

# AvantAge

Eine Dienstleistung von Pro Senectute

**MOTIVIERT ARBEITEN VON DER LEBENSMITTE  
BIS ZUR PENSIONIERUNG**





## AVANTAGE - IHR PARTNER FÜR ÄLTERE MITARBEITENDE

Wie kann ich mich beruflich weiterentwickeln? Wie bleibe ich motiviert und leistungsfähig? Wie sieht meine finanzielle Vorsorge aus und kann ich sie optimieren? Diese Fragen stellen sich Mitarbeitende ab der Lebensmitte – und diese Fragen betreffen auch alle Unternehmen und Organisationen, die ältere Mitarbeitende beschäftigen.

Als Arbeitgeber, besonders in Zeiten des Fachkräftemangels, sind Sie darauf angewiesen, dass die Mitarbeitenden ihre Arbeit mit Engagement verrichten. Die älteren Mitarbeitenden sollen gesund und leistungsfähig bleiben und auch in Zukunft die Unternehmensziele motiviert mittragen.

Die Schweiz weist unter allen OECD Staaten mit 73 % eine sehr hohe Erwerbstätigenquote der 55- bis 64-Jährigen auf. Umso wichtiger ist es, ältere Mitarbeitende individuell zu stärken.

**AvantAge ist die Fachstelle für Alter und Arbeit von Pro Senectute Kantone Zürich und Bern.**

Als Bildungsinstitution richten wir uns an Arbeitgeber sowie Mitarbeitende in der deutschsprachigen Schweiz. Wir bieten speziell konzipierte Seminare und Veranstaltungen von der Lebensmitte bis zur Pensionierung und darüber hinaus an. Weitere Informationen finden Sie auf den folgenden Seiten.

Haben Sie weitere Wünsche und Anliegen in Bezug auf Ihre älteren Mitarbeitenden? Dann kontaktieren Sie uns – wir finden für Sie eine massgeschneiderte Lösung.

# ANGEBOTSÜBERSICHT

## Denkpause

---

- |  |   |
|--|---|
| <b>Beruflicher Zwischenhalt</b><br>Weichen stellen - im Beruf, persönlich und finanziell (1 Tag) | 4 |
| <b>Gestaltung der nächsten Berufsjahre</b><br>Wünsche umsetzen (1 Tag, Vertiefung)               | 5 |

## Pensionierung

---

- |  |   |
|--|---|
| <b>Vorbereitung auf die Pensionierung</b><br>Selbstbestimmt in die Zukunft (1 Tag) | 6 |
| <b>Pensionierung gestalten</b><br>Von der Pflicht zur Kür (1 Tag, Vertiefung)      | 7 |
| <b>Späte Freiheit</b><br>Gut vorbereitet in die Pensionierung (2 Tage)             | 7 |

## Weitere Seminare

---

- |   |   |
|---|---|
| <b>Starkes Ensemble</b><br>Altersgemischte Teams erfolgreich führen (1 Tag) | 8 |
|---|---|





## DENKPAUSE

Ab der Lebensmitte sollten in beruflicher, privater und finanzieller Hinsicht wichtige Weichen für die Zukunft gestellt werden.

In unseren Seminaren **«Beruflicher Zwischenhalt»** und **«Gestaltung der nächsten Berufsjahre»** reflektieren Ihre Mitarbeitenden die aktuelle Situation, Wünsche und Veränderungsmöglichkeiten. Die beiden Seminare dauern je einen Tag und richten sich an Mitarbeitende im Alter zwischen 50 und 57 Jahren.

## BERUFLICHER ZWISCHENHALT


WEICHEN STELLEN - IM BERUF, PERSÖNLICH UND FINANZIELL (1 TAG)

Erfahrene und motivierte Mitarbeitende sind eine wichtige Stütze jedes Unternehmens. In der Lebensmitte innezuhalten und sich für einen Zwischenhalt Zeit zu nehmen, lohnt sich. In dieser spannenden beruflichen und privaten Phase gilt es, die eigenen Stärken und Erfahrungen optimal zu nutzen, um weiterhin leistungsstark zu bleiben.

Mindestens zehn Jahre vor der Pensionierung sollte die finanzielle Vorsorge geplant werden. Zu diesem Zeitpunkt gefällte Entscheide haben erheblichen Einfluss auf die finanzielle Situation nach dem Erwerbsleben. Fachleute erläutern das Drei-Säulen-System, geben Hinweise zur Finanzplanung und informieren über Rechtliches.



### Seminarinhalte

- » Fähigkeiten und Stärken
  - » Umgang mit Stress
  - » Finanzen und Recht
  - » Pläne für die nächsten Berufsjahre
- 



## GESTALTUNG DER NÄCHSTEN BERUFSJAHRE

### WÜNSCHE UMSETZEN (1 TAG, VERTIEFUNG)

Die Schlussphase des Berufslebens bringt neue Herausforderungen mit sich – gefragt sind vor allem Flexibilität im Umgang mit Entwicklungen und Trends. Die veränderte Leistungsfähigkeit erfordert eine umsichtige Einteilung der eigenen Ressourcen.

Höchste Zeit, die nächsten Berufsjahre sorgfältig zu planen und zu gestalten. Mittels einer Standortbestimmung, die alle Aspekte des Lebens betrifft, stellen sich Ihre Mitarbeitenden Fragen wie:

Welche Ziele will ich weiterverfolgen? Wo muss ich mich neuorientieren? Wie können meine Wünsche und Pläne sinnvoll umgesetzt werden?

#### Seminarinhalte

- » Stärken und Talente nutzen
- » Kraftquellen kennen
- » Wünsche umsetzen
- » Hindernisse überwinden
- » Entscheidungen treffen



## PENSIONIERUNG

Ihre Mitarbeitenden werden in naher Zukunft pensioniert. Vieles wird sich für sie verändern: Freizeitgestaltung, Partnerschaft, soziales Umfeld, Finanzen, ihre Rolle in der Gesellschaft.

Niemand, der pensioniert wird, hat Erfahrung damit - doch man kann sich gut auf die Zeit nach dem Berufsleben vorbereiten. In unseren Seminaren «Vorbereitung auf die Pensionierung», «Pensionierung gestalten» und «Späte Freiheit» erhalten Ihre Mitarbeitenden die dafür nötige Zeit.

Die drei Seminare dauern ein bis zwei Tage und richten sich an Menschen, die in wenigen Jahren pensioniert werden. Wer in einer Partnerschaft lebt, besucht die Seminare idealerweise als Paar.

## VORBEREITUNG AUF DIE PENSIONIERUNG

### SELBSTBESTIMMT IN DIE ZUKUNFT (1 TAG)

#### Seminarinhalte

- » Pensionierung als Herausforderung und Chance
- » Abschied vom Erwerbsleben - den Übergang gestalten
- » Nachberufliche Pläne und Projekte
- » Veränderungen in Beziehungsnetz und Partnerschaft
- » Grundlagen Finanzen und Recht

Die Pensionierung steht an - ein wichtiger Übergang zwischen zwei Lebensabschnitten. Wie schaffen es Mitarbeitende, die Berufswelt zufrieden hinter sich zu lassen und in der neuen Phase erfolgreich anzukommen?

In unserem Seminar befassen sich Ihre Mitarbeitenden mit den Chancen des Übergangs, sie formen ihre Vorstellungen von der persönlichen Zukunft und schmieden erste Pläne.



## Seminarinhalte

---

- » Verschiedene Lebensentwürfe
- » Soziales Netz
- » Sinn- und Wertfragen
- » Motto für die Pensionierung

## PENSIONIERUNG GESTALTEN

VON DER PFLICHT ZUR KÜR (1 TAG, VERTIEFUNG)

Mit der Pensionierung verändert sich das Leben grundlegend. In diesem Seminar setzen sich Ihre Mitarbeitenden intensiv mit diesen Veränderungen auseinander. Sie machen sich Gedanken über

eine sinnstiftende Lebensgestaltung, entwickeln verschiedene Stossrichtungen und ebnen dadurch den Weg in eine erfüllte Zukunft.

## SPÄTE FREIHEIT

GUT VORBEREITET IN DIE PENSIONIERUNG (2 TAGE)

Der Eintritt in die Pensionierung ist für viele Menschen eine Herausforderung. Indem sie sich intensiv damit auseinandersetzen und das Wissen anderer nutzen, können sie sich optimal darauf vorbereiten.

Kompetente Seminarleitende und Referierende vermitteln wertvolle Informationen, geben vielfältige Impulse und zeigen Strategien auf, wie Ihre Mitarbeitenden ihren Weg in die **«Späte Freiheit»** souverän angehen können. Alternativ bieten wir das Seminar **«Späte Freiheit»** auch als Webinar an (1.5 Tage).

## Seminarinhalte

---

- » Pensionierung als Herausforderung und Chance
- » Abschied vom Erwerbsleben
- » Gesundheit und Wohlbefinden
- » Beziehungen und Partnerschaft
- » Nachberufliche Pläne und Projekte
- » AHV, Pensionskasse, 3. Säule
- » Rechtliche Aspekte

## WEITERE SEMINARE

### STARKES ENSEMBLE

ALTERSGEMISCHTE TEAMS ERFOLGREICH FÜHREN (1 TAG)

Ein verantwortungsbewusstes Unternehmen nutzt die Diversität seiner Mitarbeitenden: ihre unterschiedlichen Fähigkeiten und ihren langjährigen Erfahrungsschatz. Es respektiert aber

auch divergierende Sichtweisen. Vielfalt kann wesentlich zum Unternehmenserfolg beitragen, muss aber von Führungspersonen wahrgenommen und sinnvoll genutzt werden.

#### Seminarinhalte

- » Demografische Entwicklung in den kommenden Jahren
- » Unterschiede und Gemeinsamkeiten der verschiedenen Generationen
- » Motivation, Leistungs- und Lernfähigkeit über die gesamte Lebensspanne hinweg
- » Diversity
- » Altersdurchmischte Teams führen

Das Seminar **«Starkes Ensemble»** richtet sich an Führungskräfte. Diese setzen sich mit unterschiedlichen Generationen und ihren Ansprüchen an die Führung auseinander und erhalten damit neue Impulse für ihren eigenen Führungsalltag.

Alternativ bieten wir das Seminar **«Starkes Ensemble»** auch als halbtägiges Webinar an.

## IMPRESSUM

**AvantAge**

Eine Dienstleistung von Pro Senectute

Herausgeberin      AvantAge - Fachstelle Alter und Arbeit  
Forchstrasse 145  
Postfach  
8032 Zürich  
www.avantage.ch

Gestaltung          code4graph gmbh, Wermatswil

Druck                  Schneider Druck AG, Zürich

Möchten Sie weitere Flyer zu unseren Seminaren beziehen? Oder wünschen Sie ein Beratungsgespräch? Dann freuen wir uns auf Ihren Anruf, Telefon 058 451 51 57, oder Ihre E-Mail: [info@avantage.ch](mailto:info@avantage.ch).