

EINLADUNG ZUM  
PENSIONIERUNGSEMINAR /



# / BEREIT FÜR DEN DRITTEN LEBENSABSCHNITT? /

GESTALTEN SIE JETZT DEN ÜBERGANG IN  
IHRE NACHBERUFLICHE LEBENSZEIT!

Lassen Sie sich in unserem 1-tägigen Pensionierungs-Seminar von zwei kompetenten Referierenden informieren und bereiten Sie sich frühzeitig auf diesen wichtigen Übergang vor. Wenn es um den dritten Lebensabschnitt geht, möchte niemand Wichtiges vergessen oder verpassen. Wir unterstützen Sie dabei, an alles zu denken und Ihre nachberufliche Lebenszeit aktiv zu gestalten.

FREUEN SIE SICH AUF EINEN SPANNENDEN TAG  
UND BRINGEN SIE IHRE FRAGEN MIT. WIR FREUEN UNS AUF SIE!

ZUM SEMINAR  
**HIER  
ANMELDEN**

## ÜBERBLICK /

### KOSTEN /

420 CHF pro Person,  
ggf. spezifische Firmenkonditionen

### INKLUSIVE /

Kurs-Unterlagen und  
Pausenverpflegung

### LUNCH OPTIONAL /

Mittagessen in der Gruppe in  
nahegelegenem Restaurant,  
Kantine auf eigene Kosten

### FÜR FIRMEN /

Konditionen & Inhouse-Seminare  
auf Anfrage

### VERANSTALTUNGSORT /

Rauszeit Agentur GmbH  
Aeschengraben 16, 4051 Basel

### UHRZEIT /

jeweils 8.00 - 17.00 Uhr  
Bitte kurz vorher eintreffen

**UNSERE  
SEMINAR-TERMINE  
2026**

Do, 22.01.2026	Di, 18.08.2026
Do, 12.02.2026	Mo, 07.09.2026
Di, 24.03.2026	Di, 13.10.2026
Di, 21.04.2026	Di, 10.11.2026
Di, 05.05.2026	Mi, 09.12.2026

**ANMELDUNG & FRAGEN / +41 (0)79 624 26 38**

monika.keller@rauszeitagentur.ch / weitere Informationen auf [www.rauszeitagentur.ch](http://www.rauszeitagentur.ch)

# TEIL I - FINANZIELLE PENSIONIERUNGSPLANUNG (HALBER TAG)

ZUM SEMINAR  
**HIER  
ANMELDEN**

## THEMEN /

**ARTUS**  
UNICON AG

### I. EINKOMMENSBEDARF IM ALTER /

- > Budget

### II. EINKOMMEN IM ALTER /

- > AHV, Pensionskasse, 3. Säule,  
weitere Vermögenswerte
- > Bezugsformen (Rente oder Kapital)

### III. WEITERARBEITEN

#### NACH DEM AHV-ALTER /

- > Aufschub der Rente (AHV & PK)
- > Freibeträge

### IV. VORZEITIGE PENSIONIERUNG UND/ODER TEILPENSIONIERUNG /

- > Schrittweiser Rückzug
- > Unterschiedliche Regelungen

### V. ERGÄNZUNGSLEISTUNGEN /

- > Anspruchsberechnung

### VI. PRIVATE VERSICHERUNGSDECKUNG /

- > Unfallschluss Krankenkasse
- > Zusatzversicherungen prüfen

### VII. NACHLASSREGELUNG /

- > Vorsorgeauftrag
- > Testament / Erbvertrag

## REFERIERENDE /

DIPLOMIERTE UND SEHR ERFAHRENE SOZIALVERSICHERUNGS-EXPERTEN



/ FRANCO MURONI /

Leiter BVG



/ SVEN KULL /

Mandatsleiter



/ ALEXEJ EGGENSCHWILER /

Fachspezialist BVG



/ RALPH NYFFELER /

Geschäftsführer CFO

# TEIL II - PERSÖNLICHE, SOZIALE UND GESUNDHEITLICHE ASPEKTE (HALBER TAG)

ZUM SEMINAR  
**HIER  
ANMELDEN**

## THEMEN



BERATUNG | COACHING | SEMINARE

### I. LEBENSPHASEN

- > Rückblick und Ausblick

### II. STERBEN UND TOD

- > Phasen und Befindlichkeiten
- > Nahestehend und selbst betroffen

### III. PATIENTENVERFÜGUNG

- > Nutzen, Varianten und Beispiele

### IV. ÜBERGANG & NEUANFANG

- > Letzte Berufsjahre & Abschied
- > Träume und Wünsche
- > Fokus neu ausrichten und loslassen

### V. PSYCHE & KÖRPER

- > Gesundheit
- > Haltung & Resilienz, die innere Stärke
- > Bewegung, Ernährung

### VI. TIPPS FÜR PAARE & SINGLES

- > Freiräume und Gemeinsamkeiten
- > Rollen und Aufgaben, Beziehungsnetz

### VII. BESTE HOFFNUNG

- > Unser Einfluss auf die Zukunft

### VIII. MEIN PLAN

- > Was nehme ich mir heute schon vor?

## REFERIERENDE

HR-EXPERTINNEN, SEMINARLEITERINNEN, COACHES FÜR VERÄNDERUNGSPROZESSE



**MONIKA KELLER**  
Life Coach



**CLAUDIA MEURY**  
Life Coach



**ENRICO DEI GOBBI**  
Life Coach