



**Junior Chamber International Switzerland**  
Worldwide Federation of Young Leaders and Entrepreneurs

# NEWS

Nr. 4  
Dezember / Décembre / Dicembre 2017  
www.jci.ch CHF 7.20

Offizielles Publikationsorgan  
Organe officiel de publication  
Organo ufficiale di pubblicazione  
JCI Switzerland

IMPACT

MOTIVATE

COLLABORATE

CONNECT

PLATINUM SPONSOR



GOLD SPONSOR



SILVER SPONSOR



BRONZE SPONSOR

MAURICE LACROIX  
Manufacture Horlogère Suisse



Übersetzungen - Dolmetschen  
Traductions - Interprétation

Büro und mehr



Fernfachhochschule Schweiz



Die Kompetenz für Solarenergie

# 25 Stunden Teambuilding für das NK 2018

# 25 heures de team-building pour le CN 2018

Das Nationalkomitee 2018 hat sein Teambuilding im November von Samstagmittag bis Sonntagmittag in Baden AG abgehalten. Drei Trainer haben das neue Team dabei kompetent begleitet: Tom Rychiger, der als Business Coach tätig ist, war für die Erarbeitung von Antworten auf Fragen wie «Was erwarte ich von mir und dem Team» und «Wie können und sollen wir konkret zusammenarbeiten?» zuständig.

Personal Trainer und Ernährungsscoach Robert Walser hat am späteren Samstagnachmittag dafür gesorgt, dass das NK auch in Bezug auf Gesundheitsfragen und Fitness gut gerüstet ist. Wir haben Tipps erhalten, wie man sich auch bei viel Reisen und Apéros gesund ernähren oder wenigstens den Schaden etwas mindern kann. Den Sonntagmorgen hat Senator Reto M. Zurflüh mit uns gestaltet und dem NK mittels dem DiSG Workplace gezeigt, warum uns die Zusammenarbeit mit manchen Menschen leichter fällt als mit anderen.



Das neue Team.

Jetzt sind wir ready, das Jahr 2018 für und mit euch in Angriff zu nehmen!

Trainer:

[www.rychiger.info](http://www.rychiger.info)  
[www.i-fit-you.ch](http://www.i-fit-you.ch)  
[www.zurflueh.net](http://www.zurflueh.net)

Bericht:  
 Claudia Chinello  
 Foto:  
[www.gogi.ch](http://www.gogi.ch)



Le comité national 2018 a tenu sa réunion de team-building en novembre, du samedi midi au dimanche midi à Baden AG. Trois coaches ont accompagné la nouvelle équipe avec toutes leurs compétences : Tom Rychiger, qui exerce en tant que Business Coach, était responsable de l'élaboration de réponses à des questions telles que « Qu'attends-je de moi et de l'équipe » et « Comment pouvons-nous et devons-nous collaborer concrètement ».

Le samedi en fin d'après-midi, l'entraîneur personnel et coach en nutrition Robert Walser a veillé à ce que le CN soit également bien armé face aux questions de santé et de fitness. Nous avons reçu des conseils pour nous nourrir sainement même en voyage ou lors d'apéritifs, ou au moins à en atténuer les effets.

Le dimanche matin, le sénateur Reto M. Zurflüh s'est joint à nous et montré au CN grâce à DiSG Workplace pourquoi la collaboration est plus facile avec certaines personnes qu'avec d'autres. Maintenant nous sommes prêts à aborder l'année 2018 pour et avec vous !

Coach :

[www.rychiger.info](http://www.rychiger.info)  
[www.i-fit-you.ch](http://www.i-fit-you.ch)  
[www.zurflueh.net](http://www.zurflueh.net)

## Organigramm NK 2018

