Seniorutviklingskurs 2016

Forberedelse til livet som senior:

Nye muligheter og vekst i seniorperioden.

Foto: Frank May / DPA / NTB scanpix

Seniorperioden kan bli en berikelse for den enkelte og arbeidslivet!

Skaperglede og livsmot

Nordnorsk Pensjonistskole
8920 Sømna

Seniorutviklingskurs - forberedelse til livet som senior.

Bakgrunn

Stortinget fastslår i stortingsmelding nr. 35 (1991 – 92) «Om statens forvaltnings- og personalpolitikk» at **«Når det gjelder forberedelse til pensjonsalderen, vil staten fortsatt tilby kurs som dette».** Planleggings- og samordningsdepartementet fulgte opp dette og anbefalte at slike kurs går inn som en del av personalpolitikken, jfr. Departementets veiledning om seniorpolitikk – P – 0850. På bakgrunn av dette henvender vi oss til bedrifter for å tilby våre kurs.

Formål

Kurset har som utgangspunkt at seniorer - aldersgruppen 55+ - er en ressurs for arbeidsplassen, og at eldres evne til å tenke grundigere og i lengre perspektiv etter hvert vil bli en svært etterspurt ressurs i arbeids- og samfunnsliv. Kurset tar opp arbeidslivets betydning for livskvalitet, læring som senior, menneskets personlighetsutvikling fra ung til eldre, og ser på utviklingspotensialet og samhandlingsmuligheter mellom unge og eldre i arbeidslivet. Kurset vil inspirere mennesker som ønsker det, til aktiv deltagelse i arbeidslivet og i samfunnet også etter at man har nådd pensjonsalderen**. Arbeidslivet og samfunnet trenger aktive seniorer**!

Det å bli eldre er en prosess som influerer på mange sider ved tilværelsen. Kurset har derfor som formål å rette søkelys mot noen viktige temaer; Aldringens psykologi og meningsfulle dager, kosthold, trening og helse, og pensjon og økonomi. Dersom man føler at tiden snart er inne for å trappe ned eller avslutte sin yrkesaktive karriere, er det mange aspekter man må tenke over.

Hvorfor gå på Seniorutviklingskurs hos NNPS

- Kurset gir inspirasjon til aktivitet og livsutfoldelse i seniorperioden.
- Kurset motiverer kursdeltakerne til å planlegge en ny og spennende tid som seniormedarbeider, og kvitte seg med kunnskapsløse myter om eldres svakheter.
- Kurset gir kunnskapsbasert informasjon om muligheter seniorer har til å fortsatt være en minst like produktiv medarbeider i perioden 55 - 70 som de var i yngre år.
- Kurset bidrar til at arbeidstakere får positive holdninger og trygghet m.h.t videre yrkeskarriere og pensjonisttilværelse.
- Kurset bidrar til å styrke bedriftskulturen.
- Kurset gir kursdeltakerne informasjon og kunnskap som gjør at de lettere kan ta stilling til fremtidig yrkeskarriere, og vurdere tidspunkt for pensjonering ved at de får personlig veiledning om pensjonsøkonomi.
- Kurset bidrar til at næringsliv og offentlig forvaltning får mer innsikt i hva seniorers kompetanse består i, og kunnskap om deres læringsmuligheter, - seniormedarbeidere vil bli en ettertraktet gruppe!

Forelesere / kurslærere

Nordnorsk Pensjonistskole har under planleggingen og gjennomføringen av våre Seniorutviklingskurs et nært samarbeid med **pedagog Ivar Wigaard**. Vår hoved-foreleser har et glødende engasjement og interesse for seniorpsykologi. Han driver «Seniorinstituttet», og har latt seg inspirere av mange eldre kursdeltakere. Hans ønske er å motivere mennesker til fortsatt innsats i arbeidslivet utover AFP-tidspunktet på 62, og/eller til å satse på å være til nytte i andre samfunnsmessige sammenhenger i tiden etter yrkeskarrieren. Wigaard har over 30 års kompetanse innenfor dette arbeidsfeltet, og er selv et eksempel på at seniorer er en ressurs i arbeidsliv og samfunn.

Ellers har vi med fysioterapeut som tar for seg trening og helse, og jurist som tar for seg aktuelle temaer innen arv og familierett.

Kurstilbud og priser

Vi tilbyr en kurspakke over 4 dager. Kursavgift og utgifter til reise og opphold dekkes vanligvis av arbeidsgiver. Vi har spesielle tilbud for partner fordi kurset tar opp mange aspekter som influerer på livssituasjonen for begge i parforholdet, og det er viktig at man er sammen om avgjørelser om eventuelle endringer i livssituasjonen.

Kursene går over 4 dager i Nordnorsk Pensjonistskoles lokaler. Skolen er lokalisert i samme bygg som Sømna Kro & Gjestegård. Det sosiale vektlegges ved skolen, og vi legger opp til en tur til Torghatten - dersom været tillater det - og Hildurs Urterarium (www.hildurs.no) en av kveldene. Vi har også ofte besøk av Sømna kommunale kulturskoles elever og andre som underholder litt.

Kurset starter tirsdag kl. 12.00, og avsluttes med lunsj fredag kl. 13.00

I 2016 tilbyr vi kurs i Seniorutvikling: uke 22, 39 og 42.

Ved stor pågang kan det være aktuelt å sette opp ekstra kurs. Påmeldingsfrist er 2 uker før kursstart**.**

Pris for kurset er kr. 5.950 for deltaker, og kr. 3.300 for ledsager. I disse beløpene ligger deltakeravgift, overnatting, måltider, utflukt og personlig veiledning i pensjonsøkonomi.

Faktura sendes etter endt kurs.

Kursinnhold

- Aldringens psykologi og personlighetsutvikling.
- Behovet for å høre til i meningsfulle sammenhenger.
- Arbeidslivets betydning og verdi.
- Fysisk aktivitet og helse.
- Boligen i eldre år og kontakt med nærmiljøet.
- Planlegging for en ny og annerledes livsperiode.
- Aktuell jus.
- Innføring i folketrygdens alderspensjoner, tjenestepensjoner i offentlig sektor, samordning og kollektive pensjonsordninger i privat sektor.

Om Nordnorsk Pensjonistskole

Skolen driver etter lov om folkehøyskole, og ligger i kommunesenteret Vik i Sømna kommune på Sør-Helgeland, 4 mil sør for regionsenteret Brønnøysund. Til Sømna kommer du deg med tog til Grong eller Mosjøen, og videre med buss, eller med fly eller hurtigrute til Brønnøysund, og videre med buss. Skolen ligger like ved Fylkesvei 17, og lokale buss- og ferjeruter finnes på www.tts.no.

Vi ønsker velkommen til inspirerende dager, fylt med kunnskap og mening ved Nordnorsk Pensjonistskole!

Tlf.: 750 29 280 / Fax: 750 29 036 / e-post: post@nnps.no / www.nordnorsk-pensjonistskole.no