

# Jahresprogramm 2023

für Beschäftigte der Textil- und Bekleidungsindustrie



## Soziale Kompetenzen

Rhetorik I: Überzeugend reden und argumentieren	01.01. - 06.01.23* 12.02. - 17.02.23 16.04. - 21.04.23 01.05. - 05.05.23 14.05. - 19.05.23 04.06. - 09.06.23* 02.07. - 07.07.23 13.08. - 18.08.23* 27.08. - 01.09.23* 01.10. - 06.10.23 03.12. - 08.12.23 21.01. - 26.01.24
---	--

Rhetorik II: Erfolgreiche Gesprächsführung	01.01. - 06.01.23* 10.04. - 14.04.23* 25.06. - 30.06.23 20.08. - 25.08.23* 19.11. - 24.11.23 28.01. - 02.02.24
--	---

Rhetorik III: Mit Konflikten konstruktiv umgehen	15.01. - 20.01.23 01.05. - 05.05.23 05.11. - 10.11.23 04.02. - 09.02.24
--	--

Rhetorik IV: Verhandlungen erfolgreich führen	05.03. - 10.03.23 30.07. - 04.08.23*
---	---

Besprechungen moderieren und leiten	02.04. - 07.04.23*
-------------------------------------	--------------------

Gesund und souverän in Zeiten von "New Normal"	10.04. - 14.04.23*
--	--------------------

Projektmanagement	23.04. - 28.04.23 08.10. - 13.10.23
-------------------	--

## Fachbezogene Seminare

Mit unseren Kooperationspartnern bieten wir ein umfangreiches Programm zum textilen Fachwissen und zur technischen Qualifizierung.  
Weitere Hinweise auf [www.kritische-akademie.de](http://www.kritische-akademie.de)! Aus dem Angebot:

Pneumatik und Hydraulik	Akademie Klausenhof Hamminkeln
-------------------------	--------------------------------

CAD-Kurse Metall-Aktivgasschweißen (MAG) Lichtbogenhandschweißen (E) Wolfram-Inertgasschweißen (WIG)	Technische Akademie Ahaus
---	---------------------------

Speicherprogrammierbare Steuerungen (SPS)	bfw Unna
---	----------

## Gesundheitsseminare

Gesund und fit, ich bin dabei (Orientierung)	01.01. - 06.01.23* 10.04. - 14.04.23* 14.05. - 19.05.23 27.08. - 01.09.23* 07.01. - 12.01.24
--	--

Ernährung, die zu mir passt. Arbeits- und Lebensenergie! (Vertiefung)	20.08. - 25.08.23*
---	--------------------

Herz-Schmerz, wann es zu spät ist (Vertiefung)	29.05. - 02.06.23*
--	--------------------

Kein Stress mit dem Stress (Vertiefung)	01.10. - 06.10.23
---	-------------------

(K)ein Kreuz mit dem Kreuz (Vertiefung)	21.05. - 26.05.23
---	-------------------

Burnout: Wenn die Seele durch den Körper spricht (Vertiefung)	17.09. - 22.09.23
---	-------------------

Gesund (er)leben (Vertiefung)	16.07. - 21.07.23
-------------------------------	-------------------

Gesundheitsforum I – Ganz gesund – in Arbeit und Alltag im Balance	10.03. - 12.03.23
--	-------------------

Gesundheitsforum II – Fit und passend schlank – Gutes Arbeiten & gutes Leben	22.09. - 24.09.23
--	-------------------

Gesundheitsforum III – Resilienz - Die innere Widerstandskraft stärken	01.12. - 03.12.23
--	-------------------

## Computerseminare mit Blended Learning

Computerwissen und Tabellenkalkulation (Grundlagen)	12.02. - 17.02.23
---	-------------------

Computerwissen für Excel-Profis (Vertiefung)	06.08. - 11.08.23*
--	--------------------

Kostenlose Teilnahme für IG Metall-Mitglieder verbandsgebundener Betriebe.  
Weitere Informationen und Anmeldung beim Betriebsrat.