

Muoviti con noi.

Perfezionamento 2012
Offerta per tutto il gruppo

LA POSTA 

Offerta di seminari per il 2012

Competenze metodologiche	Numero di giorni	Destinatari	Prezzo	
Tecnica di lavoro e gestione del tempo	2	C	CHF	1680
Postorama	1 volta per anno	C	CHF	P
Competenze individuali				
Gestire lo stress ed evitare il burn out	2	C	CHF	1080
Gestione personale delle risorse	1.5	C	CHF	1160
Pensionamento – verso la libertà	1	C	CHF	430
Competenze sociali				
Comunicare in modo consapevole	2	C	CHF	1060
Gestione dei conflitti	2	C	CHF	1080
Lavoro in team	2	C	CHF	870
Competenze di gestione				
Gestione del team	2	S	CHF	980
Focus per le nuove e i nuovi superiori	2	S	CHF	980
Mobbing e molestie sessuali	0.5	S	CHF	380
Prevenzione delle dipendenze sul posto di lavoro: Identificare i problemi di dipendenza	0.5	S	CHF	380

Nel prezzo sono compresi i pasti e l'alloggio.

S = Superiore
C = Collaboratrice/Collaboratore
P = I costi sono a carico dell'unità Personale

Perfezionamento professionale presso la Posta

Wiki, weblog, webcast: il mondo interattivo e collaborativo di «Web 2.0» coinvolge anche le iniziative di perfezionamento della Posta Svizzera. I nostri specialisti per il perfezionamento a livello di gruppo e quelli per i nuovi strumenti didattici operano oggi sotto lo stesso tetto. Questo ci consente di sfruttare le sinergie fra offerte formative classiche e prerogative dei nuovi media, a tutto vantaggio dei nostri clienti.

Il perfezionamento e nuovi media didattici della Posta è certificato ISO 9001 ed eduQwa. Sviluppiamo misure formative di elevata qualità per voi e il vostro personale. Saremo lieti di fornirvi tutte le informazioni sulle varie offerte.

Contatto

La Posta Svizzera
Personale
Perfezionamento e nuovi media didattici
Viktoriastrasse 21
3030 Berna

Telefono 058 338 77 11
perfezionamento@posta.ch



La nostra offerta, i vostri vantaggi

- Perfezionamento professionale su misura e moduli didattici elettronici a 360 gradi
- Accompagnamento competente fino alla fine della formazione
- Formatori esperti che conoscono la cultura postale
- Centro di competenza per l'e-learning
- Ampliamento dei contatti personali attraverso i vari settori

Progetti di formazione

Media didattici elettronici – blended learning

Quello che conta è la combinazione giusta! I nostri ben concepiti pacchetti didattici con e-learning e formazione in presenza assicurano un ottimo apprendimento e favoriscono un'applicazione pratica mirata. I moduli didattici sono programmati in modo da poter essere facilmente elaborati al PC. Approfittate dell'offerta «Mobile Learning» se siete spesso fuori ufficio: i nostri moduli didattici possono essere svolti ovunque.

Siete interessati ai «Learning Snack»? Richiamate questi assaggi didattici sul vostro apparecchio mobile, in modo semplice, rapido e durevole.

«Il supporto di nuovi media didattici nella realizzazione e nell'applicazione del modulo Web Based Training è stato più che positivo. Abbiamo elaborato in modo mirato i punti salienti al fine di sviluppare un solido ausilio, utile all'apprendimento e apprezzato dall'azienda. Continueremo a impiegare il modulo di e-learning anche in futuro.»

Helene Gurtner, PM11, responsabile vendite

«Ho effettuato il Web Based Training per lettere con accertamento del recapito e l'ho trovato eccellente grazie alle ottime spiegazioni e rappresentazioni.»

Christen Beat, PM503, team leader

Formazioni secondo fabbisogno

Analizziamo il vostro bisogno di formazione, vi consigliamo sulle possibilità di sviluppo. L'accento è posto sulle vostre esigenze: siamo il partner giusto per formazioni individuali, formazioni nell'ambito di singoli progetti e documentazioni per corsi.

Social media

Il futuro è oggi! Blog, Net Viewer, Wiki, Podcast, Webcast, Chat: le applicazioni internet fungono sempre più spesso da piattaforma per le reti sociali e promuovono gli scambi reciproci. Sfruttate i nuovi media! Siamo a vostra disposizione per consigliarvi e mostrarvi come utilizzare o integrare in modo mirato queste applicazioni in un pacchetto didattico.

Mobile Classroom

State pianificando una formazione e cercate un luogo adatto nella vostra zona? Mobile Classroom* è la soluzione giusta per voi! Con questa soluzione innovativa garantite al vostro personale una formazione vicina al luogo di lavoro risparmiando tempo e costi di viaggio.

Telefono 058 338 71 28
iteducation@post.ch

Corsi standard

Per tutti i corsi standard in ambito IT beneficate dell'ampia offerta di corsi della Digicomp Academy e di tariffe agevolate. Per informazioni e consigli sui corsi chiamate lo 0844 844 822 o consultate la pagina: www.posta.ch/corsiinformatica

* La Mobile Classroom è un' infrastruttura per PC flessibile che può essere installata negli edifici della Posta.

Competenze interculturali

Interagire con successo con persone provenienti da altre culture richiede competenze interculturali. Esse sono determinanti per comprendere il modo di pensare, sentire e agire di persone con origini e provenienza diverse.

I team misti che fattore di successo! In qualità di quadro direttivo della Posta, imparate a sfruttare in modo ottimale i punti di forza dei vostri team eterogenei.

Usfruite degli strumenti pratici di riferimento per promuovere la collaborazione interculturale e sviluppare il potenziale dei team multiculturali.

Cultural Orientations Indicator

Valutazione di modalità di lavoro preferite specifiche di una determinata cultura allo scopo di aumentare la produttività attraverso un modello culturale e una piattaforma di formazione.

A partire da CHF 175

Intercultural Readiness Check

Valutazione di punti di forza e debolezza individuali per un'interazione culturale efficace.

CHF 130

Vantaggi

- Sensibilizzazione all'influsso generale degli aspetti culturali.
- Comprendere in modo approfondito in che misura i propri valori, il proprio comportamento e la propria impostazione sono condizionati dalla propria cultura e in che modo si ripercuotono sulla collaborazione quotidiana.
- Favorire lo sviluppo dei collaboratori indipendentemente dalla loro lingua, cultura ed età.

Comunicazione

Verbale o non verbale: la comunicazione costituisce la base della nostra convivenza. Mi esprimo correttamente? Sono comprensibile? Il mio modo di argomentare è convincente? Cosa traspare di me attraverso il linguaggio del mio corpo? Una comunicazione trasparente favorisce la collaborazione, lo spirito di gruppo, motiva e unisce. Le nostre offerte vi consentono di ampliare e approfondire le vostre competenze sociali e individuali.

Comunicare in modo consapevole

2 giorni / CHF 1 060

Gestione dei conflitti

2 giorni / CHF 1 080

Lavoro in team

2 giorni / CHF 870



Formazione linguistica

Imparare le lingue straniere

Apprendere con entusiasmo una lingua straniera e ampliare il proprio orizzonte personale? È possibile grazie alla scuola di lingue business language centre (blc). Potete scegliere tra tedesco, italiano, inglese, svizzero tedesco o spagnolo, a gruppi o in lezioni private.

Le informazioni sull'offerta di corsi sono disponibili direttamente su www.posta.ch/corsidilingua
Telefono 044 400 56 40
info@business-language.ch

Corsi intensivi all'estero

Oltre alle tradizionali destinazioni (Inghilterra, Francia, Germania e Italia), Boa Lingua offre soggiorni in qualsiasi paese del mondo: per imparare il russo a San Pietroburgo, il cinese a Shanghai o lo spagnolo in Messico. Il personale della Posta usufruisce del 5% di sconto.

Prendere contatto è semplice:
Telefono 041 726 86 96
info@businessclass.ch

All'interno della Posta offriamo e fungiamo da mediatore per:

Test linguistico BULATS*

75 minuti/CHF 150

Offerte di formazione linguistica su misura

Insieme a voi sviluppiamo le misure di formazione adeguate, in modo competente e orientato ai clienti.

*Business Language Testing Service

Prevenzione e gestione della salute

Affrontare i problemi anziché ignorarli: nei nostri seminari di prevenzione scoprite quali comportamenti potrebbero essere indicatori di quali problematiche. Sapete come intervenire in modo conforme alla situazione e vi confrontate con il vostro ruolo di superiore.

Mobbing e molestie sessuali

0,5 giorno/CHF 380

Prevenzione delle dipendenze sul posto di lavoro: Identificare i problemi di dipendenza

0,5 giorno/CHF 380

La salute riguarda tutti. Per questo la vostra salute ci sta a cuore!

Gestione personale delle risorse

1,5 giorni/CHF 1160

Gestire lo stress ed evitare il burn out

2 giorni/CHF 1080

**La Posta Svizzera
Personale
Perfezionamento e nuovi media didattici
Viktoriastrasse 21
Casella postale
3030 Berna**

**Telefono 058 338 77 11
perfezionamento@posta.ch
www.posta.ch**

LA POSTA 

MISTO
Carta
FSC® C006019



036.33 it (213103) 09.2011 P