



Teilnahmekosten:
Mitglieder € 100,00
Nichtmitglieder € 125,00

© Günter Menzel - fotolia.com

NEU im Angebot

Ferienhaus Rennsteig, Oberhof, Thüringen

Unterkunft mit Vollpension

Die Zimmer verfügen über Dusche/WC, Föhn, Radiowecker, Fernsehen.

Termine

27.06.2019 – 30.06.2019
04.07.2019 – 07.07.2019

Anmeldeschluss 02.05.2019



© Franz Pflügl - Fotolia.com

Bald in Rente oder Pension ... und dann?
Der neue Lebensabschnitt

Zielgruppe: Alle, die sich mit dem Thema "Rente oder Pension und wie weiter" beschäftigen. Alle, die ihre letzten Arbeitstage planen. Alle, die sagen, es kann und soll nur gut und besser werden.

Der Dozent präsentiert einen Ideenworkshop für die Zeit nach dem aktiven Arbeitsleben. Nach einer aktuellen Standortbestimmung (Lebensbiographie) und Überlegungen zur Gestaltung der letzten Arbeitsjahre und des letzten Arbeitstages werden die Chancen der Zeit nach dem Berufsalltag reflektiert. Neben Darstellung der kreativen Gestaltungsmöglichkeiten und der Vorstellung von bereits realisierten Projekten anderer gibt es auch Tipps zur finanziellen Gestaltung des Lebens nach der aktiven Arbeitsphase.

Antworten auf Fragen wie z.B.: Was mache ich dann? Kann ich arbeiten? Bin ich versichert? Wo und wie finde ich einen Job? Was ist mit meinem Haus, wenn ich ein Pflegefall werde? Gibt es als Rentner oder Pensionär Sparpotentiale bei Steuern und Versicherungen? Meine Enkel fordern mich: Smartphone, Tablet? Gesundheit, Sport etc.?

Hilfen zur Gestaltung der letzten Arbeitswochen und des letzten Arbeitstages werden geboten und Wege aufgezeigt, wie der Übergang in den Ruhestand klappen kann. Die Gesundheit wird thematisiert und mit den Übungen der progressiven Muskelentspannung nach Jacobson für Entspannung gesorgt.

Interessen werden angesprochen: Museum, Theater, Städtereisen ... oder vielleicht ein Ehrenamt? Darauf geht der Dozent besonders ein und gibt konkrete Beispiele.

Das Seminar bietet eine Hilfe, die Jahre nach der aktiven Arbeit positiv zu nutzen, Anreize zur weiteren gelungenen Lebensführung zu gewinnen und Realisierungschancen zu erfahren.

Inhalte:

- Unterschied Arbeit – Ruhestand
- Planung des Ruhestandes
- Das Ehrenamt
- Arbeiten als Rentner - Stellenbörse
- Gesundheit
- Kultur & Reisen
- Rechtliche Absicherung
- Finanzielles

