

Til

NKFs lokallag



Rundskriv L 06-2017

Oslo, 15. mars 2017

Invitasjon til Seniorskurs 55+ for folkehøgskoleansatte

Har du vært i folkehøgskolen/arbeidslivet en god stund og nå så smått nærmer deg en ny fase av livet, kan det fort være en del ting du lurer på. Hvordan vil du bruke din kompetanse i årene som kommer, i jobb, i fritid? Hvilke muligheter og rettigheter har du i forhold til pensjon, AFP, og hvilken økonomi vil du ha etter at du går av eller trapper ned? Spørsmålene er mange og svarene veldig avhengig av akkurat din situasjon.

Nestor (tidligere Norsk senter for seniorutvikling) i samarbeid med Folkehøgskoleforbundet og Noregs Kristelege Folkehøgskolelag, inviterer til *Seniorskurs 55+ for folkehøgskoleansatte*. Kurset arrangeres i dagene onsdag 9. – 11. august på Nestor i Melsomvik i Vestfold.

Seniorskurs 55+ for folkehøgskoleansatte hjelper deg med svar på dine spørsmål. Kurset er et motivasjons- og pensjonistforberedende kurs som retter seg til alle ansatte med lenger fartstid i folkehøgskolen. Vær vennlig å videresend dette skrevet til alle ansatte i aldersgruppen 55+.

Program

Invitasjon og program er vedlagt e-posten.

Pris og påmelding:

Kurset er sterkt subsidiert og koster kun kr 3.100,- inkl. kursavgift og opphold med helpensjon. Prisen inkluderer kursavgift, kursdokumentasjon, overnatting og alle måltider.

Gratis personlig konsultasjon for medlemmer

Er du medlem i NKF kan du få personlig samtale med konsulent om din pensjon (½ time) gratis, dersom du ønsker det. For andre kommer det et tillegg på kr 800,- pr pers. for den personlige konsultasjonen.

Påmelding:

Ring Anne på tlf 33 33 55 00, e-post: post@nestorutvikling.no eller bruk vårt påmeldingsskjema på www.nestorutvikling.no

Påmeldingsfrist: Fortløpende

Nestor har sendt tilsvarende kursinvitasjon direkte til skolen.

Hilsen NKF

Tor Grønvik,
daglig leder

Arvid Kopperdal,
organisasjonskonsulent



nestor

- et unikt kurssted!

SENIOR



Lønnsomt og nyttig!

Seniorkurs 55+

Melsomvik 9. - 11. august 2017

Erfarne medarbeidere – på vei mot pensjonsalder!

Skaff deg kunnskap om pensjon, juss og aktuelle helse relaterte tema. Bli inspirert til å lage din egen plan for resten av ditt arbeidsliv og tiden etter. Få tid til egenrefleksjon rundt dine valgmuligheter. Kurset er et samarbeid mellom Nestor, Folkehøgskoleforbundet og Noregs Kristelige Folkehøgskolelag.

Pris: Kr 3.100,- Prisen inkluderer kursavgift, kursdokumentasjon, overnatting og alle måltider. Evt dagdeltakerpris kr 2.100,-. Tillegg for ½ times personlig beregning og samtale om pensjon: kr 800,- pr pers. (Medlemmer av FHF eller NKF får dekket dette av sin organisasjon)

Frist: Påmeldingsfrist fortløpende

Sted: Nestor, Melsomvikveien 79, 3159 Melsomvik

Påmelding: Ring Anne på tlf 33 33 55 00, e-post: post@nestorutvikling.no eller bruk vårt påmeldingsskjema på www.nestorutvikling.no

www.nestorutvikling.no

Erfarne medarbeidere - på vei mot pensjonsalder!

Du har i en årrekke vært engasjert og ansatt i folkehøgskolen og nærmer deg nå en ny fase av livet. Hvordan vil du bruke din kompetanse i årene som kommer, i jobb, i fritid? Hvilke muligheter og rettigheter har du i forhold til tilrettelegging av arbeidssituasjon, pensjon, AFP, og hvilken økonomi vil du ha etter at du går av eller trapper ned? Spørsmålene er mange og svarene veldig avhengig av akkurat din situasjon.

Bli inspirert til å lage din egen plan for resten av ditt arbeidsliv og tiden etter. Skaff deg kunnskap om pensjon, juss og aktuelle helse relaterte tema. Få tid til egenrefleksjon rundt dine valgmuligheter!

NB: Muligheten for pensjonsberegning, ½ time pr person, må forhåndsbestilles!

**GRIP SJANSJEN
TIL Å PLANLEGGE
RESTEN AV
DITT LIV!**



Program: (Med forbehold om endringer og tilstrekkelig antall deltagere)

Onsdag 9. august

- | | |
|-------------|--|
| 1000 - 1100 | Innkvartering i undervisningsbygget |
| 1100 | Kursåpning
Folkehøgskolen i går, i dag og i morgen v/Tor Grønvik (NKF) og Arild Mikkelsen (FHF) |
| 1230 | Lunsj |
| 1330 - 1615 | Hvor er jeg? Hvor går jeg? Ditt liv - din framtid - dine valg
Om senkarriere, kompetanseoverføring, framtidsperspektivet, familie og samfunnsdeltakelse.
Inspirasjon og refleksjon v/inspirator og motivator Tom Grankel |
| 1630 - 1730 | Norrøn mytologi i malerkunsten v/kurator Tone Lyngstad Nyaas |
| 1900 | Middag |
| 2030 | Velkommen til Nestor |

Torsdag 10. august

- | | |
|-------------|---|
| 0900 | Morgensamling |
| 0905 - 1245 | Pensjonsrettigheter |
| 1300 | Lunsj |
| 1345 - 1430 | Vandring i kyst og kulturlandskap i Melsomvik |
| 1500 - 1745 | Kosthold og ernæring v/ernæringsfysiolog Marthe Bottolfs |
| 1745 - 1800 | Kort info om tilbud til pensjonister/veteraner
For FHF info fra Seniorlaget ved Helge Furnes. Parallelt gis NKF-info |
| 1900 | Middag |
| Ca 2030 | Minikonsert v/JK.Melby |

Fredag 11. august

- | | |
|-------------|--|
| 0900 | Morgensamling |
| 0905 - 1245 | Aktuell Juss v/Nestor-advokat Dag Røed |
| 1245 | Evaluering og takk for nå |
| 1300 | Lunsj før hjemreise |



nestor

- et unikt kurssted!

Om Nestor:

Nestor er et unikt kurscenter for voksne, kjent for kvalitetsforedrag, god atmosfære og et godt kjøkken. Vi har 40 trivelige overnattingsrom og du velger selv om du vil overnatte eller være dagdeltaker. Du finner Nestor i den sjarmerende «kystperlen» Melsomvik i Vestfold; nær E18, Stokke jernbanestasjon og Torp Sandefjord lufthavn. **Velkommen!**

Mer info: Ring Anne på tlf 33 33 55 00 • e-post: post@nestorutvikling.no

Velkommen til et trivelig sted for påfyll, gode måltider og opphold i fellesskap!

Stedet for lærelyst og reiselyst!



www.nestorutvikling.no