

תושבי משגב והסביבה מוזמנים ל:

סמינר הכנה לפרישה מהעבודה

חמישי - שישי 25-24 בדצמבר 2026

מטרת הסמינר: הקניית מודעות, ידע וכלים מעשיים לקראת ובפרישה מהעבודה
קהל יעד: תושבי משגב והסביבה הנמצאים לקראת פרישה מהעבודה או עד שנתיים לאחר הפרישה
מיקום: אולם בית המוסיקה בישוב מעלה צביה

תוכנית הסמינר:

יום חמישי 24.12.26 | התנהלות כלכלית ותכנון פנסיוני בתקופת הפרישה

מרצים: צחי קלנר, מנכ"ל 'נתיבי פרישה', M.A בכלכלה, יועץ כלכלי בכיר, מומחה למימון והשקעות.
שקד אלישע .Cfp – מתכנן פיננסי ומתכנן פנסיוני מוסמך.

8:30-9:00	התכנסות וכיבוד קל
9:00-10:20	**פגישה עם פרישה** - תהליך הפרישה והשינויים הצפויים במעגל החיים, אתגרים ופתרונות ראשוניים.
10:20-10:30	הפסקה
10:30-11:45	**הפורש והביטוח הלאומי** - הצגת זכויות גמלאים בביטוח לאומי ואופן מימושן: קצבת זקנה, ביטוח זקנה, ביטוח שארים
11:45-12:30	סיור הכרות קצר במעלה צביה ובאגם
12:30-13:45	**תכנון פיננסי** – פנסיה ומס. עולם המיסוי והפרישה בדגש על טופס קיבוע זכויות, תכנון ופתרונות מס בפרישה מהעבודה.
13:45-14:30	ארוחת צהרים קלה
14:30-16:00	**כלכלה בפרישה מתקציב להגשמה כלכלית** - השינוי הכלכלי המגיע עם הפרישה, ההשפעות הכלכליות של הפרישה על המאזן הכלכלי המשפחתי ועל חיי היומיום והצגת כלים ודרכים להתמודדות עם השינוי הכלכלי.

יום שישי 25.12.26 | איכות חיים באריכות חיים - הרצאות חווייתיות ולמידה אישית

מרצה: עינת פורת עמוס, עו"ס, M.A בגרונטולוגיה, פסיכותרפיסטית ומנחת קבוצות ומייסדת"מכון לתבונה".

8:30-9:00	התכנסות וכיבוד קל
9:00-10:30	• מגמות עולמיות ומקומיות בשמירה על איכות חיים באריכות ימים ייחודיותם וחשיבותם של המשך תהליכי התפתחות אישית ומשמעות גם אחרי הפרישה מהעבודה. • מחקרים וידע נצבר על דרכים לשימור תפקודים פיזיים, קוגניטיביים ומוחיים.
10:30-10:40	הפסקה
10:40-12:15	• ניהול פנאי, אורח חיים בריא והגשמת יעדים אישיים. • זוגיות בפרישה. • המשפחה הרב דורית כבסיס להמשך התפתחות ותקשורת בין דורית.
12:15-13:00	מיכל חונן, מנכ"לית עמותת 'מרחבים' - הצגת אפשרויות להתנדבות ולהמשך למידה והעצמה. סיכום הסמינר

מומלץ מאד להגיע עם בן / בת הזוג, כיוון שחלק ניכר מן ההחלטות הן משפחתיות ויש להן ולידע שתקבלו בסמינר, משמעות וחשיבות לשני בני הזוג.

עלות הסמינר: לתושבי משגב ועובדי המועצה האזורית משגב : 250 ₪
לתושבי חוץ: 550 ₪
בן / בת זוג: 40% הנחה

הסמינר בסבסוד אשכול בית הכרם ועמותת מרחבים לוותיקי משגב - מועצה אזורית משגב
מספר המקומות מוגבל, תינתן עדיפות לתושבי משגב וישובי אשכול בית הכרם

הרשמה בקישור: https://h1.nu/seminar-prisha
ניתן לפנות בשאלות למשרדי עמותת מרחבים 049990314

