

Donnerstag, 22. November, 11.30-13.30 Uhr
Congress Center Metalli, Zug (gegenüber Parkhotel Zug)



Zug: fit für familien

Erfolgreich zwischen Beruf und Privatleben balancieren

Workshop mit Franziska Bischof-Jäggi

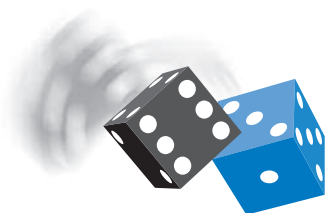
Begrüssung: Regierungsrätin Manuela Weichelt-Picard,
Direktion des Innern

Eine Veranstaltung der Kommission für die
Gleichstellung von Frau und Mann des Kantons Zug

Der Ausgleich von Arbeits- und Privatleben, von Leistungs- und Erholungsphasen lohnt sich für alle: für die Mitarbeitenden, für die Betriebe und für die Volkswirtschaft. Die Entwicklungen im Privat- und Arbeitsleben machen es zunehmend schwieriger, die Balance zu bewahren und den eigenen Ansprüchen, jenen aus dem privaten Umfeld sowie jene der Arbeitgebenden konfliktfrei zu genügen.

Work-Life-Balance ist nicht ein Produkt oder eine Ware, die man als Mitarbeiterin oder Mitarbeiter besitzt oder eben nicht. Das Gleichgewicht zwischen Beruf und Privatleben lässt sich durch verschiedene kleine Schritte verändern und fördert Leistungskraft, Gesundheit und Lebensqualität. Ein aktives Zeit- und Selbstmanagement hilft, Stress und Burnout vorzubeugen. Der Workshop zeigt praxisgerechte Methoden und Beispiele. Die Teilnehmenden erhalten vor dem Workshop den Work-Life-Balance-/Burnout-Check - ein Test zu alltagsbezogenen Verhaltens- und Erlebensmustern.

Beim anschliessenden Lunch ist Gelegenheit für Gespräche und persönlichen Austausch. Die Veranstaltung richtet sich an Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, Personalverantwortliche, Gewerkschaftsbund Zug, Angestelltenverbände und interessierte Einzelpersonen.



Zug: fit für familien



Franziska Bischof-Jäggi

Work: lic. phil. I. ist Geschäftsführerin der Familienmanagement GmbH in Zug und wurde von der IDEE-SUISSE® als «Innovative Unternehmerin 2003» ausgezeichnet. 2005 erschien ihr erstes Buch «MATCH! Warum Work-Life-Balance Erfolg bringt». **Life:** Sie ist verheiratet und Mutter von bald drei Kindern. **Balance:** Viel an der frischen Luft, Schwimmen, Radfahren, Schneesport, Musik, aktive Partnerschaft, geteilte Haushaltsführung, regelmässige Familienräte.

Anmeldung und Kosten

Kostenbeitrag Fr. 25.-, inkl. Stehlunch.

Anmeldung per E-Mail bitte bis 15. November 2007 an:

Kommission für die Gleichstellung von Frau und Mann des Kantons Zug, Hinterbergstrasse 43, 6312 Steinhausen
info.gleichstellung@di.zg.ch

Patronat

Angestelltenvereinigung Region Zug

Gewerbeverband Kanton Zug

Gewerkschaftsbund Zug

Junge Wirtschaftskammer

Staatspersonalverband des Kantons Zug

Zuger Wirtschaftskammer