

041/2025: Mit 60+ Lebensfreude im Berufs- und Privatleben mit einem positiven Blick erhalten



Zielgruppe

Interessierte, die ihren Blickwinkel und Sichtweisen für den Lebensabschnitt 60+ für eine gesunde Lebensbalance reflektieren, die Freude und Vitalität für Berufs- und Privatleben erhalten und sich auf den Ruhestand vorbereiten wollen.

Termine

08.11.2025

Uhrzeit

09:00 - 14:15 Uhr

Ort

Diakonische Akademie
für Fort- und Weiterbildung e.V.
Bahnhofstr. 9
01468 Moritzburg

Dozent:in

Ute Herbst Beratung und
Personalentwicklung

Kursleitung / Organisation

Ina Perleß / Silke Beyer

Anmeldung

Nutzen Sie unser Angebot unter
www.diakademie.de

Informationen

Tel.: 035207 - 843 50

Kursgebühren

37 €

Kursgebühren für Mitglieder

37 €

Bemerkungen zu den Kosten

Beschreibung

Dieser Kurs richtet sich an Menschen ab 60 Jahren, die ihre Lebensfreude und positive Einstellung im Berufs- und Privatleben bewahren und weiterentwickeln möchten. Mithilfe des Balance-Modells lernen Sie, wie Sie ihre verschiedenen Lebensbereiche harmonisch gestalten und Ihre mentale und emotionale Gesundheit stärken können.

Sie erhalten Impulse für einen sinnvollen Umgang aus den Bereichen: Körper, Geist, Emotionen, Soziales und deren Bedeutung für ein erfülltes Leben. Gemeinsam sprechen wir über die Aktivierung der eigenen Stärken und wie Sie die Herausforderungen in den verschiedenen Lebensbereichen meistern können.

Schwerpunkte

- Lebensabschnitt 60plus: Herausforderung oder Belastung
- Gesundheit ist wichtig - die individuelle Balance finden
- Die persönliche Herangehensweise und Selbstverantwortung
- Gestaltung des neuen Lebensabschnittes

Zugangsvoraussetzungen

keine

Bemerkungen

Getränke erhalten Sie vor Ort! Bitte bringen Sie sich selbst eine Verpflegung für die Mittagspause mit.