

## Eine Weiterbildung für zukunftsfähiges Arbeiten

Die Arbeitswelt befindet sich im Wandel – steigende Komplexität, Tempo und Aufgaben fordern uns täglich heraus. Gleichzeitig wächst der Wunsch nach Sinn, Verbindung und echter Zusammenarbeit. Diese Weiterbildung lädt dazu ein, die eigene Haltung zu reflektieren und neue Formen der Arbeitsgestaltung zu erproben – persönlich, im Team und in der Organisation.

Begleitend zur Modulreihe arbeiten Sie in einer Peergruppe an eigenen Themen und erhalten Impulse durch kollegiale Beratung. Schriftliche Reflexionsaufgaben unterstützen Sie dabei, Gelerntes zu verankern und mit Ihrem Berufsalltag zu verbinden. Ein/e Mentor/in begleitet Sie auf Ihrem Lernweg.

Die Weiterbildung richtet sich an Menschen, die Verantwortung übernehmen, Wandel gestalten und in der Zusammenarbeit neue Wege gehen möchten – unabhängig von Ihrer Rolle oder Funktion in einer Organisation.

## Jetzt anmelden und gemeinsam neue Wege gehen

**Die drei Module sind einzeln oder im Paket buchbar:**

- **Teilnahmebeitrag pro Modul: 2'490 CHF**
- **Zertifizierungsgebühr nach Abschluss aller Module einschliesslich Peergruppe, Mentoring und schriftlichen Reflexionen: 990 CHF**
- **Paketpreis 3 Module, inklusive Zertifizierung: 6'900 CHF**
- **Für Selbstzahler und Mitarbeitende in Non-Profit-Organisationen: 5'900 CHF**

Reise-, Übernachtungs- und Verpflegungskosten sind nicht Bestandteil des Teilnahmebeitrags. Übernachtungs- und Verpflegungskosten im Quellhotel Bad Ramsach: ca. 520 CHF pro Modul (2 x Übernachtung mit Vollpension; es gelten die aktuellen Hotelpreise).

Die Tagesworkshops finden im Seminarraum der Stiftung 3FO in Solothurn statt; die Verpflegungspauschale inklusive Mittagessen beträgt pro Tag 40 CHF.

**Kontakt:** [weiterbildung@3fo.ch](mailto:weiterbildung@3fo.ch)  
**Anmeldung:** [3fo.ch/weiterbildung](https://3fo.ch/weiterbildung)



STIFTUNG  
**3FO**

## Arbeitswelt neu gestalten



STIFTUNG  
**3FO**

Stiftung 3FO  
Bielstrasse 122  
4500 Solothurn  
+41 32 625 50 10  
[weiterbildung@3fo.ch](mailto:weiterbildung@3fo.ch)  
[3fo.ch](https://3fo.ch)

## Arbeitswelt neu gestalten – kooperativ, sinnstiftend, resilient

**Eine Weiterbildung für alle, die Arbeit bewusst und zukunftsorientiert gestalten wollen**

Wie kann Arbeit sinnstiftend sein? Wie bleiben wir handlungsfähig – auch unter Druck? Und wie gelingt echte Zusammenarbeit in Teams?

In drei praxisnahen Modulen stärken Sie Ihre Selbstorganisation, vertiefen Ihr Verständnis von Dynamiken im Team und entwickeln konkrete Ideen für eine wirkungsvolle, resiliente Arbeitskultur.

Begleitet durch Peergruppen, Reflexionsimpulse und eine/n Mentor/in schaffen Sie Raum für nachhaltige Veränderung – bei sich selbst und in Ihrer Organisation.



**Gemeinsam neue Wege gehen – Weitere Informationen und Online-Anmeldung unter:**

[3fo.ch/weiterbildung](https://3fo.ch/weiterbildung)



### Modul 1 – Gut organisiert und resilient durch den Arbeitsalltag

**Wie bleibe ich kraftvoll, handlungsfähig und klar im Alltag?**

Sie lernen Strategien zur Selbstorganisation, stärken Ihre Kooperationsfähigkeit und Resilienz – und schaffen sich so bewusste Spielräume.

**Seminar 1:  
Mich selbst beim Arbeiten organisieren und lenken**

10.09.2026, 14.00 Uhr bis 12.09.2026, 13.30 Uhr  
Quellhotel Bad Ramsach, Läufelfingen (mit Übernachtung)

**Seminar 2:  
Information als Erfolgsrezept in der Zusammenarbeit**

23.10.2026, 09.00 – 17.30 Uhr  
Stiftung 3FO, Solothurn

**Seminar 3:  
In der Zusammenarbeit Zäune und Mauern überwinden**

21.11.2026, 09.00 – 17.30 Uhr  
Stiftung 3FO, Solothurn



**Modulverantwortliche**

Thekla Huber-Kaiser,  
Heilpädagogin, Organisationsberatung,  
Supervision (BSO)



### Modul 2 – Dynamisch unterwegs in Gruppen und Teams

**Wie entstehen Dynamiken im Team – und wie gestalte ich sie aktiv mit?**

Sie vertiefen Ihr Verständnis für Gruppenprozesse und Rollenverteilungen, erkunden Ihre biografischen Ressourcen und stärken Ihre Konfliktfähigkeit.

**Seminar 1:  
Rein in den Prozess!**

18.03.2027, 14.00 Uhr bis 20.03.2027, 13.30 Uhr  
Quellhotel Bad Ramsach, Läufelfingen (mit Übernachtung)

**Seminar 2: Mein Lebensweg – eine Erfolgsgeschichte?!  
Wie bin ich geworden, was ich bin?**

23.04.2027, 09.00 – 17.30 Uhr  
Stiftung 3FO, Solothurn

**Seminar 3:  
Sand im Getriebe – klären und heilen**

05.06.2027, 09.00 – 17.30 Uhr  
Stiftung 3FO, Solothurn



**Modulverantwortliche**

Dr. Claudia Nounla,  
Erwachsenenpädagogin,  
Supervision (BSO/DGSv)



### Modul 3 – Zusammenarbeit neu gestalten

**Wie kann meine Arbeit wirksam, sinnstiftend und zukunftsfähig werden?**

Sie erproben neue Formen der Zusammenarbeit im Team, entdecken Führung als geteilte Aufgabe und stärken Selbstverantwortung in der Organisation.

**Seminar 1:  
Teams und Organisationen – zukunftsfähig!**

09.09.2027, 14.00 Uhr bis 11.09.2027, 13.30 Uhr  
Quellhotel Bad Ramsach, Läufelfingen (mit Übernachtung)

**Seminar 2:  
Das Gemeinwohl im Fokus**

22.10.2027, 09.00 – 17.30 Uhr  
Stiftung 3FO, Solothurn

**Seminar 3:  
Rückblick und Bilanz – und nun?**

20.11.2027, 09.00 – 17.30 Uhr  
Stiftung 3FO, Solothurn



**Modulverantwortliche**

Annette Jordan,  
Dipl.-Ing., Transformationsexpertin,  
Organisationsberatung, Supervision (BSO)