35274018 Fit in die Rente „Ich bin dann mal weg“ - Einstimmung auf den Ruhestand

Beginn	Sonntag, 26.09.2027, 17:00 - 12:30 Uhr
Kursgebühr	1025,00 €
Dauer	5-tägig
Kursleitung	Rainer Harpin
Informationen	wichtige Hinweise:
Kursort	Hotel Hanken, Zedeliusstr. 38, 26486 Wangerooge

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 der Insel Wangerooge 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
26.09.2027	17:00 - 18:30 Uhr	Hotel Hanken
27.09.2027	10:30 - 17:30 Uhr	Hotel Hanken
28.09.2027	09:00 - 17:30 Uhr	Hotel Hanken
29.09.2027	09:00 - 17:30 Uhr	Hotel Hanken
30.09.2027	09:00 - 18:30 Uhr	Hotel Hanken
01.10.2027	09:00 - 12:30 Uhr	Hotel Hanken

zur Kursdetail-Seite