TERMINE
24.04.2027

ZEIT
09:00 - 14:15 Uhr
6 Unterrichtsstunden

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

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

REFERENTINNEN
Ute Herbst
Beratung und Personalentwicklung

ANSPRECHPARTNER/IN
Ina Perleß
Tel.: 035207 843-50
E-Mail: info@diakademie.de

KOSTEN
37,00 Euro

Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des von den Abgeordneten des Sächs. Landtags beschlossenen Haushaltes. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der EEB Sachsen statt.

BERUFL. WEITERBILDUNG

Mit 60+ ... Lebensfreude mit einem positiven Blick auf die kommende Zeit erhalten

Ab dem sechzigsten Lebensjahr richtet sich der Blick oft einerseits auf die stetig steigenden Anforderungen im Beruf und auf der anderen Seite auf die (noch) vorhandenen Kräfte und Ressourcen. Motiviert und mit Lebendigkeit, den Herbst des Lebens zu gestalten, beschäftigt viele dieser Altersgruppe.

Mit 60+ wird der Begriff Wohlbefinden, der Gesundheit, Glück und Zufriedenheit einschließt, besonders bedeutsam. Das ist eine wichtige Voraussetzung für genügend Energie und Zufriedenheit im Berufs- und Privatleben. Einstellungen und Blickwinkel zu prüfen, machen es möglich, persönliche Herangehensweisen im positiven Sinn dazu zu entwickeln. Instrumentarien der Lebensbalance zu nutzen und sich auf den nahenden Ruhestand vorzubereiten, soll ein weiterer Baustein im Seminar sein.

Lernziele
Das Seminar bietet ihnen die Möglichkeit Blickwinkel und Sichtweisen für den Lebensabschnitt 60 + für eine gesunde Lebensbalance zu reflektieren, um Freude und Vitalität für Berufs- und Privatleben erhalten zu können. Gestaltung und Hinweise für einen erfüllenden Ruhestand erkennen, ist ein ableitender weiterer Baustein zum Thema.

Inhaltliche Schwerpunkte

- Lebensabschnitt 60+/Herausforderung oder Belastung
- Persönliche Herangehensweise ist - meine Verantwortung
- Lebensbalance mit dem Blick auf Gesundheit, die Arbeit, gute Kontakte und dem Leben immer wieder einen Sinn geben
- Lebensabschnitt Ruhestand gestalten

Zugangsvoraussetzung

keine

Hinweise

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

Hier geht es direkt zur Kursanmeldung ›