TERMINE
03.09.2027

ZEIT
09:00 - 16:15 Uhr
8 Unterrichtsstunden

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

ZIELGRUPPE
Mitarbeitende in sozialen Einrichtungen und Interessierte

REFERENTINNEN
Ute Herbst
Beratung und Personalentwicklung

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

KOSTEN
140,00 Euro für Mitglieder
185,00 Euro für Nichtmitglieder

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

50+ ... als Chance für den Erhalt von Gesundheit, Wohlbefinden und Motivation in der zweiten Lebenshälfte

In der zweiten Lebenshälfte verfügen Sie über einen großen Schatz an Wissen und Erfahrungen. Der Blick richtet sich über die langen Jahre des Berufs- und Privatlebens bis hin zum Ruhestand. Auf der anderen Seite nehmen die beruflichen Anforderungen und häufige Veränderungen oft zu.

Es wird dann über die eigenen (noch) vorhandenen Kräfte, Ressourcen und Perspektiven nachgedacht, manchmal die eigene Biografie hinterfragt.

Gesund zu bleiben, die Lebensqualität zu erhalten, ist wohl ein wichtiges Ziel dieses Alters. Außerdem sind die gesammelten umfangreichen Erfahrungen ein besonderer Fundus für die Zukunft. Sie können dabei helfen, mit den Herausforderungen souverän umzugehen und Bilanz zu ziehen.

Das Seminar soll die Teilnehmenden bei der erfolgreichen Gestaltung dieses Lebensabschnittes unterstützen, ihnen helfen, neue Ziele zu finden und sich den Anforderungen gewachsen zu fühlen.

Lernergebnisse:
Die Teilnehmenden können eine erfolgreiche Gestaltung der zweiten Lebenshälfte ableiten. Sie erkennen die Möglichkeiten mit neuen Blickwinkeln und Sichtweisen für Vitalität und Freude für ihr Berufs- und Privatleben und können die Hinweise für einen erfüllten Ruhestand besser nutzen.

Inhaltliche Schwerpunkte

- Gesundheit ist wichtig fürs Berufs- und Privatleben
- Gesundheit und Wohlbefinden erhalten, Möglichkeiten und Ressourcen entdecken
- Persönliche Herangehensweise ist die eigene Verantwortung, die eigene Denkweise reflektieren
- Die letzten Berufsjahre positiv gestalten (den Ruhestand vorbereiten)

Zugangsvoraussetzung

keine

Hinweise

keine

Hier geht es direkt zur Kursanmeldung ›