

"Schulung für Arbeitnehmenden"

Vorbereitung zur Pensionierung

- Wann:** Montag, 28. November – Dienstag, 29. November 2022
- Zielgruppe:** ab 60 Jahre
- Wo:** Hotel 4 Solothurn
Schänzlistrasse 5
4500 Solothurn (SO)
Tel.: 032 – 655 46 00
Fax: 032 – 655 46 01
E-Mail: Convention.Solothurn@h-hotels.com:
www.h.hotels.com
- Kursleitung:** Anita Schwab
Mitglied des Vorstandes
- Referenten:** Mehr Astrid
Psychologiestudium, UNI Zürich, Promotion zum Dr. phil., UNI
Bern
Fachpsychologin für Coaching-Psychologie FSP
Fachpsychologin für Gesundheitspsychologie FSP
- Michaelis Bettina
Finanzplanerin, Versicherungsfachfrau, Mediatorin, Dozentin
- Kurskosten:**
- | | | |
|----------------------------|------|-----------------------|
| VPE – Einzelmitglieder | CHF | 990.– |
| VPE – Kollektivmitglieder | CHF | 1'090.– |
| Nichtmitglieder | CHF | 1'190.– |
| Mit Partner oder Partnerin | +CHF | 250.– im Doppelzimmer |
- Inkl. einer Übernachtung mit Frühstück, Mittags- und Nachtessen, sowie Getränke und Erfrischungen (ohne Alkohol).
Ohne Übernachtung für Einzelmitglied CHF 890.–,
Kollektivmitglied CHF 990.- und Nichtmitglieder: CHF 1090.- Inkl. Mittagessen, sowie Getränke und Erfrischungen (ohne Alkohol).

Seminarziel:

Zeit für den „Spurwechsel“? Mit Ihrer Pensionierung wechseln Sie auf einen neuen Lebensweg. Wie wollen Sie Ihr Leben zukünftig gestalten und ausbalancieren. Finden Sie heraus, was für die nachberufliche Zeit wichtig und wertvoll ist. Den Teilnehmenden wird vermittelt, was es braucht, damit Sie ihre neue Lebenssituation ausbalanciert gestalten können. Nach dem Kurs haben Sie erste Ideen, wie sie den neunen Lebensabschnitt nach der Pensionierung in Angriff nehmen.

Programm:

Montag, 28. November 2022

Zeit	Thema – Inhalte	Referent
ab 09.15 h	Eintreffen bei Kaffee und Gipfeli	
09.45 – 10.00 h	Begrüssung / Organisation / Vorstellung <ul style="list-style-type: none"> - Erläuterung von Ziel und Zweck des Seminars - Vorstellungsrunde TeilnehmerInnen - Feststellung und Festhalten der Erwartungen 	A. Schwab
10.00 – 11.00 h	Pensionierung und nachberufliche Zukunft: Eine Gelegenheit, sich (frühzeitig) damit Auseinandersetzen <ul style="list-style-type: none"> - Einstieg: Der Wechsel von der Berufsphase zur Nachberufsphase als Ende und als Anfang. 	A.Mehr
11.00 – 11.15 h	Kaffeepause	
11.15 – 12.15 h	Pensionierung und nachberufliche Zukunft: <ul style="list-style-type: none"> - Auf was es ankommt, dass Menschen ihr neues Leben als ausbalanciert und erfüllend erachten. 	A.Mehr
12.30 – 13.45 h	Gemeinsames Mittagessen	
13.45 – 14.45 h	Finanzielles rund um die Pensionierung AHV / BVG / Unfallversicherung / Krankenkasse / Güter- und Erbrecht / Vorsorgeauftrag, Patientenverfügung, Generalvollmacht	B.Michaelis
14.45 – 15.00 h	Kaffeepause	
15.50 – 18.00 h	Fortsetzung Inkl. Pause mit Absprache	B. Michaelis
19.00 h	Gemeinsames Nachtessen	

Dienstag, 29. November 2022

Zeit	Thema – Inhalte	Referent
07.45 - 08.00 h	Kurzrepetition vom Vortag - offene Fragen?	A. Schwab
08.00 – 12.00 h	Pensionierung und nachberufliche Zukunft: - Ideen zur Gestaltung des Übergangs und der neuen Lebensphase entwickeln und vertiefen. Inkl. Pause	A. Mehr
12.00 – 13.15 h	Gemeinsames Mittagessen	
13.15 -16.00 h	Fortsetzung	A. Mehr
16.00 - 16.15 h	Schlussbesprechung - Feedbackrunde - Zertifikat - Verabschiedung der Teilnehmer und Teilnehmerinnen	A. Schwab