

七、中高齡及高齡員工退休準備與調適協助措施

目的與對象

協助符合法定自請退休或屆齡退休前二年之中高齡及高齡員工退休準備，營造中高齡及高齡者友善職場



補助

補助講師鐘點費、諮詢費、活動器材費、印刷費、宣導品製作費、餐費及其他必要編列之項目，
每年最高補助 50 萬元



辦理規劃

辦理課程、團體活動，或個別諮詢，營造中高齡及高齡員工友善職場

- **課程**：退休理財規劃、健康管理主題等
- **團體活動**：退休前準備或退休生涯規劃之支持團體活動協助等
- **個別諮詢**：退休生涯規劃、心理諮商等
- **文宣**：提供中高齡及高齡員工退休準備資源手冊或文宣品



七、中高齡及高齡員工退休準備與調適協助措施

範例

- **辦理方式：**(課程類)
- **參加對象：**辦理「安可人生」講習，協助中高齡及高齡員工提早規劃退休生涯、調適照顧父母的壓力，支持員工以正向樂觀的態度及早規劃與因應，讓人生下半場依舊精彩。
- **員工需求評估：**本公司中高齡及高齡員工約占3成約有10位。
- **活動內容：**邀請專業講師授課，辦理時間為6-7月每周五13-15點。

課程明細											
場次	日期	課程名稱	課程重點	講師	地點	上課時間	時數	堂數	人次	對象	參訓對象是否為固定人員
1	6-7月	退休生涯規劃	協助重新思索退休的生涯規劃，為發展更多可能性的人生選擇做準備	吳依潔	會議室	上班時間	2	1	10	中高齡及高齡員工	是
2	6-7月	安可人生-財務健康一把罩	介紹健康養生觀念及財務規劃安排，為下半人生提早準備	李珊珊	會議室	上班時間	2	1	10	中高齡及高齡員工	是
總計							4	2	20		