

„Ich bin dann mal weg“ – Einstimmung auf den Ruhestand

Mo 31.03. ab 10.00 Uhr - Fr 04.04.25 bis 14.00 Uhr

Am Ende ihres Berufslebens verbinden viele die Aussicht auf den Ruhestand mit Freude, Erwartungen und Wünschen – gut so! Mitunter tauchen aber auch Ängste, Fragen und Befürchtungen auf: was kommt da alles auf mich zu?

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“ ist eine klare Empfehlung aus der Soziologie und bildet 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 Denkhäuses Loccum 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“

Referent: Rainer Harpin

Verantwortlich: Gaby Straßburg

Kosten:

750,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP

580,00 € Tagesgast inkl. VP



Die Veranstaltung ist als Bildungsurlaub anerkannt in:

- Niedersachsen
- Nordrhein-Westfalen
- Baden-Württemberg



Online ansehen und Anmelden

Denkhaus Loccum e.V.

Hormannshausen 6-8

Tel: 05766 9609-0

31547 Rehburg-Loccum

info@denkhaus-loccum.de

www.denkhaus-loccum.de

Ich melde mich verbindlich zu folgendem Seminar an:

Ich bin damit einverstanden, dass folgende personenbezogene Daten in der EDV gespeichert und für interne Zwecke verwendet werden. Eine Übertragung an Dritte erfolgt nicht. Rechnungsrelevante Angaben werden zehn Jahre gespeichert.

Thema: BU: Ich bin dann mal weg
Seminar-Nr. E 106/25 **Datum:** 31.03.-04.04.25

Name, Vorname:

Straße:

PLZ / Wohnort:

Telefon:

E-Mail*

Geburtsdatum*

Rechnungsadresse, wenn abweichend:

**Optionale Angaben*

Zimmerwunsch und Verpflegung

- Einzelzimmer DU/WC Doppelzimmer DU/WC
 - Ich benötige ein rollstuhlgerechtes Zimmer
 - Tagesgast
 - Ich möchte vegetarisch essen (kein Aufschlag)
- Besondere Ernährungswünsche (3,00 € Aufschlag je Mittagessen und Abendessen):
- Vegan / Laktosefrei / Glutenfrei /
 - Histaminintoleranz / Sonstiges:

Zahlungsweise

- Ich möchte die Rechnung per Mail erhalten.
- Ich bin damit einverstanden, dass mein Name, meine Adresse und meine Telefonnummer in einer Liste der Teilnehmenden aufgenommen und diese Liste vor Seminarbeginn für die Bildung von Fahrgemeinschaften versandt wird.
- Ich bin damit einverstanden, dass ich E-Mails vom Denkhaus Loccum erhalte
- Ich akzeptiere die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) des Denkhaus Loccum

Ort, Datum

Unterschrift

Denkhaus Loccum e.V.
Hormannshausen 6-8
31547 Rehburg-Loccum

Denkhaus Loccum e.V.
Hormannshausen 6-8
31547 Rehburg-Loccum
Tel. 05766-96090
Fax. 05766-960944
info@denkhaus-loccum.de
www.denkhaus-loccum.de



Follow us:

Instagram:



<https://www.instagram.com/denkhaus.loccum.ev/>

Facebook:



<https://www.facebook.com/Denkhaus.Loccum>



Bildnachweise:
Denkhaus Loccum



Persönlichkeitsbildung

Bildungsurlaub:
„Ich bin dann mal weg“
Einstimmung auf den Ruhestand
Mo 31.03. – Fr 04.04.2025



Denkhaus Loccum e.V.
Hormannshausen 6-8
31547 Rehburg-Loccum
Telefon 05766 9609-0
Fax 05766 9609-44
info@denkhaus-loccum.de
www.denkhaus-loccum.de

www.denkhaus-loccum.de