

**CoOpera Arbeitsgemeinschaft für  
assoziatives Wirtschaften**

Talweg 17  
Postfach 176  
3063 Ittigen  
T 031 921 88 22  
F 031 921 88 23  
[www.coopera.ch](http://www.coopera.ch)

Sachbearbeiter: Alain Boschung  
D +41 31 924 32 41  
alain.boschung@coopera.ch

CoOpera Beteiligungen AG, Postfach 176, 3063 Ittigen

**An die Mitglieder und Freunde der  
CoOpera Arbeitsgemeinschaft für  
assoziatives Wirtschaften**

Ittigen, 22. Februar 2018 / NS/ab

## **Einladung zur Tagung vom Freitag, 16. März 2018**

**Am 16.03.2018 ab 9:00 Uhr im Ideation Space bei Witzig The Office Company, Würzgrabenstr. 5, 8048 Zürich**

### **Gesundheit und Arbeiten**

Stress, Burn out, Präsentismus, Mobbing - wenige Stichworte deuten es an: Die Arbeitswelt ist störungsanfällig. Welche Fähigkeiten, Verhaltensweisen, Werte machen Unternehmen erfolgreich? Was fördert Leistungsfähigkeit und Zufriedenheit am Arbeitsplatz? Wofür ist der Arbeitgeber, wofür der Arbeitnehmer zuständig? Mit verschiedenen Impulsen und im Dialog soll das Thema beleuchtet werden und zu konkreten Handlungen im Unternehmen anregen.

Das Mittagessen wird von Witzig The Office Company organisiert. Der Unkostenbeitrag von CHF 20.- dafür wird vor Beginn der Tagung eingezogen.

09.00 Uhr	Eintreffen und Willkommen mit Kaffee und Gipfeli	alle
09.30 Uhr	Begrüssung	Martin Witzig
	Einführung in die neuen, flexiblen Arbeitswelten und zu den Anforderungen agiler Organisationen	
10.00 Uhr	Einführung zu Arbeit und Gesundheit	Urs Becker
10.20 Uhr	Bericht zum Forschungsprojekt Offices, Change & Health	Annina Coradi
10.40 Uhr	Pause	alle
11.00 Uhr	Workshop im Ideation Space	Annina Coradi
12.00 Uhr	Yoga als Megatrend	Urs Becker
	Yogaübungen	
12.40 Uhr	Mittagessen	alle
	Freiwilliger Walk durchs Basislager und Nachbarschaft	Annina Coradi
13.30 Uhr	Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg – ein Beitrag zu einer gesunden Unternehmenskultur?	Urs Becker
14.00 Uhr	Kurze Einführung und Vitalparcours durch die Witzig Arbeitswelten	Annina Coradi
15.00 Uhr	Pause	alle
15.15 Uhr	Konfliktkultur und Gesundheit	Urs Becker
15.45 Uhr	Abschluss	
16.00 Uhr	Ende der Veranstaltung	

**Moderation:** Annina Coradi  
**Referenten:** Martin Witzig  
Urs Becker  
Annina Coradi

<b>Die nächsten CoOpera-ARGE</b>	Freitag, 22.Juni 2018	Architekturpfad Dornach
<b>Thementage:</b>	Freitag, 24.August 2018	Ernährung und Mensch
	Freitag, 23. November 2018	Stiftung Habitat Basel & Freie Gemeinschaftsbank

**Anreise mit der Bahn**  
Über Bahnhof Altstetten oder Tram Nr. 4 ab HB Zürich

**Anreise mit dem Auto:**  
Autobahn A1, bis Parkhaus Hardturm, Zürich, von da an zu Fuss  
Wir wünschen Ihnen eine gute Fahrt!