

Bereite dich auf einen inspirierten und aktiven Ruhestand vor! In unserem Workshop „Alter(n) mit Weitblick“ unterstützen wir dich dabei, den Übergang vom Arbeitsleben in den Ruhestand bewusst und gut vorbereitet zu gestalten. Wir helfen dir, die Herausforderungen dieser Lebensphase zu erkennen – auch jene, die du vielleicht noch gar nicht im Blick hast – und zeigen dir, wie du deine Ruhestandsjahre aktiv und erfüllt nutzen kannst. Ob die Zeit mit deinen Enkeln, das Finden einer neuen Berufung oder die Verwirklichung persönlicher Träume: Gemeinsam entdecken wir Wege, um diese Phase sinnvoll und nach deinen Vorstellungen zu leben.



Was dich erwartet:

- **Aktive Gestaltung des Übergangs:** Strategien, um den Übergang vom Arbeitsleben in den Ruhestand bewusst und positiv zu gestalten.
- **Herausforderungen meistern:** Unterstützung bei der Bewältigung neuer Herausforderungen und der Anpassung an diese Lebensphase.
- **Erfüllung und Aktivität im Ruhestand:** Entdecke, wie du auch nach dem Arbeitsleben aktiv, sinnvoll und erfüllt bleiben kannst.
- **Zeit für Familie und Enkel:** Kreative Ideen, wie du wertvolle und prägende Zeit mit deinen Liebsten verbringen kannst.
- **Vertiefende Aspekte:** Workshops zu Themen wie "Identität im Ruhestand", "Gestaltung von Beziehungen", "Umgang mit Zeit und neuen Freiräumen" und "Nutzung digitaler Möglichkeiten" u. a.

Zielgruppe: Menschen zwischen 60-70 Jahren

Datum: Montag 26.05. - Donnerstag 29.05.2025

Seminargebühr: 200,00 €



Workshopbegleiter:

Daniel und Alexander, Gründer von SHAPE-LIFE, sind erfahrene Begleiter, die Menschen in allen Lebensphasen unterstützen, ihr Potenzial zu entfalten. Mit ihrer Expertise in systemischer Beratung und Lebensgestaltung bieten sie praxisnahe Ansätze, um den Übergang in den Ruhestand aktiv und erfüllend zu gestalten. Beide haben einen B.A. in Evangelischer Theologie, sind zertifizierte LEGO® SERIOUS PLAY® Facilitators und verfügen über langjährige Erfahrung in Leitung, Coaching und kreativen Ansätzen. Sie helfen dir, neue Perspektiven zu entdecken, Herausforderungen zu meistern und diesen besonderen Lebensabschnitt nach deinen Vorstellungen zu gestalten.