



Fortbildungsangebote 3. Quartal 2025

<p>Mi., 17. Sept.</p> <p>15.00 bis 16.30 Uhr</p> <p>17.00 bis 18:30 Uhr</p>	<p><i>Ruhestand und Versorgung - Pension neu gedacht</i> <i>Informationsveranstaltung für <u>verbeamtete</u> Kolleginnen und Kollegen</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Wann ist eine Pensionierung vor dem regulären Pensionsalter möglich?• Wie wirkt sich eine Änderung der Lebensverhältnisse (Teilzeit, Elternzeit) auf die Höhe der Pension aus?• Beeinflusst ein gesetzlicher Rentenanspruch die Pensionshöhe? <p><i>Blackbox Rente</i> <i>Informationsveranstaltung für <u>tarifbeschäftigte</u> Kolleginnen und Kollegen</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Wie wird die jährliche Renteninformation gelesen?• Wie wird die Rente besteuert?• Welche Abgaben sind von der Rente zu zahlen?• Welche Optionen bestehen bei einer möglichen Frühverrentung?• Wie wirkt sich eine Veränderung der Lebensverhältnisse (Teilzeit, Elternzeit) auf die Rentenhöhe aus? <p><u>Referent:</u> Jonathan Lohne, Finanzplaner <u>Ort:</u> Online-Fortbildung</p>
<p>Mo., 29. Sept.</p> <p>16.00 bis 17.30 Uhr</p>	<p><i>Yoga-Workshop für Lehrer*innen - Nacken, Schultern & Rücken entlasten</i></p> <p>Lehrkräfte leisten täglich enorm viel – oft auf Kosten der eigenen Gesundheit. Verspannungen im Nacken, Schultern und Rücken sind dabei keine Seltenheit.</p> <p>In diesem kompakten Yoga-Workshop lernst du gezielte Übungen zur Entspannung und Stärkung – speziell auf die Bedürfnisse von Lehrer*innen, Erzieher*innen und OGS-Betreuer*innen abgestimmt. Wenn möglich, bitte eine eigene Yoga-Matte mitbringen.</p> <p><u>Referentin:</u> Daniela Kizay, zertifizierte Yoga-Lehrerin <u>Ort:</u> Lindenschule, Gisbertstr. 15, 50226 Frechen</p>
<p><u>Anmeldung per Mail unter:</u> sekretariat.gew-rhein-erft@gmx.de Anmeldeschluss jeweils eine Woche vor der Veranstaltung. Teilnahmegebühr jeweils 10 €, für GEW-Mitglieder kostenfrei (bitte Mitgliedernummer angeben). Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Bestätigungsmail.</p> <p>Viele weitere tolle Fortbildungsangebote finden Sie auch unter www.gew-nrw.de/gewerkschaft/termine</p>	