



קורס הכנה לפרישה

מרגע לידתנו,Robben צועדים במסלול כללי די קבוע וידוע מראש, החל ממסגרות חינוכיות, צבא, השכלה ועד לכניותתו לשוק העבודה, בו אנו מבלים את מרבית שנותינו.

תקופת הנמלאות היא התקופה הראשונה בהיינו שבה אנו חיים ללא המוגרת שבמידה רבה הגדרה את זהותנו.

הפרישה מהעבודה מלאה בשניים, המצרים התמודדות והסתגלות במישורי החיים השונים. חשוב להבין את האתגרים, הצרכים הפיזיולוגיים והנפשיים, השאיות והאפשרויות הגלומות בשגרת החיים החדש שמהוות נקודת פתיחה מצינית לחיזוק משפחתי, להפתחות אישית, להתנדבות ממשמעותית ואף לקריירה שנייה.

תכנית הקורס "הכנה לפרישה" מקנה ידע וכליים חיוניים בקבלת החלטות חשובות בשלושה ובדים מרכזים בחו' ה포ש: הרובד האישי-משפחתי, הרובד הכלכלי-פיננסי והרובד החברתי-תעסוקתי.

פירוט נושאי הלימוד

| | |
|--|-----------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none">משמעות הפרישה מהעבודה - צומת דרכים ממשמעותית ומאתגרת.תהליכי שינוי ומעברים בחים - חששות, פחדים וסמים בתהילה, כיצד מתמודדים ומתגברים עליהם?קבלת החלטות ובנית מטרות ודריכים לצמיחה אישית, סיכון ומיושע עצמי.התמודדות משפחתיות וΖיגזג עטיפה לאישיותם של בני משפחהמערכות החיבור והקשרים המשפחתיים והרב דורותשיפור התקשורת הבינאישית והסובלנות הרחדיתסבא וסבתא בעדן המודרני: איך להיות מעורבים מבל' להתערב?התמודדות וטיפול בהורים מזקנים. | הרובד האישי - משפחתי |
| <ul style="list-style-type: none">תכנון מקורות ההכנסה בגין פרישה - קצבות ביתוח לאומי, חיסכון פנסיוני ומיסוי.זכויות אזרח ותיק, ביטוח בריאות וסעוד.השיקעות בגין השילishi ובונית חזון כלכלי.היבטים משפטיים בתחום הפרישה - סדרת הרכוש במשפטה, צואות וירושות וסוגיות משפטיות רלוונטיות לדיני עבודה. | הרובד הכלכלי - משפטי |
| <ul style="list-style-type: none">שמירה על אורח חיים בריא - תזונה נכונה ו פעילות גופנית כדרך חייםמיושש עצם ופיתוח תעסוקתי בפרישה - בניית לוח זמנים וועלויות, פעילות התנדבותית, תרבות הפנאי, גשימת חלומות ומחבבים. | הרובד החברתי - תעסוקתי |

עלות הקורס: 152 ₪

לעמית ב - 100% משרה, החבר בשתי העמותות.



לפרטים והזמנת הקורס www.amitnet.co.il | 073-2244132