

## Ihr Berufsverband auf einen Blick

### Berufliche Lobby

Berufspolitische Interessenvertretung  
Landes-Gesamtarbeitsvertrag  
Rechtsvertretung  
Gastro-Rechtsschutz

### Moneysaver

Kursrabatt bis 55%  
Weiterbildungsbeiträge  
Firmenrabatte – Show your card  
Treueprämie  
Notlagefonds

### Netzwerke

Erfahrungsaustausch  
Vermittlung von Infos  
Diskussionen  
Produktneuhheiten  
Firmenbesuche  
Kontaktpflege

### Regionale Verbindungen

Gastrotreff/berufliche Events  
Ausflüge/Besichtigungen  
Spiel, Sport, Spass  
Informationen  
Netzwerke der Hotellerie-Hauswirtschaft

### Weiterbildung

QV-Vorbereitungstag für Lernende  
Vorbereitungstag für Berufsprüfungsabsolventen  
Weiterbildungskurse  
Seminare  
Workshops  
Berufsprüfung  
Höhere Fachprüfung  
Schweizerische Hotelfachschule Luzern

### Events

Tagung Hauswirtschaft  
Wettbewerb Hauswirtschaftsprofis  
Igeho, Basel  
ZAGG, Luzern  
Gastronomia, Lausanne

### Sie gehören dazu

- Kader und Berufsleute in der Hotellerie-Hauswirtschaft
  - Mitarbeiter/-in in der Hotellerie-Hauswirtschaft
  - Lernende in der Hotellerie-Hauswirtschaft
  - Fachlehrer/-in
- Unter anderem folgende Berufsbezeichnungen:
- Bereichsleiter/-in Hotellerie-Hauswirtschaft
  - eidg. dipl. Hauswirtschaftsleiter/-in FA
  - Hauswirtschaftsleiter/-in FA
  - Hauswirtschaftliche/-r Betriebsleiter/-in FA
  - Hotelfachassistent/-in
  - Hotelfachfrau/-mann
  - Fachfrau Hauswirtschaft

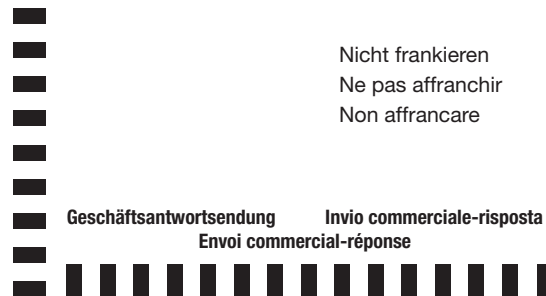
### Medien

Hotellerie\*Gastronomie Zeitung  
Hotellerie\*Gastronomie Magazin  
Hotellerie\*Gastronomie Spezial  
Stellenmarkt  
www.union-hauswirtschaft.ch



**Berufsverband  
Hotellerie-Hauswirtschaft**  
Société de l'hôtellerie-intendance

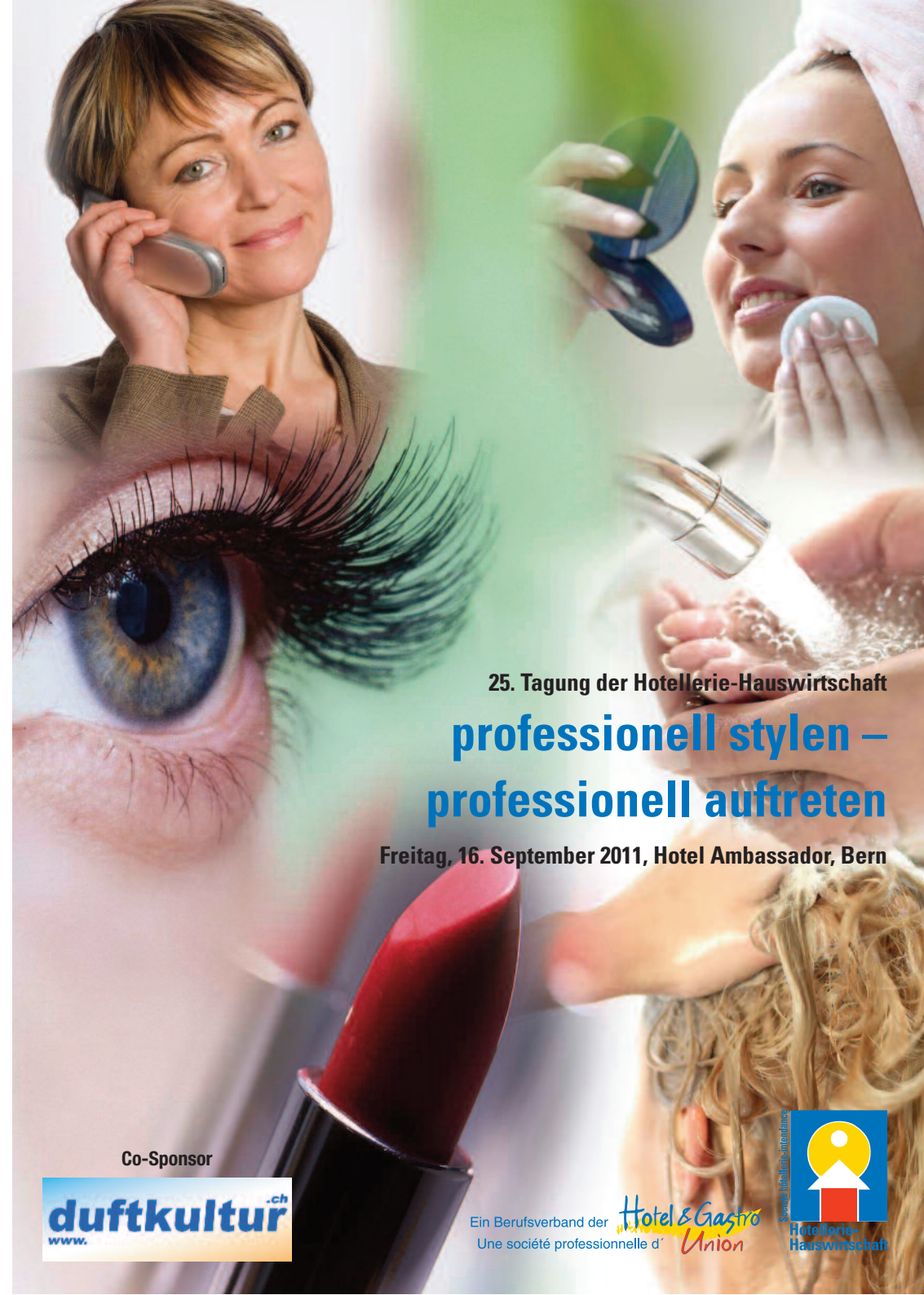
Ein Berufsverband der **Hotel & Gastro Union**  
Une société professionnelle d' **Union**



Nicht frankieren  
Ne pas affranchir  
Non affrancare

Geschäftsantwortsendung Invio commerciale-risposta  
Envoi commercial-réponse

**Berufsverband  
Hotellerie-Hauswirtschaft**  
Adligenswilerstrasse 29/22  
Postfach 3027  
6002 Luzern



25. Tagung der Hotellerie-Hauswirtschaft

# professionell stylen – professionell auftreten

Freitag, 16. September 2011, Hotel Ambassador, Bern

Co-Sponsor



Ein Berufsverband der **Hotel & Gastro Union**  
Une société professionnelle d' **Union**



## Willkommen in Bern!



**Esther Lüscher**  
Präsidentin  
Berufsverband  
Hotellerie-  
Hauswirtschaft

Liebe Kolleginnen und Kollegen  
Sehr geehrte Gäste

*Charme ist der unsichtbare Teil der Schönheit,  
ohne den niemand wirklich schön sein kann. Sophia Loren*

An der 25. Tagung des Berufsverbandes Hotellerie-Hauswirtschaft beschäftigen wir uns mit professionell stylen – professionell auftreten, ein Thema für jedermann.

Früh am Morgen, die Gedanken schon halbwegs bei der Arbeit, ein Blick in den Spiegel – und wir stehen vor der ersten Herausforderung. Wer kennt das nicht. Die tägliche Körperpflege, das ansprechende Make-up, die gepflegte Frisur – Äusserlichkeiten gepaart mit richtiger Kleidung strahlen Kompetenz und Selbstvertrauen im Umgang mit Gästen und Mitarbeitern aus. Das sichere Auftreten und persönliche Wohlbefinden hängt weitgehend von dem ab, wie gut wir uns im Spiegel selber gefallen. Oft fehlen uns jedoch Tipps und Tricks, wie mit kleinen Handgriffen die Natürlichkeit eines jeden optimiert werden kann.

Im Hauswirtschaftsbereich sind wir Stunden auf unseren Füssen unterwegs, die Hände beschäftigt mit Reinigungsarbeiten, Kontrollen etc. Kurz gesagt, Hände und Füsse gehören zum wichtigsten Werkzeug, um unsere tägliche Arbeit ausführen zu können. Schenken wir ihnen die nötige Aufmerksamkeit?

Ein spannendes Referat zum Thema Pflege und Make-up im Business, gehalten von Frau Carmela L. Ramundo, erwartet uns. Welche Frisuren sind im Business erlaubt oder von Vorteil. Wertvolle Informationen, präsentiert in einem Referat von Frau Sandra Stöckli. Stress blockiert manchmal unsere Kreativität und unsere Leistungsfähigkeit. Sophrologie (gr. sos «Gleichgewicht», phren «Seele» und logos «Lehre») kann uns in diesen Situationen unterstützen und eine Verbesserung des allgemeinen Befindens bewirken. Mehr zu diesem interessanten Thema erfahren wir von Frau Susan Danuser.

Nach diesem abwechslungsreichen und informativen Vormittag, dazu frisch gestärkt vom Apéro mit Stehlunch, wenden wir das Gehörte praktisch, in drei verschiedenen Workshops, an. Anschliessend bietet sich Ihnen noch die Gelegenheit, die Beautymesse in Bern zu besuchen.

Ich freue mich auf Sie, das Networking und viele fröhliche Minuten bei den fesselnden Themen rund um das Styling – denn Charme haben wir schon.

Herzlichst

Esther Lüscher  
Präsidentin Berufsverband Hotellerie-Hauswirtschaft

## professionell stylen – professionell auftreten



**Carmela L. Ramundo**  
lic.phil I, NDS oec. und  
Kosmetikerin mit Diplom,  
Gründerin und Leiterin der  
Leonesa AG sowie Bella  
Vita Academy in Zürich

### Mensch, siehst Du gut aus!

Ehrlich gemeinte Komplimente kommen gut an; privat, wie auch im Business. Sie sind reiner Balsam für die Seele, motivieren uns in unserem Sein, stärken unseren Selbstwert und machen eine rundum gute Laune. Und weil sich Lebensfreude in all unserem Tun positiv ausdrückt, spornt sie uns auch am Arbeitsplatz zu besseren Resultaten an ...

Wollen Sie in Zukunft für sich vermehrt Komplimente sammeln und strahlend vor Freude Ihrer Arbeit nachgehen? Dann haben Sie am 16. September 2011 dazu die Möglichkeit; denn Sie erhalten einstimme Ideen aus Theorie und Praxis sowie in den Workshops am Nachmittag wegweisende Tipps dazu. Sollten Sie danach Lust auf mehr bekommen, können Sie jederzeit auch eine weiterführende Aus- und Weiterbildung besuchen: [www.bella-vita-academy.ch](http://www.bella-vita-academy.ch).



**Sandra Stöckli**  
Hair- und  
Make-up-Design,  
Hohenrain

### Der erste Eindruck zählt – kleine Psychologieklausel mit grosser Wirkung

Wie sieht die perfekte Business-Frisur aus? Mit dem typgerechten Styling zur Gesichtsform und entsprechender Farbharmonie kann aus jeder Person viel herausgeholt werden. Der passende Schnitt, die richtige Pflege mit den dazugehörigen Produkten und Sie erreichen am Morgen im Nu das perfekte Styling. Was sind die Trends für jeden Karrierelevel? Lockig, kurz, glatt oder lang? Sie erhalten Informationen über die neuesten Entwicklungen, über Verlängerungstechniken sowie Ideen zu Aufsteckfrisuren.



**Susan Danuser**  
Sophrologin und eidg. dipl.  
Ausbilderin (SVEB)  
[www.bella-vita-academy.ch](http://www.bella-vita-academy.ch)

### Mit Sophrologie zum Erfolg!

Sophrologie ist eine dynamische Entspannungsmethode, die 1960 vom spanischen Arzt Prof. A. Caycedo entwickelt wurde. Mit Elementen aus autogenem Training, Yoga und Zen-Meditation wird der Körper zuerst aktiviert und anschliessend tief entspannt. Dies führt u. a. zu besserem Umgang mit Stress, höherer Konzentrationsfähigkeit und besserem Körperbewusstsein. Diese einfachen Übungen sind ein eigentliches Achtsamkeitstraining und sind vor allem auch für den Alltag gedacht.

## Programm

### professionell stylen – professionell auftreten

09.00 Uhr	Eintreffen der Teilnehmenden
09.30 Uhr	Eröffnung der Tagung durch die Präsidentin Esther Lüscher, Berufsverband Hotellerie-Hauswirtschaft
09.40 Uhr	<b>Mensch, siehst du gut aus!</b> Frau Carmela L. Ramundo, Leonessa AG sowie Bella Vita Academy, Zürich  Referat zum Thema Pflege und Make-up im Business
10.30 Uhr	<b>Der erste Eindruck zählt – kleine Psychologieklausel mit grosser Wirkung</b> Frau Sandra Stöckli, Hair- und Make-up-Design, Hohenrain  Referat zum Thema Frisuren im Business
11.15 Uhr	Pause mit Erfrischungen
11.30 Uhr	<b>Mit Sophrologie zum Erfolg!</b> Frau Susan Danuser, Sophrologin und eidg. dipl. Ausbilderin, Schaffhausen  Referat zum Thema: Was ist Sophrologie und was bewirkt sie?
12.20 Uhr	<b>News aus dem Berufsverband Hotellerie-Hauswirtschaft</b> Elvira Schwegler, Geschäftsführerin des Berufsverbandes Hotellerie-Hauswirtschaft
12.30 Uhr	Apéro und Stehlunch



Leinenweberei Bern AG\*  
 Tissage de Toiles Berne SA

Partner-Sponsor

## Nachmittagsprogramm

13.30 Uhr –  
15.10 Uhr

**3 Workshops** (die Teilnehmenden werden in 3 Gruppen aufgeteilt und gehen in diesen Gruppen während jeweils 30 Min. von Workshop zu Workshop)

**Workshop 1**  
 Make-up (Umsetzung von Theorie in Praxis)

**Workshop 2**  
 Frisuren (Umsetzung von Theorie in Praxis)

**Workshop 3**  
 Sophrologie (Praxisbeispiele)

15.15 Uhr

Verabschiedung durch die Präsidentin Esther Lüscher

Sie haben anschliessend die Möglichkeit, die Beauty-Messe auf dem Gelände Bernexpo gratis zu besuchen. Die Messe ist bis 20.00 Uhr geöffnet.

### Impressionen von der Tagung 2010



Dabei sein bringt's.

Hotel & Gastro  
Union



Jetzt mit mehr Zusatznutzen!

Berufsverband  
Hotelempfang

Schweizer  
Kochverband

Berufsverband  
Restauration

Berufsverband  
Hotellerie-  
Hauswirtschaft

Schweiz. Bäckerei-  
und Konditorei-  
Personal-Verband

## Wir Mitglieder tun etwas für unsere Berufe!

- Wir gestalten unsere berufliche Grundbildung
- Wir organisieren unsere Höhere Berufsbildung
- Wir setzen uns dafür ein, dass unsere Arbeitsbedingungen (z. B. Löhne) stimmen
- Wir schaffen Kontakte unter Berufskolleginnen und -kollegen
- Wir setzen uns für ein gutes Image unserer Berufe ein
- Wir organisieren Dienstleistungen, die uns im Berufsalltag nützen



Mit Dir zusammen ist es einfacher, all das zu organisieren und zu erreichen!

Für jedes geworbene Mitglied **Fr. 100.– cash auf die Hand!**

Werbeunterlagen: Hotel & Gastro Union, Postfach, 6002 Luzern  
Telefon 041 418 22 22, info@hotelgastrounion.ch

[www.hotelgastrounion.ch](http://www.hotelgastrounion.ch)

Ein Berufsverband der **Hotel & Gastro**  
Une société professionnelle d' **Union**



## Anfahrtsweg

### Hotel Ambassador, Bern

#### ... mit öffentlichen Verkehrsmitteln

Um zum Hotel Ambassador & SPA zu gelangen, besteigen Sie am Hauptbahnhof das Tram Nr. 9 Richtung «Wabern». Steigen Sie bei der Haltestelle «Schöneegg» (5. Haltestelle nach 7 Minuten) aus.

#### ... mit dem Auto

Von der Autobahnausfahrt Bern-Bümpliz erreichen Sie das Hotel Ambassador in nur 5 Minuten. Parking für Gäste kostenlos.

[http://www.fassbindhotels.com/ambassador\\_anfahrt.html](http://www.fassbindhotels.com/ambassador_anfahrt.html)



## Anmeldetalon

Tagung der Hotellerie-Hauswirtschaft, 16. September 2011, Bern

Name	Vorname
Strasse/Nr.	PLZ/Ort
Tel. P	E-Mail
Berufsbezeichnung	Mitglied <input type="checkbox"/> Ja Nr. <input type="checkbox"/> Nein
Betrieb	Strasse/Nr.
PLZ/Ort	Unterschrift

Im Preis inbegriffen sind Begrüßungskaffee, Apéro, Lunch und Nachmittagsprogramm.

Fr. 60.– für Lernende, Fr. 90.– für Mitglieder, Fr. 200.– für Nichtmitglieder

Nach Anmeldung erhalten Sie die Teilnahmebestätigung mit Einzahlungsschein.

Rechnung an den Betrieb

Rechnung privat

Anmeldeschluss: Freitag, 9. September 2011

Berufsverband Hotellerie-Hauswirtschaft, Tel. 041 418 22 50, Fax 041 412 03 72

E-Mail: info@union-hauswirtschaft.ch, www.union-hauswirtschaft.ch

Anmeldung ist auch per E-Mail oder im Internet möglich.