaufleute



ADRESSEN UND ANLAUFSTELLEN ZUR PSYCHISCHEN GESUNDHEIT

Forum BGM Zürich. Stärkung der Gesundheit im Betrieb (Impulse, Erfahrungsaustausch, Praxisinformationen) bgm-zh.ch

Gesundheitsförderung Schweiz. Impulse, Adressen und Angebote, wie-gehts-dir.ch

Pro Mente Sana. T +41 848 800 858, Kostenlose und anonyme Beratung, promentesana.ch

Dargebotene Hand. T +41 143, 24-Stunden-Angebot 143.ch

Die Kampagne «Alles im grünen Bereich» unterstützt Betriebe und Mitarbeitende dabei, die psychische Gesundheit zu erhalten und zu fördern. psyche-und-arbeit.ch

ARBEITSMARKT

Fit für die komplexe Arbeitswelt. Führungskompetenzen sind und bleiben wichtig – und sind über alle Branchen hinweg gefragt. Führung wird heute als eine Kombination von Leadership und Management verstanden. Sie wird in der modernen, komplexen Arbeitswelt immer anspruchsvoller. Gute Führungspersonen nehmen aktuelle Veränderungen der Arbeitswelt, der Wirtschaft und der Gesellschaft auf und zeigen selbst eine hohe Veränderungsbereitschaft. Sie gehören zu den wichtigsten Ansprechpartner:innen für die Umsetzung von Visionen, Strategien und Konzepten aus der Geschäfts- und Bereichsleitung. Zudem sind sie für KMU und Grossbetriebe ein wertvolles Bindeglied in der gesamten Wertschöpfungskette. Neben einem fundierten Fachwissen werden von ihnen Problemlösungsstrategien sowie hohe Selbst- und Sozialkompetenz erwartet.

Die modular aufgebaute Weiterbildung zur Führungsfachfrau/zum Führungsfachmann unterstützt Mitarbeitende bei der Vorbereitung auf eine Leaderrolle oder bei der Positionierung in einer bestehenden Führungsfunktion und steigert so die Arbeitsmarktfähigkeit.



ERFAHRUNGEN

Stimmen aus der Praxis. «Im Leadership-Zertifikat habe ich einen Werkzeugkasten für die Führung von Menschen erhalten, den ich täglich anwenden kann. Ich habe gelernt, andere Personen zu motivieren und mit meinem Team erfolgreich Ziele zu erreichen. Auch für meine persönliche Karriere hat sich dieser Bildungsgang sehr gelohnt.»

«Im Management-Zertifikat habe ich im Bereich Change-Management gelernt, wie ich meine Mitarbeitenden dabei unterstützen kann, sich auf die Bedürfnisse und Erwartungen der Kundinnen und Kunden schnell und erfolgreich anzupassen und diese sogar zu übertreffen. Diese Fähigkeiten konnte ich umgehend in die Praxis umsetzen.»

«Führung ist lernbar, wie jeder andere Beruf auch.»

«Im Development Center habe ich viel über mich selbst gelernt. Das hat meinen Führungsstil stark geprägt.»

BILDUNGSGANG

Flexibel dank modularem Aufbau. Der Bildungsgang «Führungsfachleute mit Development Center» führt zum eidg. Fachausweis und wird neu von der WKS KV Bildung Bern und der KV Business School Zürich gemeinsam angeboten. Er besteht aus den beiden Modulen Leadership und Management und dauert inklusiv Vorbereitung auf die eidg. Berufsprüfung eineinhalb Jahre. Der modulare Aufbau erlaubt es, die Module Leadership und Management einzeln zu absolvieren und je mit einem von der Schweizerischen Vereinigung für Führungsausbildung anerkannten Zertifikat abzuschliessen. Während im Modul Management betriebswirtschaftliches Know-how vermittelt wird, stehen im Modul Leadership mit Development Center der Erwerb von Führungskompetenzen sowie eine professionelle Analyse der eigenen Persönlichkeit im Zentrum.

FÜHRUNGSFACHLEUTE MIT
DEVELOPMENT CENTER

Webcodes*: FFKF

ZUKUNFT

Gerüstet für die moderne Arbeitswelt. Als Führungsfachmann/Führungsfachfrau sind Sie methodisch bestens gerüstet. Sie verfügen über grundlegende Kenntnisse in den Bereichen General Management, Personalmanagement sowie Change-Management und haben Ihr Führungsverständnis und -verhalten reflektiert, erweitert und trainiert. Mit dem Abschluss, der in der Wirtschaft hohe Akzeptanz genießt, besitzen Sie einen optimalen Leistungsausweis für Ihre nächsten Karriereschritte in Wirtschaft oder Verwaltung.

Wollen Sie Ihre erworbenen Leadership- und Management-Qualitäten theoretisch fundiert in Bezug auf strategische und konzeptionelle Tätigkeiten vertiefen, bietet sich das Nachdiplomstudium HF in Management und Leadership an. Eine stark praxisorientierte und auf die Umsetzung ausgerichtete Anschlussmöglichkeit finden Sie beispielsweise im SmartCamp Leader 4.0 der KV Business School Zürich.

Die Weiterbildungen der KV Business School Zürich bieten eine Fülle an Möglichkeiten und Chancen: vom Einstieg in ein neues Berufsfeld über den Aufstieg und die Spezialisierung bis hin zur Meisterschaft. An dieser Stelle präsentieren wir jeweils einen Bildungsgang aus unseren Bildungswelten. Entdecken Sie unsere weiteren Angebote: kv-business-school.ch

**kv business school
zürich**
mein bildungspartner.

PASCAL VONTOBEL



GEBOREN AM: 8.10.1981

BERUF: Wirtschaftsinformatiker FH

FUNKTION AN DER KVBSZ: Bildungsgangleiter Digital Collaboration Specialist

AN DER KVBSZ SEIT: 2021

AUSBILDUNG: Executive MBA Digital Transformation

AKTUELLER BERUF: Geschäftsführer NoTies GmbH

BERUFLICHES ZIEL: Entwicklungen und Veränderungen unterstützen und begleiten

PERSÖNLICHES ZIEL: Die Balance finden zwischen dem eigenen und dem Glück von anderen

«Am Anfang jedes Lernweges steht der Mut zum Fehler.»

Bei der Rubrik «Was ich einmal werden möchte» in den Freundschaftsbüchern der Primarschulgspändlis musste Pascal Vontobel jeweils nicht lange überlegen: «Rennfahrer». Daraus wurde nichts – stattdessen hob er ab.

Nach einer unspektakulären Schullaufbahn studierte er Wirtschaftsinformatik und schnupperte als IT-Projektleiter bei der Swiss erste Flughafenluft. Ohne zu zögern, packte er dort die Chance, sich zum Piloten ausbilden zu lassen. Dabei kam ihm seine analytische, systematische und kommunikative Ader entgegen. «Ob es sich um ein fliegerisches oder ein IT-Problem handelt, die Ausgangslage muss gründlich analysiert werden. Anhand von vielfach durchgespielten Vorgehensschritten wird eine Lösung gefunden und situationsgerecht vermittelt.» Um sein Know-how auch weitergeben zu können, wurde Pascal Vontobel Erwachsenenbildner und instruierte unter anderem seine Kolleginnen und Kollegen im Flugsimulator.

Mittlerweile hat er die Pilotenuniform an den Nagel gehängt («bei einem erfüllten Traum fehlt irgendwann der stetige Wandel») und sich an der Schnittstelle zwischen IT und Bildung selbstständig gemacht. Er will Menschen befähigen, mit dem schnellen technologischen Wandel Schritt zu halten und diesen erfolgreich zu nutzen. Dazu ist Austausch unentbehrlich. «Als Dozent gehe ich immer mit einer vollen und einer leeren Hand in den Unterricht. In der vollen habe ich mein Wissen und meine eigene Erfahrung. Die leere ist offen für die Fragen und die Erfahrungen der Teilnehmenden, damit aus dem Unterricht ein Gemeinschaftswerk wird, das alle weiterbringt.» Pascal Vontobel ist ein Profi für Digitalisierung und Zusammenarbeit – und damit geradezu die Personifizierung des neuen Bildungsgangs, den er heute an der KV Business School Zürich leitet: den «Digital Collaboration Specialist».

TEAM MARKETING & KOMMUNIKATION – DIE MIT DEM «COOLEN» JOB

Wenn uns Schnupperlernende besuchen, hören wir am Ende des Tages fast immer die gleiche Antwort auf die Frage, welche Abteilung ihnen am besten gefallen habe: «Marketing & Kommunikation». Weshalb? «Ihr könnt so coole Sachen wie Videos und Visuals produzieren und sogar für die Arbeit auf Social Media sein». Okay, wir geben es zu – der Job ist ziemlich cool.

Dieser «coole» Job beinhaltet aber weit mehr, als «nur» unseren LinkedIn-Kanal und den Instagram-Account @wirkaufleute mit relevantem Content zu füllen und unsere Follower:innen ab und an mit einer witzigen Anekdote zu unterhalten. Das «Komm-Team», wie wir uns nennen, ist zuständig für die Website der Sektion Zürich und die Newsletter an unsere Zielgruppen «Lernende», «Berufsbildende», «Angestellte im betriebswirtschaftlichen Umfeld» und «Veteraninnen und Veteranen». Zudem verantworten wir den Blog wirkaufleute.ch, die Lernenden-Zeitschrift «Escherwyss» und natürlich: dieses Magazin.

Organisiert als «Newsroom». Apropos Kanäle: Hinter diesen steckt eine jährliche Planung von Schwerpunktthemen, kombiniert mit aktuellen und für die KV-Community relevanten Inhalten. Wir sind – ähnlich einer Zeitungsredaktion – als «Newsroom» organisiert. An einem wöchentlichen Redaktionsmeeting werden Ideen generiert, Themen diskutiert, eine genaue Redaktionsplanung erstellt und Tasks verteilt.

Fokussiert auf die nächst Generation. Daneben berät Next-Generation-Managerin Daniela Murillo Lernende in schwierigen beruflichen Situationen und stellt sicher, dass sie die Hilfe erhalten, die sie benötigen. Mit unserem Engagement und Marketing rund um die KV-Lehre setzen wir uns dafür ein, dass der Beruf «Kaufrau/Kaufmann» weiterhin attraktiv bleibt und möglichst vielen jungen Menschen ein tragfähiges Fundament für ihre berufliche Zukunft bietet.

Unterwegs für die Gemeinschaft. Damit wir unsere Community – also Sie – noch besser erreichen und kennenlernen, plant und organisiert Event-Managerin Martina Kosir spannende After-Work-Veranstaltungen, wie etwa die «Smart Monday»-Reihe. Ob online oder im Kaufleuten bilden diese Events einen wunderbaren Rahmen für spannende Inputs zu aktuellen Themen der Arbeitswelt sowie entspanntes Networking. Das Kommunikationsteam begleitet die Events jeweils auf Social Media.

Innovativ und engagiert. Unter der Leitung von Maria Hagedorn erarbeitet das Team immer wieder neue Konzepte und nimmt Projekte in Angriff, die den Verband in Sachen Kommunikation und Marketing fit für die Zukunft machen. Die Arbeit geht uns also nicht aus. Der Job ist nicht nur «cool», sondern extrem vielseitig, spannend und vor allem eines: «Teamwork».

SABRINA KINDSCHI, Communications Manager



Sie wollen noch mehr über die tägliche Arbeit unseres Teams erfahren? Auf YouTube geben wir Ihnen einen kleinen Einblick. Via QR-Code gehts zum Video «Team Marketing & Kommunikation – Das sind wir!»



Folgen Sie uns auf LinkedIn @Kaufmännischer Verband Zürich Instagram @wirkaufleute



Oder abonnieren Sie unseren Newsletter: Via QR-Code gehts hier zur Newsletter-Registrierung



ANZEIGE

SkillBox® – Kompetenzen für den Arbeitsalltag. Werte fürs Leben.

skilltrainer.ch/skillbox
 Powered by KV Business School Zürich

Future Skills – Kompetenzen und Fertigkeiten,
 kompakt und modular aufgebaut.



MERKBLATT

«ERFOLGREICHES STRESSMANAGEMENT»

Laut dem Job-Stress-Index bezeichnet Stress ein Ungleichgewicht zwischen Belastungen, mit denen eine Person konfrontiert wird, und den verfügbaren Bewältigungsmöglichkeiten. Diese Unausgewogenheit empfinden Betroffene als unangenehm. Negativer Stress blockiert die natürlichen Ressourcen des Menschen und vermindert die Leistungsfähigkeit.



Holen Sie sich kostenlos hilfreiche Tipps für Ihr erfolgreiches Stressmanagement. Jetzt Merkblatt downloaden.



ANZEIGE

BVS
 Business-School

bvs-bildungszentrum.ch

Internationale Partneruniversität:
 **ROBERT GORDON UNIVERSITY ABERDEEN**

Bildungsdarlehen verfügbar

Präsenz- & Online-Unterricht

BVS - Die Kaderschule
 Höheres Wirtschaftsdipl. HWD / VSK - Betriebswirtschaftler/in VSK
 Technischer Kaufmann/-frau eidg. FA - Bachelor / Master Degree uvm.

Warten Sie nicht zu, bis der Stress Sie nervlich ans Limit bringt. Lernen Sie jetzt Anti-Stress-Methoden kennen, um sich zu schützen.