

35264018 Fit in die Rente „Ich bin dann mal weg“ - Einstimmung auf den Ruhestand

Beginn	Montag, 08.06.2026, 14:00 - 15:00 Uhr
Kursgebühr	885,00 €
Dauer	5-tägig
Kursleitung	Rainer Harpin
Informationen	<p>wichtige Hinweise:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Die erste inkludierte Mahlzeit am Montag wird das gemeinsame Abendessen sein. Sie können aber gerne schon am Mittagessen im Kloster Drübeck teilnehmen, wenn Sie möchten. Dies müssen Sie dann bitte im Kloster direkt anmelden und vor Ort bezahlen. - Im Preis enthalten sind Kaffee, Tee, Wasser, Saft und Saftschorle zu den Pausen am Vor- und Nachmittag, ebenso das Wasser zu den Mahlzeiten (aus dem Wasserspender). Softgetränke (Cola, Fanta etc.) können gegen Barzahlung im Speisesaal gern erworben werden. Selbstmitgebrachte Softgetränke sind im Kloster nicht gestattet. Bei Nichtbeachtung wird ein Korkgeld von 10 Euro pro Person/Tag erhoben.
Kursort	Kloster Drübeck/Ilsenburg (Harz), Klostergarten 6, 38871 Ilsenburg OT Drübeck

Am Ende ihres Berufslebens verbinden viele die Aussicht auf den Ruhestand nicht nur mit Freude, Erwartungen und Wünschen, sondern auch mit Ängsten, Fragen und Befürchtungen: Welche Veränderungen kommen auf mich zu? Wie werde ich künftig wahrgenommen? Was mache ich, wenn das Leben nur noch Freizeit ist? Reicht das Geld? Wie gestalte ich die letzten Monate im Job, und wie starte ich am besten in den neuen Lebensabschnitt?

„Der Übergang in den Ruhestand gelingt besser, wenn er rechtzeitig geplant wird.“ – Diese Empfehlung aus der Soziologie ist die Basis für unseren Workshop. Er richtet sich an diejenigen, die sich in einem Kreis von Gleichgesinnten vorbereiten möchten und Orientierungshilfen suchen. Ebenso willkommen ist darüber hinaus, wer sein Berufsleben kürzlich schon beendet hat und an Austausch und Reflexion interessiert ist.

Wir werden uns in der angenehmen Atmosphäre des Klosters Drübeck (Ostharz) viel Zeit nehmen, um die o.g. Fragen zu beantworten und Optionen für die nächste Lebensphase zu entwickeln. Dabei nutzen wir unterschiedliche Formate: Einzel- und Kleingruppenarbeiten, Diskussionen im Plenum, dazu Wissensvermittlung durch kurze Inputs oder „Reflecting Teams“ zur Vertiefung persönlicher Themen.

Workshopverlauf:

Einführung: das Bild der Älteren in der heutigen Gesellschaft

Bis hierher und weiter: Anknüpfungspunkte aus der Vergangenheit

Die aktuelle Situation jedes Teilnehmenden in acht Lebensbereichen

Die Phasen des Übergangs in den Ruhestand

Wie die (erste) Zeit im Ruhestand strukturiert werden sollte

Nichtstun – (Teilzeit-)Job – Ehrenamt

Abschluss: Faktoren für glückliches Altern; die fünf „L“

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
08.06.2026	14:00 - 21:15 Uhr	Kloster Drübeck/Ilsenburg (Harz)
09.06.2026	09:00 - 17:30 Uhr	Kloster Drübeck/Ilsenburg (Harz)
10.06.2026	09:00 - 17:30 Uhr	Kloster Drübeck/Ilsenburg (Harz)
11.06.2026	09:00 - 17:30 Uhr	Kloster Drübeck/Ilsenburg (Harz)
12.06.2026	09:00 - 15:00 Uhr	Kloster Drübeck/Ilsenburg (Harz)

[zur Kursdetail-Seite](#)