



**20
26**

Trainingsprogramm
Zielgerichtet weiterbilden

Editorial

Horizonte erweitern

Liebe Leserin, lieber Leser

Unsere Weiterbildungsbrochure ist neu – mit frischem Wind im Workshop-Angebot. Im Fokus stehen deine Bedürfnisse im Geschäftsalltag und die Nachwuchsförderung. Neu gibt es zum Beispiel einen exklusiven Berufsbildnerkurs für Augenoptiker:innen.

Aus den Rückmeldungen von ASPECT 2024 haben wir drei Schwerpunkte abgeleitet: Struktur & Organisation, Team & Zusammenarbeit sowie Kommunikation & Führung. Genau dort setzen wir an – mit praxisnahen Workshops in sieben Themenfeldern, damit du die Weiterbildung findest, die du brauchst.

Wir freuen uns auf deine Anmeldung unter lookup.team93.ch und wünschen dir schon jetzt spannende Weiterbildungstage.



Herzliche Grüsse



Euer Team 93, Weiterbildungsorganisation
Monique Hablützel und Ursi Keller

Zur besseren Lesbarkeit wird in dieser Broschüre zum Teil das generische Maskulinum verwendet. Die in dieser Broschüre verwendeten Personenbezeichnungen beziehen sich – sofern nicht anders kenntlich gemacht – auf alle Geschlechter.

20 26

Februar

MO
9. **Prozesse & Organisation**
Effizienz neu gedacht
SEITE 14

MI
18. **Junge Zielgruppen begeistern**
TikTok für den Fachhandel nutzen
SEITE 22

März

MO
23. **Persönlichkeit trifft Umsatzstärke**
Authentisch verkaufen
SEITE 36

MO
30. **Führungskompass**
Führungsstil neu ausrichten
SEITE 15

MO
30. **Qualifikationsverfahren**
Mehr Sicherheit für die Abschlussprüfung
SEITE 54

April

MO
13. **Druck raus – Fokus rein**
Strategien gegen Dauerstress
SEITE 30

MO
27. **Texte schreiben mit KI**
Persönlich und professionell
SEITE 23

DO
30. **Gespräche vorbereiten mit KI**
Effektiv, wertschätzend und praxisnah
SEITE 24

Mai

MO
4. **Dein Zielnavigator**
Für Motivation und Entwicklung
SEITE 31

DO
28. **Mut zum Nein sagen**
Abgrenzung als Kompetenz zur Selbsteffizienz
SEITE 32

20 26

Juni

MO 1.	Brillenberatung neu gedacht Farbe, Stil und Persönlichkeit SEITE 37	MO 22.	Mitarbeitende gewinnen Für die Augenoptik SEITE 51
MO 8.	Führen mit Stimme Klang, Präsenz und Ausdrucksstärke stärken SEITE 38	DO 25.	Stark bleiben, wenn's drauf ankommt Emotionale Stärke für Lernende SEITE 56
ab MO 15.	ENSA: Psychische Probleme bei Jugendlichen Erkennen und handeln SEITE 55		

 Führung & Entwicklung
 Selbstmanagement

 Gesundheit
 Nachwuchsförderung

 Kommunikation
 Fachkräftemangel

 Verkauf

Juli

DO 2.	Agieren statt Reagieren Emotionale Stärke in Stressmomenten SEITE 33
----------	---

August

MO 24.	ENSA: Erste-Hilfe-Kurs Für psychische Gesundheit SEITE 44
-----------	--

2026

September

SO 6.	Freude am Kundenkontakt Grundwissen für erfolgreiche Verkaufsgespräche SEITE 57	MO 14.	Wie komplex ist Sehen? Einführung in die Funktionaloptometrie SEITE 39
MO 7.	Gesunde Führung So führst du mit Klarheit und Haltung SEITE 45	DO 24.	Vom Konflikt zum Dialog Schwierige Gespräche meistern SEITE 25

 Führung & Entwicklung
 Selbstmanagement

 Gesundheit
 Nachwuchsförderung

 Kommunikation
 Fachkräftemangel
 Verkauf

Oktober

ab SO 4.	Leadership Summit Für die Zukunft deines Unternehmens SEITE 16	SA 24.	Freude am Kundenkontakt Grundwissen für erfolgreiche Verkaufsgespräche SEITE 57
MO 19.	Erste Hilfe So handelst du im Notfall SEITE 46	ab DI 27.	ENSA: Psychische Probleme bei Jugendlichen Erkennen und handeln SEITE 59

 online

 online
DO
26.

Gute Noten ohne Stress
Für Lernende
SEITE 60

November

Individuelle Termine

Team-Vision

Gemeinsam in eine starke Zukunft

SEITE 17



Kommunikation, die verbindet

Klar, offen und wirkungsvoll im Team

SEITE 26



Leadership93

Menschen entwickeln,
Zukunft gestalten!

SEITE 18



Customer Experience Check

Kundenerlebnis messen und verbessern

SEITE 40



Reality Check

Neue Perspektiven für Optiker:innen

SEITE 41



Quereinstieg in die Augenoptik

Grundlagen für den Berufsstart

SEITE 50



Berufsbildner:innenkurs

Für die Augenoptik

SEITE 61



Inhaltsverzeichnis

- 12** Führung & Entwicklung
- 20** Kommunikation
- 28** Selbstmanagement
- 34** Verkauf
- 42** Gesundheit
- 48** Fachkräftemangel
- 52** Nachwuchsförderung
- 62** Anmeldebedingungen
- 62** Preisübersicht
- 62** Kooperation
- 63** Zertifikat
- 63** SBAO-Punkte
- 63** Veranstaltungsort

Führung & Entwicklung



MO
9.
FEB

Prozesse & Organisation

Effizienz neu gedacht

In diesem Workshop nehmen wir gemeinsam Unternehmensprozesse unter die Lupe. Ziel ist es, Strukturen zu schaffen, die Orientierung geben und Doppelspurigkeiten vermeiden, um wertvolle Zeit zu gewinnen. Mit praxisnahen Tools und Methoden aus dem Lean Management entwickelst du schlanke Prozesse, die alltagstauglich sind. So entsteht eine Basis für Unternehmen, die fast wie von selbst laufen – somit bleibt mehr Zeit für strategische Aufgaben. Das Gelernte lässt sich direkt im Tagesgeschäft anwenden.

In diesem Workshop

- erstellst du eine Prozesslandkarte und identifizierst Schlüsselprozesse.
- klärst du Verantwortlichkeiten und Rollenmodelle.
- lernst du, wiederkehrende Abläufe durch Standardisierung effizienter zu gestalten.
- erfährst du die Vorteile eines Prozess-Boards oder Prozess-Wikis.
- lernst du Tools für nachhaltige Umsetzung und Weiterentwicklung kennen.



Stefan Bischof unterstützt Unternehmen in Veränderungsprozessen und der Entwicklung zukunfts-fähiger Strukturen. Mit erprobten Methoden hat er zahlreichen Firmen dabei geholfen, echte Branchen-leader zu werden.

Aus
ASPECT²⁰

Referent	Stefan Bischof
Zielgruppe	alle Interessierten
Dauer	1 Tag in Präsenz
Ort	Hotel des Balances, Luzern
Kosten	Mitglieder: CHF 219 Nicht-Mitglieder: CHF 419
Anmeldeschluss	09.01.2026

MO
30.
MÄR

Führungskompass

Führungsstil neu ausrichten



Markus Bischof bringt über 30 Jahre Führungserfahrung und Leidenschaft für Lean Management mit. Als Autor, Coach und Speaker gibt er sein Wissen weiter, befähigt und inspiriert Führungskräfte, Veränderungen umzusetzen.

Im eintägigen Workshop entwickeln Führungs-personen ihren persönlichen Führungskompass – klar, praxisnah und zukunftsorientiert. Der Workshop umfasst moderne Führungstechniken und bewährte Grundlagen und bietet Raum für Selbstreflexion, Austausch und inspirierende Impulse. Du durchläufst vier Stufen der modernen Führung: Visionär, Ermutiger, Coach und Entscheider, und erarbeitest daraus dein individuelles Führungskonzept. Das Ergebnis des Workshops soll eine klare, authentische Führungsidentität sein, die dir Orientierung bietet und die du in die Praxis integrieren und dort festigen kannst.

In diesem Workshop

- entwickelst du ein individuelles, praxisnahes Führungskonzept.
- lernst du die vier Stufen moderner Führung kennen.
- stärkst du dein Rollenbewusstsein und deine Führungsidentität.
- trainierst du wirksame Kommunikation, aktives Zuhören und konstruktives Feedback.
- lernst du dein Team mit Vertrauen, Klarheit und Verantwortung zu führen.

Referent	Markus Bischof
Zielgruppe	Inhaber:innen und leitende Angestellte
Dauer	1 Tag in Präsenz
Ort	Hotel des Balances, Luzern
Kosten	Mitglieder: CHF 329 Nicht-Mitglieder: CHF 529
Anmeldeschluss	03.02.2026



SO/MO
4.
5.
OKT

Leadership Summit

Für die Zukunft deines Unternehmens



In diesem Workshop erhältst du Inspiration, Austausch und richtungsweisende Impulse, um dein Unternehmen auf das nächste Level zu bringen. Du verbringst zwei Tage in einzigartiger Umgebung – weg vom Alltag, hoch hinaus auf dem Gipfel eines Berges.

Dich erwarten abwechslungsreiche Sessions mit Networking-Gelegenheiten, ein exklusiver Firmenbesuch sowie Raum, um gemeinsam mit anderen Teilnehmenden Entwicklungsmöglichkeiten für dein Unternehmen zu erarbeiten.

In diesem Workshop

- lernst du die wichtigsten Themen der Unternehmensentwicklung wie Strategie, Leadership, Trends und Digitalisierung.
- lernst du Zukunftsimpulse wie Metatrends und neue Technologien kennen, die die Arbeitswelt verändern.
- erhältst du beim Firmenbesuch einen exklusiven Einblick in ein führendes Unternehmen und lernst auch branchenübergreifende Herausforderungen kennen.
- lernst du Entwicklungspotenziale und Möglichkeiten, wie man sich ausrichten kann.
- baust du dir ein Netzwerk auf, das nach dem Workshop weiter besteht.

Referenten

Stefan Bischof und
Markus Bischof

Zielgruppe

Inhaber:innen und
leitende Angestellte
(branchenübergreifend)

Dauer

2 Tage in Präsenz

Ort

noch offen

Kosten

CHF 1970

Anmeldeschluss

04.09.2026



Team-Vision

Gemeinsam in eine starke Zukunft



Dieser zweitägige Workshop richtet sich an Teams, die sich neu ausrichten, Veränderungen meistern oder ihr volles Potenzial entfalten möchten. Der Workshop findet direkt bei euch im Geschäft statt. Gemeinsam mit unseren Profis entwickelt ihr ein Teamleitbild, das auf euch zugeschnitten ist. Mit interaktiven Formaten und praxisnahen Übungen stärkst du das gegenseitige Verständnis und Vertrauen im Team. So legst du den Grundstein für eine Kultur, die von Offenheit, Eigenverantwortung und Motivation geprägt ist.

In diesem Workshop

- entwickelst du gemeinsam mit deinem Team eine inspirierende Team-Vision und erstellt ein Teamleitbild.
- definierst du messbare Teamziele.
- reflektierst du Teamwerte und übst Vertrauen, Offenheit und Eigenverantwortung.
- stärkst du zusammen mit deinem Team eure Feedbackkultur.

Referent

Markus Bischof

Zielgruppe

ganzes Team

Dauer

6 Stunden, 9 bis 15 Uhr

Ort

Vor Ort in deinem Geschäft

Kosten

CHF 2500



Leadership93

Menschen entwickeln, Zukunft gestalten!



Dieser interne Workshop gibt eine Anleitung darin, gemeinsam Potentiale zu erkennen, persönliche Entwicklungen zu ermöglichen und als Team eine erfolgreiche Zukunft für das Unternehmen zu gestalten.

Zum Einsatz kommt das neu entwickelte Persönlichkeitsprofil Insight93, mit dessen Hilfe die Stärken der Teammitglieder und die des gesamten Teams ermittelt werden können. Diese Profile ermöglichen eine spezifische Umsetzung des Führungshandbuchs Leadership93, in dessen Mittelpunkt die stetige Entwicklung von vier zentralen Kompetenzen steht.

In diesem Workshop

- erhalten alle Beteiligten im Vorfeld die Möglichkeit einer Teilnahme an Insight93
- die Auswertungen, persönliche Profile und das Teamprofil werden gemeinsam besprochen und Handlungsanleitungen für die Organisation deines Unternehmens abgeleitet.
- die Auswertungen bilden darüberhinaus die Grundlage für die Definition einer spezifischen Führungsarbeit in deinem Unternehmen.
- angeleitet und moderiert erarbeitest du eine solide Grundlage für strukturierte Entwicklungsgespräche und führst diese auch exemplarisch durch

Dr. Ruth Beilharz aus Lindau begleitet Organisationen, Führungskräfte und Teams in Veränderungsprozessen mit interdisziplinärem Wissen, partizipativen Ansätzen und Vertrauen in Menschen und ihre Potenziale.

«Lernen ist wie Rudern gegen den Strom. Hört man damit auf, treibt man zurück.»

Laozi

Referentin	Dr. Ruth Beilharz
Zielgruppe	Inhaber:innen
Dauer	je nach Bedarf
Ort	Vor Ort in deinem Geschäft
Kosten	CHF 220 pro Stunde exkl. Reisekosten

Kommunikation



MI
18.
FEB



Junge Zielgruppen begeistern TikTok für den Fachhandel nutzen

TikTok ist die App der jungen Generation. Die App hat über eine Milliarde Nutzer:innen weltweit, wächst auch in der Schweiz rasant und erreicht inzwischen auch ältere Zielgruppen. In diesem praxisnahen Workshop lernst du, wie dein Unternehmen TikTok als Marketingkanal nutzen kann, um neue Zielgruppen zu erreichen, Markenbekanntheit aufzubauen und kreative Inhalte zu entwickeln, die zu der Plattform passen und performen.

In diesem Workshop

- erhältst du eine Grundlage, um auf TikTok professionell durchzustarten.
- lernst du, wie du auf TikTok die junge Zielgruppe ansprichst.
- erfährst du alles rund um das optimale Profil, Hashtags, Einsatz von Musik und mehr.
- setzt du das Gelernte mit praktischen Beispielen um.



Daniel Hünebeck bringt über 20 Jahre Erfahrung im Digitalen Marketing mit, ist erfahrener Dozent an verschiedenen Hochschulen, «Digital Marketer of the Year» 2015, Buchautor und engagierter Advisor in Branchenverbänden.

MO
27.
APR



Texte schreiben mit KI Persönlich und professionell

Ob Newsletter, Einladung zum Brillen-Check oder tägliche Kundenkommunikation per E-Mail: Mit KI geht das Texten schneller und einfacher – vorausgesetzt, man weiss, worauf zu achten ist. In diesem Workshop lernst du, wie du ChatGPT & Co. gezielt einsetzt, um Texte zu schreiben, die nicht generisch sind. Mit praxisnahen Beispielen aus dem Berufsalltag lernst du, wie du die Stärken von ChatGPT ausschöpfst und mit cleveren Prompts frische Ideen und Formulierungen entwickelst, die zu deiner Unternehmenssprache passen.

In diesem Workshop

- erfährst du Chancen und Stolperfallen beim Schreiben mit KI.
- lernst du relevante Einstellungen in ChatGPT.
- lernst du, wie du die Unternehmenssprache abbilden kannst.
- übst du optimale Prompting-Techniken.
- lernst du ChatGPT als Inspirationsquelle zu nutzen.

online

Referent	Daniel Hünebeck
Zielgruppe	alle Interessierten
Dauer	2 Stunden online, 11 bis 13 Uhr
Kosten	Mitglieder: CHF 220 Nicht-Mitglieder: CHF 240
Anmeldeschluss	18.01.2026



Andrea Kern ist Korrespondenz-Expertin, Texterin und zertifizierte AI-Writerin. Sie schreibt für renommierte Magazine, hält Seminare und zeigt, wie KI zum smarten Schreib-Assistenten wird.

Referentin	Andrea Kern
Zielgruppe	alle Interessierten
Dauer	1 Tag in Präsenz
Ort	Geschäftsstelle Team 93, Frauenfeld
Kosten	Mitglieder: CHF 319 Nicht-Mitglieder: CHF 419
Anmeldeschluss	27.03.2026

DO
30.
APR



Gespräche vorbereiten mit KI

Effektiv, wertschätzend und praxisnah

Künstliche Intelligenz (KI) ist längst im Berufsalltag angekommen – und das nicht nur in technischen Bereichen. Auch bei zwischenmenschlichen Herausforderungen, wie in der Kommunikation, kann KI als Unterstützung dienen.

In diesem Workshop lernst du, wie du KI gezielt einsetzen kannst, um schwierige Gesprächssituationen zu meistern. Du arbeitest mit realen Beispielen aus dem Berufsalltag und entwickelst Strategien für anspruchsvolle Gesprächssituationen. Du erhältst zudem Zugriff auf einen Kommunikations-GPT, mit dem du dich auch nach dem Workshop optimal auf künftige Gespräche in der Praxis vorbereiten kannst.

In diesem Workshop

- lernst du strukturierte Gesprächsvorbereitung mit KI.
- übst du realitätsnahe Gespräche im Advanced Voice Modus von ChatGPT.
- erarbeitest du wertschätzende Gesprächseröffnungsmöglichkeiten und Gesprächsziele.
- bekommst du konkrete Vorgehensweisen und Umsetzungsschritte an die Hand für bevorstehende Gespräche wie Feedbackgespräch, Konfliktklärung oder strategische Verhandlung.

online

Referentin	Erica Sauta
Zielgruppe	alle Interessierten
Dauer	2 Stunden online, 8 bis 10 Uhr
Kosten	Mitglieder: CHF 120 Nicht-Mitglieder: CHF 240
Anmeldeschluss	30.03.2026

DO
24.
SEP



Vom Konflikt zum Dialog

Schwierige Gespräche meistern

Wo Menschen zusammenarbeiten, treffen unterschiedliche Persönlichkeiten, Meinungen und Interessen aufeinander. Werden Konflikte jedoch nicht angesprochen, rauben sie Energie und können sich negativ auf das Arbeitsklima sowie die individuelle Leistungsfähigkeit auswirken. Schlimmstenfalls können sie sogar zu Krankheitsausfällen oder Kündigungen führen. In diesem praxisnahen Workshop lernst du, Konflikte frühzeitig zu erkennen, professionell anzugehen und Lösungen zu finden. Anhand eines Praxisbeispiels entwickelst du ein Verständnis für die Entstehung von Konflikten und übst die fünf Phasen eines Konfliktgesprächs, die du im Arbeitsalltag bei schwierigen Gesprächssituationen zur Hand hast.

In diesem Workshop

- verstehst du, wie Konflikte entstehen – und wie du dieses Wissen für die Konfliktlösung nutzt.
- lernst du, Konfliktgespräche gezielt vorzubereiten und erkennst deren Wichtigkeit.
- erarbeitest du die fünf Phasen eines Konfliktgesprächs und wendest diese direkt an.
- reflektierst du Do's and Don'ts im Konfliktmanagement.
- stärkst du deine Haltung und Rolle als vermittelnde Person.

online

Referentin	Melanie Dekker
Zielgruppe	Inhaber:innen und leitende Angestellte
Dauer	2 Stunden online, 8 bis 10 Uhr
Kosten	Mitglieder: CHF 120 Nicht-Mitglieder: CHF 240
Anmeldeschluss	24.08.2026



Kommunikation, die verbindet

Klar, offen und wirkungsvoll im Team



Worte können über Erfolg oder Stillstand entscheiden. In diesem Workshop tauchst du in die Kraft klarer und wertschätzender Kommunikation ein. Ziel ist es, gemeinsam mit deinem Team eine Kommunikationsbasis zu schaffen, die Missverständnisse reduziert, den Umgang miteinander stärkt und eine offene Feedbackkultur ermöglicht. Der Fokus des Workshops liegt auf praxisnahen Übungen, Reflexion und Raum zur Anwendung – für mehr Wirkung im Alltag.

In diesem Workshop

- lernst du Kommunikationsbarrieren zu erkennen und zu lösen.
- übst du, konstruktives Feedback zu geben und zu empfangen.
- eignest du dir Gesprächstechniken für schwierige Situationen an.
- setzt du das Gelernte direkt in Rollenspielen und Übungen um.

Stefan Bischof unterstützt Unternehmen in Veränderungsprozessen und der Entwicklung zukunfts-fähiger Strukturen. Mit erprobten Methoden hat er zahlreichen Firmen dabei geholfen, echte Branchen-leader zu werden.

**«Ich habe keine besonderen Talente.
Ich bin nur leidenschaftlich neugierig.»**

Albert Einstein

Aus
ASPECT²⁰₂₅

Referent	Stefan Bischof
Zielgruppe	ganzes Team
Dauer	6 Stunden, 9 bis 15 Uhr
Ort	Vor Ort in deinem Geschäft
Kosten	CHF 2500

Selbstmanagement



MO
13.
APR

Druck raus – Fokus rein

Strategien gegen Dauerstress



Unterbesetzung, Fachkräftemangel und konstant hohe Kundenerwartungen setzen Teams in Optikerbetrieben regelmäßig unter Druck. In diesem kompakten Workshop lernst du, Stress besser zu verstehen, Signale frühzeitig wahrzunehmen und souverän gegenzusteuern. Gemeinsam entwickeln wir ein praxisnahes Verständnis von Stress: Was löst ihn aus? Wie kannst du im Moment reagieren? Und welche Strategien helfen dir und deinem Team langfristig? Ziel ist es, mehr Klarheit, Gelassenheit und Sicherheit im Umgang mit stressbelasteten Situationen zu gewinnen – mit spürbarer Wirkung.

In diesem Workshop

- verstehst du, wie Stress entsteht und welche Arten von Stress gefährlich werden können.
- erkennst du typische Stressauslöser im Arbeitsalltag und identifizierst eigene Stress-Signale.
- entwickelst du ein praxisnahes Verständnis von Stress, damit du Signale früh erkennst, gegensteuerst und lernst, konstruktiv im Team damit umzugehen.
- lernst du acht einfache Tools für Stressmomente kennen – von der Atemtechnik bis zum «Mini-Reset».
- erhältst du einen einfachen Leitfaden zur Selbstregulation: Was tun, wenn's brennt?

Referentin	Raphaela von Rohr
Zielgruppe	alle Interessierten
Dauer	1 Tag in Präsenz
Ort	Hotel des Balances, Luzern
Kosten	Mitglieder: CHF 219 Nicht-Mitglieder: CHF 419
Anmeldeschluss	13.03.2026

MO
4.
MAI

Dein Zielnavigator

Für Motivation und Entwicklung



Wirklich wirksam wird ein Unternehmen erst, wenn alle wissen, wofür sie am Morgen aufstehen. In diesem Workshop gewinnst du Klarheit über deine persönlichen und unternehmerischen Ziele. Gemeinsam mit deinem Team identifizierst du deine inneren Antreiber, erkennst Blockaden und entwickelst neue Energie.

Der Zielnavigator unterstützt dich dabei. Die Erfahrungen aus diesem Workshop helfen dir, deine individuellen Stärken sichtbar zu machen und sie gezielt in den Alltag zu integrieren.

In diesem Workshop

- erkennst du deine persönlichen Zielbilder.
- erkennst du innere Blockaden.
- entwickelst du konkrete Handlungsschritte mit dem Zielnavigator.
- richtest du dein Team auf gemeinsame Entwicklung aus.
- festigst du deine Ziele durch praxisnahe Übungen.

Aus  ²⁰

Referent	Stefan Bischof
Zielgruppe	alle Interessierten
Dauer	1 Tag in Präsenz
Ort	Hotel des Balances, Luzern
Kosten	Mitglieder: CHF 219 Nicht-Mitglieder: CHF 419
Anmeldeschluss	04.04.2026

DO
28.
MAI

Mut zum Nein sagen

Abgrenzung als Kompetenz zur Selbsteffizienz



Oftmals übernehmen wir Verpflichtungen, obwohl die eigenen Kapazitäten längst erschöpft sind, sei es aus Rücksichtnahme oder um Konflikte zu vermeiden. Unsere eigenen Bedürfnisse und Prioritäten aus dem Blick zu verlieren, können negative Gefühle wie Überforderung, Anspannung und das Gefühl, es allen recht machen zu müssen, zur Folge haben.

In diesem Workshop lernst du, gesunde Grenzen zu setzen und «Nein» zu sagen – respektvoll, klar und ohne Schuldgefühle. Du stärkst dein Selbstvertrauen, schaffst Freiraum für deine eigenen Bedürfnisse und lernst gleichzeitig den Respekt anderer zu gewinnen. Mit praktischen Tools und Methoden entwickelst du Strategien, wie du Prioritäten setzen und langfristig eine Balance zwischen beruflichen Anforderungen und persönlichem Wohlbefinden herstellen kannst.

In diesem Workshop

- reflektierst du die Folgen fehlender Abgrenzung und erkennst deine persönlichen Bedürfnisse.
- lernst du, Prioritäten klar zu setzen und für diese einzustehen.
- entwickelst du Strategien, um respektvoll, aber bestimmt Nein zu sagen.
- stärkst du dein Selbstvertrauen und förderst deine Selbstachtung.
- schaffst du eine gesunde Balance zwischen Anforderungen und eigenem Wohlbefinden.

online

Referent	Mathias Steffen
Zielgruppe	alle Interessierten
Dauer	2 Stunden online, 8 bis 10 Uhr
Kosten	Mitglieder: CHF 120 Nicht-Mitglieder: CHF 240
Anmeldeschluss	28.04.2026

DO
2.
JUL

Agieren statt Reagieren

Emotionale Stärke in Stressmomenten



Druck, Stress, heikle Situationen – entscheidend ist, ob du steuerst oder gesteuert wirst. In diesem Workshop lernst du, wie du in entscheidenden Momenten die Kontrolle behältst: Emotionen verstehen, einen klaren Kopf bewahren und bewusst handeln. Du lernst, wie du dich selbst besser wahrnimmst, präsent bleibst und klar kommunizierst – im Job wie auch im Alltag.

In diesem Workshop

- lernst du, deine Emotionen zu verstehen und konstruktiv zu nutzen.
- lernst du, unter Druck Ruhe und Übersicht zu bewahren.
- trainierst du, bewusst zu handeln statt nur zu reagieren.
- stärkst du deine Präsenz in herausfordernden Momenten.

Daniela Boxler verfügt über langjährige Führungserfahrung und einen Master in Leadership und interkultureller Kommunikation. Als Trainerin und Coach begleitet sie Menschen dabei, ihr Potenzial zu entfalten und Lösungen zu entwickeln.

online

Referentin	Daniela Boxler
Zielgruppe	alle Interessierten
Dauer	2 Stunden online, 8 bis 10 Uhr
Kosten	Mitglieder: CHF 120 Nicht-Mitglieder: CHF 240
Anmeldeschluss	02.06.2026



«Finde es super, dass auch fachliche Themen behandelt werden, es macht Spass über den Tellerrand zu schauen.»

Stimme aus dem Workshop «Wie komplex kann Sehen sein» bei Roger Borer

MO
23.
MÄR



Persönlichkeit trifft Umsatzstärke Authentisch verkaufen

Die Optikbranche steht vor grossen Veränderungen: Fachkräftemangel, steigende Kundenerwartungen und sinkende Brillenverkäufe fordern die Geschäfte heraus – und eröffnen zugleich neue Chancen. In diesem Workshop lernst du, wie du deine Persönlichkeit gezielt einsetzt, um Vertrauen aufzubauen, Preisstabilität zu sichern und Kund:innen langfristig zu binden.

Besonders spannend: Wir schauen über die Optikbranche hinaus und lassen uns von Best Practices anderer Branchen inspirieren. So erhältst du frische Impulse, die dir echte Wettbewerbsvorteile verschaffen.

In diesem Workshop

- setzt du deine Persönlichkeit ein, um Vertrauen aufzubauen und Kund:innen zu gewinnen.
- lernst du Preisgespräche souverän zu führen.
- gewinnst du frische Ideen aus den Best Practices anderer Branchen, die sich in deinen Alltag übertragen lassen.
- erkennst du Augengesundheit, Myopie-Management und Kontaktlinsen als Wachstumsfelder.

Referent	Markus Wasner
Zielgruppe	alle Interessierten
Dauer	1 Tag in Präsenz
Ort	Hotel des Balances, Luzern
Kosten	Mitglieder: CHF 219 Nicht-Mitglieder: CHF 419
Anmeldeschluss	23.02.2026



Markus Wasner ist seit über 20 Jahren im Verkauf tätig und bringt Erfahrung in Pharma, Medizintechnik sowie Tech mit. In seinen praxisnahen Trainings unterstützt er Teams und Führungskräfte dabei, ihre Wirkung zu steigern und nachhaltig erfolgreich zu sein.

MO
1.
JUN



Brillenberatung neu gedacht Farbe, Stil und Persönlichkeit

Brillen sind heute weit mehr als nur Sehhilfen – sie sind Ausdruck, Stil-Element und Persönlichkeit in einem. In diesem Workshop erfährst du, wie du mit einem ganzheitlichen Blick auf Farbe, Stil und Persönlichkeit deine Beratung revolutionieren kannst. Du lernst Farbtypen zu erkennen, individuelle Stilwelten zu entschlüsseln und mit diesem Know-how Brillenmodelle zu empfehlen, die deine Kund:innen nicht nur sehen, sondern fühlen lassen.

In diesem Workshop

- lernst du verschiedene Farbtypen und verstehst, wie Farben die Ausstrahlung deiner Kund:innen beeinflussen.
- lernst du, Stiltypen gezielt zu analysieren und in die Beratung zu integrieren.
- erfasst du die Persönlichkeit und den individuellen Stil der Kund:innen ganzheitlich.
- lernst du, Brillenmodelle typgerecht und passgenau zur Gesichtsform sowie zum Stil- und Farbtyp auszuwählen.



Milena Kyburz lernte an der STF das Schneiderhandwerk und lancierte 2019 ihre erste Blusenkollektion. Als Stylistin und Farbcoach vermittelt sie die Freude an Mode und bringt die Wirkung und Kraft von Farben näher.

Referentin	Milena Kyburz
Zielgruppe	alle Interessierten
Dauer	4 Stunden in Präsenz, 9 bis 13 Uhr, mit anschliessendem Mittagessen
Ort	Hotel des Balances, Luzern
Kosten	Mitglieder: CHF 219 Nicht-Mitglieder: CHF 419
Anmeldeschluss	01.05.2026

MO
8.
JUN



Führen mit Stimme

Klang, Präsenz und Ausdruckskraft stärken



Ob leise, monoton, hastig oder mit verschluckten Silben: Die Stimme ist ein Schlüsselreiz, der in Sekunden entscheidet, ob Menschen zuhören oder abschalten. Für Personen im Verkauf ist die Stimme ein zentrales Werkzeug, um glaubwürdig, authentisch und wirksam aufzutreten.

In diesem Workshop lernst du, deine Stimme bewusst einzusetzen, um in Verkaufsgesprächen zu überzeugen und zu motivieren. Du entdeckst deine persönlichen stimmlichen Möglichkeiten, erfährst, wie Stimme auf andere wirkt, und trainierst Techniken, um Klang, Präsenz und Ausdruckskraft gezielt zu stärken. Damit deine Botschaften gehört werden – authentisch, stimmig, wirksam.

In diesem Workshop

- erkennst du die Wirkung deiner Stimme und lernst, wie sie deine Glaubwürdigkeit beeinflusst.
- lernst du, deine Stimme bewusst einzusetzen, um zu motivieren, zu überzeugen und Orientierung zu geben.
- trainierst du deine stimmlichen Möglichkeiten für eine wirksame Gesprächsführung, auch in anspruchsvollen Kommunikationssituationen.
- erfährst du, wie Stimme Stimmung schafft und damit das Arbeitsklima positiv beeinflussen kann.

Referentin	Ingrid Amon
Zielgruppe	alle Interessierten
Dauer	1 Tag in Präsenz
Ort	Geschäftsstelle Team 93, Frauenfeld
Kosten	Mitglieder: CHF 219 Nicht-Mitglieder: CHF 419
Anmeldeschluss	08.05.2026
Speziell	Mit Stimmanalyse

MO
14.
SEP



Wie komplex ist Sehen?

Einführung in die Funktionaloptometrie



Sehen ist mehr als nur scharf sehen. Viele Menschen leiden unter Sehstress oder schwer einzuordnenden visuellen Wahrnehmungsstörungen. Häufig liegt die Ursache im binokularen Sehen oder in einem gestörten Akkommodations- und Vergenzsystem. Auch Unverträglichkeiten von Brillen oder Kontaktlinsen haben ihren Ursprung oft im funktionellen Bereich.

In diesem Workshop erhältst du einen ganzheitlichen Blick auf das Sehen und lernst, wie unterschiedliche Körpersysteme das Sehen beeinflussen. Mit zusätzlichen Funktionstests und interdisziplinären Ansätzen lernst du, neue Lösungen für deine Kund:innen zu finden – und kannst so auch bei komplexen Fällen kompetent beraten und unterstützen.

In diesem Workshop

- lernst du zusätzliche Funktionstests kennen, um das Sehen besser zu verstehen.
- setzt du die physiologischen Zusammenhänge des Sehens in einen grösseren Kontext.
- lernst du funktionelle Lösungen für Kund:innen mit komplexen Sehproblemen.
- gewinnst du einen neuen Blickwinkel auf deine bisherigen optometrischen Tests und Lösungen.

Referent	Roger Borner
Zielgruppe	alle Interessierten
Dauer	1 Tag in Präsenz
Ort	Hotel des Balances, Luzern
Kosten	Mitglieder: CHF 219 Nicht-Mitglieder: CHF 419
Anmeldeschluss	14.08.2026



Verkauf



Customer Experience Check

Kundenerlebnis messen und verbessern



Michael Kolp ist Geschäftsführer von Customer Experience Experts (CEE). Das Unternehmen mit einer langjährigen Erfahrung in der Optikerbranche macht Kundenerlebnisse messbar und liefert wertvolle Hinweise, um sich via Beratungsqualität und Kundenorientierung im kompetitiven Umfeld behaupten zu können.

Im kompetitiven Umfeld der Augenoptik ist das Kundenerlebnis der entscheidende Erfolgsfaktor. Die Customer Experience Checks bieten dir eine objektive Aussenperspektive auf die Beratungsqualität deines Geschäfts – praxisnah, datenbasiert und mit wertvollen Hinweisen, wie du dich gegenüber den Mitbewerbern profilieren kannst.

Geschulte Testpersonen bewerten reale Beratungssituationen in deinem Geschäft und erheben emotionale Kontaktpunkte. Auf dieser Basis erhältst du einen individuellen Ergebnisbericht mit konkreten Stärken, Potenzialfeldern und, auf Wunsch, ein persönliches Feedbackgespräch.

Mit diesem Customer Experience Check

- erfährst du, wie Kund:innen dein Geschäft und deine Beratung tatsächlich wahrnehmen.
- erkennst du, wie du die grössten Potenziale entlang der Customer Journey erschliessen kannst.
- lernst du Kundenbindung und Empfehlungsbereitschaft messbar zu erhöhen.
- erhältst du konkrete Hinweise, wie du deine Mitarbeitenden zielgerichtet weiterentwickeln kannst.
- lernst du, über Differenzierung begeisterte Kundenerlebnisse zu schaffen.

Referent	Michael Kolp
Zielgruppe	Inhaber:innen, leitende Angestellte und Qualitätsverantwortliche
Dauer	nach Absprache
Ort	Vor Ort in deinem Geschäft
Kosten	1 CX-Check: CHF 249/Check* 4 CX-Checks: CHF 219/Check* * bei mindestens 50 Checks über die Gruppe
Anmeldeschluss	30.04.2026



Verkauf



Reality Check

Neue Perspektiven für Optiker:innen



Bernd Hörenz ist Coach, Trainer und Speaker mit über 25 Jahren Erfahrung in der Augenoptik. Er begleitet Inhaber:innen und Teams direkt im Geschäft und zeigt praxisnah, wie Verkauf mit Körpersprache und Kommunikation wirksam und persönlich wird.

Im Alltag als Augenoptiker:in bist du ständig im Einsatz – für Kund:innen und dein Team. Oft bleibt wenig Raum, dein Geschäft von aussen zu betrachten. Genau hier setzt der Reality Check an: Bernd Hörenz ist einen halben Tag vor Ort, beobachtet Geschäft, Team und Kundenkontakt mit einem unvoreingenommenen Blick und ergänzt seinen Eindruck durch die Analyse deiner Online-Präsenz. Daraus resultiert ein ehrliches, umsetzbares Feedback – mit geringem Aufwand und grosser Wirkung für dich und dein Geschäft.

In diesem Workshop

- erfährst du, wie dein Geschäft von aussen wirkt.
- erhältst du konkrete Anregungen für Verkauf, Team und Auftritt nach aussen.
- entdeckst du Optimierungsvorschläge, die Wirkung zeigen.
- entscheidest du, ob und wie du eine erweiterte Zusammenarbeit nutzen möchtest.

Referent	Bernd Hörenz
Zielgruppe	Inhaber:innen
Dauer	½ Tag in Präsenz
Ort	Vor Ort in deinem Geschäft
Kosten	CHF 500 (inkl. 1-2 Stunden Feedbackgespräch) exkl. Reisekosten





24./26./31.
AUG **ENSA: Erste-Hilfe-Kurs**

2./7./9./11.
SEP Für psychische Gesundheit

In diesem Workshop lernst du, psychische Probleme früh zu erkennen, feinfühlig anzusprechen und Betroffene zu unterstützen. Du erhältst Grundlagenwissen zu häufigen psychischen Erkrankungen und Krisen, trainierst Kommunikation für sensible Situationen und gewinnst Sicherheit, auch in akuten Momenten angemessen zu reagieren. Nach Abschluss wirst du als Ersthelfer:in für psychische Gesundheit (Pro Mente Sana) zertifiziert.

In diesem Workshop

- lernst du die Grundlagen psychischer Krankheiten in der Schweiz.
- lernst du, unterschiedliche Störungsbilder grob zu erkennen und wirksam Unterstützung anzubieten.
- übst du in Kommunikationstrainings eine feinfühlige Kommunikation.
- lernst du den 5-Schritte-Plan ROGER kennen.
- wirst du befähigt, bei psychischen Herausforderungen erste Hilfe zu leisten.

online

Referentin	Teresa Mele
Zielgruppe	alle Interessierten, exkl. Lernende
Dauer	7 × 2 Stunden online, 11 bis 13 Uhr
Kosten	CHF 380
Anmeldeschluss	24.07.2026



MO
7.
SEP

Gesunde Führung

So führst du mit Klarheit und Haltung



Teresa Mele ist Expertin und Gründerin von MELE Consulting. Sie begleitet Unternehmen in Entwicklungen, lehrt an der FH Graubünden und engagiert sich als ENSA-Partnerin für psychische Gesundheit.

Gesunde Führung beginnt nicht mit neuen Tools, sondern bei dir selbst mit innerer Klarheit. Sie zeigt sich in deiner Haltung, in deiner Kommunikation und darin, ob es dir gelingt, Mitarbeitende für ein gemeinsames Ziel zu gewinnen.

Im Rahmen dieses Workshops reflektierst du deine Rolle als Führungskraft und erhältst konkrete Impulse für einen gesunden, klaren und motivierenden Führungsstil – gerade in fordernden Zeiten. Der Workshop richtet sich an Personen, die nicht nur führen, sondern gestalten wollen – mit Freude, Haltung und Wirkung.

In diesem Workshop

- stärkst du deine Rolle als Führungskraft: klar, präsent, authentisch.
- lernst du, dich selbst zu führen, anstatt im Funktionsmodus zu bleiben.
- erfährst du, wie du die Mitarbeitenden mitnehmen kannst – auch bei Widerstand.
- lernst du die Motivation, Beteiligung und Begeisterung im Team zu fördern.
- erhältst du neue Impulse für eine Unternehmenskultur, die Sinn, Freude und Leistung verbindet.



Christel Zeyssig verfügt über 25 Jahre Führungserfahrung und begleitet seit über zehn Jahren Menschen und Unternehmen in Veränderungsprozessen – mit Fokus auf gesunde Führung, mentale Stärke und berufliche Souveränität.

Referentin	Christel Zeyssig
Zielgruppe	Inhaber:innen und leitende Angestellte
Dauer	1 Tag in Präsenz
Ort	Hotel des Balances, Luzern
Kosten	Mitglieder: CHF 329 Nicht-Mitglieder: CHF 529
Anmeldeschluss	07.08.2026

MO
19.
OKT

Erste Hilfe

So handelst du im Notfall



Jede und jeder von uns kann in eine Notfallsituation geraten. Umso wichtiger ist es, vorbereitet zu sein und sicher handeln zu können. In diesem Erste-Hilfe-Kurs lernst du von Profis, wie du in kritischen Momenten richtig reagierst und Leben rettest. Du übst praxisnah Szenarien, die dir im Alltag begegnen können, und wendest dein Wissen direkt an. So gewinnst du Sicherheit, um im Ernstfall ruhig zu bleiben und zu helfen. Neben den wichtigsten Notfällen trainierst du Abläufe, die du im Betrieb wie auch privat anwenden kannst.

Ausbildete Rettungssanitäter:innen:
Dipl. Fachpersonen aus Rettungsdienst,
klinischer Notfall- oder Intensivmedizin
(NDS) HF, Erwachsenenbildner

In diesem Workshop

- übst du verschiedene Notfallsituationen – von Kreislaufstillstand über Schlaganfall bis Atemnot.
- lernst du, wie du in den ersten Minuten entscheidend helfen kannst.
- setzt du das Gelernte direkt in realitätsnahen Szenarien um.
- stärkst du dein Selbstvertrauen, um im Ernstfall klar und ruhig zu handeln.

Referent/ Referentin	Ausbildete Rettungssanitäter:innen
Zielgruppe	alle Interessierten
Dauer	½ Tag in Präsenz, 8.30 bis 12 Uhr oder 13.30 bis 17 Uhr
Ort	SIRMED AG, Nottwil
Kosten	Mitglieder: CHF 219 Nicht-Mitglieder: CHF 419
Anmeldeschluss	19.09.2026

Fachkräftemangel





Quereinstieg in die Augenoptik

Grundlagen für den Berufsstart

In diesem Workshop wirst du fit für den Arbeitsalltag im augenoptischen Umfeld. Im Geschäft von Martina Bloch übst du in einem realen Umfeld und erlebst praxisnahe Verkaufssituationen. Ergänzend vertiefst du deine Kompetenzen mit fiktiven Kund:innen, um Verkaufsgespräche gezielt zu trainieren und sicherer zu werden.

In diesem Workshop

- lernst du, Verkaufsgespräche selbstständig und überzeugend zu führen.
- gewinnst du Sicherheit bei Glasempfehlungen und im Umgang mit Preislisten.
- trainierst du, alltägliche Situationen souverän zu meistern.
- stärkst du dein Fachwissen und die Zusammenarbeit im Team.



Martina Bloch, Inhaberin und Mitglied bei Team 93, ist eidg. dipl. Augenoptikerin, SehCoach und Funktionaloptometristin. Als Coach und Trainerin begleitet sie Menschen dabei, ihre Potenziale gezielt zu entfalten.

Referentin	Martina Bloch
Zielgruppe	Quereinsteiger:innen
Dauer	4 Tage in Präsenz: 2 nachfolgende Tage an 2 Wochenenden Termin wird festgelegt, sobald die erforderliche Teilnehmerzahl erreicht ist.
Ort	Optik Bloch AG, Schulstrasse 2, 4436 Oberdorf BL
Kosten	Mitglieder: CHF 1400 Nicht-Mitglieder: CHF 2030

MO
22.
JUN

Mitarbeitende gewinnen

Für die Augenoptik



Michael Frühauf ist Experte für Employer Branding und Employee Experience an der ZHAW. Er begleitet seit über acht Jahren Unternehmen dabei, Arbeitsplätze zu schaffen, an denen Menschen gerne arbeiten – und bleiben.

Warum sollte jemand bei dir arbeiten – und nicht woanders? In der Augenoptik sind fachlich kompetente und menschlich passende Mitarbeitende Gold wert für dein Team und deine Kundenschaft. Doch häufig bleiben gute Bewerbungen aus oder passen nicht wirklich.

In diesem Workshop lernst du, wie du deinen Betrieb als attraktiven Arbeitgeber positionierst, die richtigen Bewerber:innen gezielt ansprichst und wie es dir gelingt, dass neue Mitarbeitende langfristig bleiben. Anhand von praxisnahen Beispielen lernst du, deinen Bewerbungs- und Einarbeitungsprozess zu verbessern und weisst danach, wie du dich als Arbeitgeber positionierst.

In diesem Workshop

- erfährst du, was erfolgreiche Arbeitgeber ausmacht.
- klärst du, was deinen Betrieb als Arbeitgeber besonders macht.
- lernst du, wie du gezielt passende Bewerber:innen ansprichst.
- lernst du, wie Arbeitgeber langfristig überzeugen.
- lernst du deine Bewerbungs- und Einarbeitungsprozesse zu verbessern.

Referent	Michael Frühauf
Zielgruppe	Inhaber:innen und leitende Angestellte
Dauer	4 Stunden in Präsenz, 9 bis 13 Uhr, mit anschliessendem Mittagessen
Ort	Hotel des Balances, Luzern
Kosten	Mitglieder: CHF 329 Nicht-Mitglieder: CHF 529
Anmeldeschluss	22.05.2026

Nachwuchsförderung



**«Die Übungsgespräche und
Fachtipps sowie das Feedback der
Experten waren sehr hilfreich.»**

Stimme aus dem Workshop «Qualifikationsverfahren»



MO
30.
MÄR

Qualifikationsverfahren

Mehr Sicherheit für die Abschlussprüfung



Unter der Leitung von Gabor Kovats bereitet dich ein Team erfahrener Prüfungsexpert:innen gezielt auf deine mündliche, fachbezogene Prüfung vor. Du lernst den Ablauf im Detail kennen, räumst Unsicherheiten aus und erkennst mögliche Wissenslücken. In einer Gruppenarbeit simulierst du die Prüfung, erhältst direktes Feedback und klärst zum Abschluss alle offenen Fragen im Plenum.

Das Prüfungstraining richtet sich an Lernende im 3. Lehrjahr.

In diesem Workshop

- lernst du den Ablauf der mündlichen Prüfung über alle Fächer hinweg kennen.
- wirst du gezielt zur Prüfungsvorbereitung motiviert.
- übst du die mündliche Prüfung und klärst offene Fragen mit erfahrenen Expert:innen.
- wird vorausgesetzt, dass du gut vorbereitet erscheinst.

Referent	Gabor Kovats
Zielgruppe	Lernende im 3. Lehrjahr
Dauer	1 Tag in Präsenz
Ort	Berufsschule (TBZ), Zürich
Kosten	Mitglieder: CHF 139 Nicht-Mitglieder: CHF 278
Anmeldeschluss	28.02.2026

MO
15.
22.
JUN



ENSA: Psychische Probleme bei Jugendlichen

Erkennen und handeln



Der Übergang vom Jugend- ins Erwachsenenalter ist eine anspruchsvolle Zeit. Körperliche und psychische Veränderungen können Jugendliche wie auch ihr Umfeld vor grosse Herausforderungen stellen. Oft werden frühe Anzeichen einer psychischen Erkrankung mit typischen Problemen in der Pubertät verwechselt.

In diesem Workshop erhältst du ein solides Basiswissen zur psychischen Gesundheit und zu den häufigsten psychischen Erkrankungen im Jugendalter. Du lernst, Veränderungen zu erkennen, richtig einzuordnen und angemessen zu reagieren. In interaktiven Übungen tauschst du dich mit anderen aus, entwickelst Handlungsmöglichkeiten und trainierst die Schritte der Ersten Hilfe für psychische Gesundheit.

In diesem Workshop

- baust du dir ein Basiswissen zu psychischer Gesundheit im Jugendalter auf.
- lernst du die häufigsten psychischen Erkrankungen bei Jugendlichen kennen.
- lernst du Warnsignale frühzeitig zu erkennen und besser einzuordnen.
- erarbeitest du in interaktiven Übungen Handlungsmöglichkeiten für den Berufsalltag.
- gewinnst du Sicherheit im Umgang mit betroffenen Jugendlichen.

Referentin	Gabi Beer
Zielgruppe	Berufsbildner:innen
Dauer	2 Tage in Präsenz
Ort	Geschäftsstelle Team 93, Frauenfeld
Kosten	CHF 450
Anmeldeschluss	15.05.2026



DO
25.
JUN

Stark bleiben, wenn's drauf ankommt

Emotionale Stärke für Lernende



Daniela Boxler verfügt über langjährige Führungserfahrung und einen Master in Leadership und interkultureller Kommunikation. Als Trainerin und Coach begleitet sie Menschen dabei, ihr Potenzial zu entfalten und Lösungen zu entwickeln.

Zwischen Schule, Betrieb, digitaler Dauerpräsenz und dem Erwachsenwerden stehst du vor vielen Herausforderungen – die manchmal zur Belastung werden können. In diesem Workshop lernst du, was dir guttut, wie du dich im Alltag stärkst und auch in stressigen Momenten gelassen bleibst. So gewinnst du Klarheit über dich selbst, vertraust deiner eigenen Stärke und fühlst dich stabiler in deiner Rolle als Lernende:r.

In diesem Workshop

- erkennst du, was dich unter Druck setzt und wie du damit umgehen kannst.
- entdeckst du, was dir guttut und dir Energie gibt.
- Lernst du in stressigen Situationen ruhig zu bleiben.
- entwickelst du deinen persönlichen Stärkungsplan.

online

Referentin	Daniela Boxler
Zielgruppe	Lernende
Dauer	2 Stunden online, 16 bis 18 Uhr
Kosten	Mitglieder: CHF 120 Nicht-Mitglieder: CHF 240
Anmeldeschluss	25.05.2026



SO
6.
SEP

SA
24.
OKT

Freude am Kundenkontakt

Grundwissen für erfolgreiche Verkaufsgespräche



Susanne Baral, ausgebildete Augenoptikerin, ist seit 1996 Trainerin und Coach in verschiedenen Branchen. Ihre Schwerpunkte: Werte, Persönlichkeit, Wirkung – mit Expertise in Veränderungsprozessen und Konfliktlösung.

In diesem Workshop erhältst du das nötige Grundwissen für erfolgreiche Verkaufsgespräche. Du lernst, wie du selbstbewusst auftrittst und auf die Bedürfnisse der Kund:innen eingehst. In praxisnahen Übungen gewinnst du Sicherheit und lernst, dein Geschäft und die Produkte überzeugend zu präsentieren.

In diesem Workshop

- eignest du dir die wichtigsten Grundlagen des Verkaufens an.
- entwickelst du Selbstsicherheit und lernst, deine Stärken bewusst einzusetzen.
- übst du den professionellen Umgang mit Kund:innen und deinem Team.
- lernst du, Kundenwünsche, Anliegen und Ansprüche zu erkennen.
- trainierst du typische Situationen im Verkaufsgespräch.

Referentin

Susanne Baral

Zielgruppe

Lernende im 1. Lehrjahr

Dauer

1 Tag in Präsenz

Ort

Hotel des Balances, Luzern

Kosten

Mitglieder: CHF 139

Nicht-Mitglieder: CHF 278

Anmeldeschluss 07.08.2026



DO
22.
29.
OKT

Fit für den Berufsstart

Das 1x1 der Selbstorganisation



Michèle Marbach ist Expertin für Trainings zu Zeitmanagement, Arbeits-technik und Eigenorganisation. Mit Erfahrungen aus verschiedenen Branchen und Führungsfunktionen vermittelt sie praxisnahe Tipps für den Arbeitsalltag.

Der Einstieg ins Berufsleben bringt viele neue Aufgaben und Erwartungen mit sich – und stellt Lernende oft vor die Herausforderung, den Überblick zu behalten. In diesem Workshop lernst du, wie du deinen Tag effizient organisierst, Prioritäten setzt und dich auch in einer digital geprägten Arbeitswelt gut strukturierst. Mit praxisnahen Methoden entwickelst du deine persönliche Routine, gewinnst Sicherheit im Umgang mit Ablenkungen und findest die Balance zwischen Arbeit und Erholung. So legst du die Basis für ein erfolgreiches und ausgewogenes Berufs- und Privatleben.

In diesem Workshop

- lernst du die Grundlagen eines erfolgreichen Zeitmanagements für den Berufsalltag.
- lernst du effektive Methoden zur Aufgaben-priorisierung und dem Informations-management.
- entwickelst du eine Routine, die dir im Alltag Orientierung gibt.
- trainierst du den bewussten Umgang mit digitalen Kommunikationsmitteln und Ablenkungen.
- findest du eine Balance zwischen Leistung und Erholung.

online

Referentin	Michèle Marbach
Zielgruppe	Lernende
Dauer	2 × 2 Stunden online, 11.30 bis 13.30 Uhr
Kosten	Mitglieder: CHF 120 Nicht-Mitglieder: CHF 240
Anmeldeschluss	22.09.2026

27./29.
OKT
3./5.
NOV



ENSA: Psychische Probleme bei Jugendlichen

Erkennen und handeln



Gabi Beer ist psychosoziale Beraterin und Geschäftsführerin von Mental Health G. Beer. Als Partnerin von ensa swiss gibt sie hauptberuflich Weiterbildungen im Bereich psychische Gesundheit in Firmen, an Schulen, Berufsbildungszentren und der ZHAW.

Der Übergang vom Jugend- ins Erwachsenenalter ist eine anspruchsvolle Zeit. Körperliche und psychische Veränderungen können Jugendliche wie auch ihr Umfeld vor grossen Herausforderungen stellen. Oft werden frühe Anzeichen einer psychischen Erkrankung mit typischen Problemen in der Pubertät verwechselt.

In diesem Workshop erhältst du ein solides Basiswissen zur psychischen Gesundheit und zu den häufigsten psychischen Erkrankungen im Jugendalter. Du lernst, Veränderungen zu erkennen, richtig einzuordnen und angemessen zu reagieren. In interaktiven Übungen tauschst du dich mit anderen aus, entwickelst Handlungsmöglichkeiten und trainierst die Schritte der Ersten Hilfe für psychische Gesundheit.

In diesem Workshop

- baust du dir ein Basiswissen zu psychischer Gesundheit im Jugendalter auf.
- lernst du die häufigsten psychischen Erkrankungen bei Jugendlichen kennen.
- lernst du Warnsignale frühzeitig zu erkennen und besser einzuordnen.
- erarbeitest du in interaktiven Übungen Handlungsmöglichkeiten für den Berufsalltag.
- gewinnst du Sicherheit im Umgang mit betroffenen Jugendlichen.

online

Referentin	Gabi Beer
Zielgruppe	Berufsbildner:innen
Dauer	4 × 4,5 Stunden online, 9.30 bis 15.30 Uhr (inkl. 1 Std. Mittagspause)
Kosten	CHF 450
Anmeldeschluss	27.09.2026

DO
26.
NOV

Gute Noten ohne Stress

Für Lernende

Stressfrei und erfolgreich lernen – das ist möglich! In diesem Workshop entdeckst du deinen persönlichen Lernstil und erfährst, wie du mit einfachen Strategien effizienter lernst, dich besser motivierst und Prüfungsstress meisterst. In konkreten Übungen lernst du effektive Methoden, wie du deine Zeit sinnvoll einteilen und Lernblockaden überwinden kannst. Damit legst du den Grundstein für schulischen Erfolg und stärkst gleichzeitig deine persönliche Entwicklung.

In diesem Workshop

- findest du deinen persönlichen Lernstil und passende Methoden.
- lernst du einfache Strategien für effizientes und stressfreies Lernen.
- lernst du deine Zeit und deinen Lernstoff einzuteilen.
- entwickelst du Techniken zur gezielten Prüfungsvorbereitung.
- stärkst du deine Motivation und überwindest Lernblockaden.

online

Referentin	Monika Domeisen
Zielgruppe	Lernende
Dauer	2 Stunden online, 8 bis 10 Uhr
Kosten	Mitglieder: CHF 120 Nicht-Mitglieder: CHF 240
Anmeldeschluss	26.10.2026



Berufsbildner:innenkurs

Für die Augenoptik



Vera Class ist Geschäftsleiterin von Heartwork, eidg. dipl. Kommunikationsleiterin und hat einen MAS in Wirtschaftspsychologie. Sie war in leitender Funktion für Marketing und Kommunikation verantwortlich und engagiert sich seit vielen Jahren für die Nachwuchsförderung.

Die Begleitung junger Menschen ins Berufsleben ist wichtig – und lernbar. Im offiziellen Berufsbildner:innenkurs erwirbst du den eidgenössisch anerkannten Kursausweis und wirst passend auf die Bedürfnisse der Augenoptik-Branche für die Arbeit mit Lernenden in den Betrieben ausgebildet.

Die Ausbildung deckt alle gesetzlich vorgeschriebenen Bildungsziele ab und der Ausweis gilt in der ganzen Schweiz und in Liechtenstein. Voraussetzung sind eine aktive Teilnahme und volle Anwesenheit (100%). Der Kurs ist berufspädagogisch und konsequent praxisorientiert und ermöglicht wertvollen Erfahrungsaustausch.

In diesem Kurs werden die folgenden Grundlagen vermittelt:

- Führung und Begleitung von Lernenden
- Ausbildungseinheiten in Optikergeschäften planen, durchführen und überprüfen
- Beurteilung und Auswahl von Lernenden
- Rechtliche Grundlagen
- Gesundheitsprävention

Organisatorin	Vera Class
Zielgruppe	Angehende Berufs- und Praxisbildner:innen
Dauer	5 Tage à 8 Kursstunden, insgesamt 40 Stunden an verschiedenen Daten im Jahr 2026
Ort	Geschäftsstelle Team 93, Frauenfeld
Info	Interessierte bitte für Warteliste auf info@team93.ch melden
Voraus-setzungen	<ul style="list-style-type: none"> • eidgenössisches Fähigkeitszeugnis (EFZ) oder gleichwertige Qualifikation • mind. 2 Jahre berufliche Praxis im Lehrgebiet

Anmeldebedingungen

Veranstaltungsinformationen kannst du jederzeit im lookup.team93.ch aufrufen oder erhältst diese zu gegebener Zeit zugesandt. Auch die Anmeldung erfolgt im lookup.team93.ch. Nach getätigter Anmeldung erhältst du sofort die entsprechende Bestätigung.

Nicht-Mitglieder melden sich bitte per Email auf info@team93.ch an. Wir benötigen deine Geschäftsadresse, Name und Vorname, Email-Adresse und Handynummer. Jede Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet dich zur Zahlung der Weiterbildungskosten. Absagen müssen spätestens zwei Wochen vor Workshop-Beginn gemeldet werden, ansonsten kann kein Erlass bzw. keine Rückerstattung der Kosten erfolgen.

Weiterbildungskosten sind pro Person exkl. MwSt und beinhalten jeweils alle Workshop-Unterlagen sowie die Verpflegung.

Bei Teilnehmendenmangel behält sich Team 93 vor, den Workshop abzusagen und die Weiterbildungskosten zurückzuerstattten.

Anmeldung Team 93- Mitglieder



Anmeldung Nicht- Mitglieder



SBAO-Punkte Zertifikat

Für die Workshops erhältst du SBAO-Fortbildungspunkte (Credit Points).

Die Meldung der Teilnahme erfolgt automatisch durch die Geschäftsstelle Team 93.



Nach Abschluss eines Ganztages-Workshops erhalten alle Teilnehmenden ein Zertifikat.



Preisübersicht

Wir bieten praxisnahe und hochwertige Weiterbildungen zu attraktiven Konditionen – unterstützt durch unsere Glaslieferanten.

	Team 93- Mitglieder	Nicht- Mitglieder
Lernende	CHF 139	CHF 278
Mitarbeitende	CHF 219	CHF 419
Inhaber:innen, leitende Angestellte	CHF 329	CHF 529
Online (2 Std.)	CHF 120	CHF 240

Kooperation



Die Durchführung der Workshops erfolgt in Kooperation mit Dynoptic. 50 % (max. CHF 200) der Weiterbildungskosten werden den Dynoptic Partnern nachträglich durch die Dynoptic Geschäftsstelle zurückerstattet.

Veranstaltungsort

Die Workshops finden entweder im Hotel des Balances, Weinmarkt in 6004 Luzern, statt (Empfehlung Anreise mit Zug – 5 Minuten Fussmarsch) oder in der Geschäftsstelle Team 93, Breitenstrasse 16B, 8500 Frauenfeld (Parkplätze vorhanden, Anreise mit Zug – 10 Minuten Fussmarsch).



Sponsoren

EssilorLuxottica

E Y E T (E) C H

REIZE⁺
We are family



We make it visible.

R
RODENSTOCK

HOYA
FOR THE VISIONARIES

Genossenschaft Team 93
Breitenstrasse 16B
8500 Frauenfeld
T +41 52 742 06 10
E info@team93.ch
W www.team93.ch