



online-Treff 60-plus

Lebensstufen



online-Treff 60-plus

Lebensstufen

„Jetzt hab' ich
endlich Zeit ...!“

Vorab- Informationen



Leitung & Moderation:
Bernd Ussner | [bernd-ussner-1\(at\)web.de](mailto:bernd-ussner-1(at)web.de)

Liebe Teilnehmerin,
lieber Teilnehmer!

Vielen Dank für Ihr Interesse.
Die nachfolgenden Informationen
geben Ihnen nähere Hinweise
zu unserem geplanten Programm.

Zur Teilnahme
werden Sie **einen LINK** erhalten,
den Sie einfach anklicken,
um an Online-Treffen
teilnehmen zu können.



Die nachberufliche Zeit ist ein Lebensabschnitt, der geprägt ist von Aufbruch, Neuorientierung und vielfältigen Gestaltungsmöglichkeiten. Viele ‚Junge Senior:innen‘ sind aktiv und nutzen zahlreiche Möglichkeiten des Engagements in Familie oder Gesellschaft. Einige sprechen sogar von der „schönsten Zeit ihres Lebens“. Sie genießen die neu gewonnenen Freiräume. Es ist die ‚*Endlich-Zeit*‘: „ endlich kann ich das machen, was ich schon lange aufgeschoben habe - endlich habe ich Zeit!“

Die ‚*Endlich-Zeit*‘ ist aber auch davon geprägt, sich mit Fragen des Älterwerdens auseinanderzusetzen, das bisherige Leben zu überdenken, wertzuschätzen und Möglichkeiten aufzuspüren, die in dieser neuen Lebensphase hilfreich sein könnten.

Das Online-Angebot wendet sich an alle, die seit ein oder zwei Jahren (oder etwas länger) im Ruhestand leben.



Lebensstufen



MI 08.05.2024

19:00 - 21:00 h

1

„Jetzt hab’ ich endlich Zeit ...“

MI 15.05.2024

19:00 - 21:00 h

2

„Was erreiche ich, wenn ich loslasse?“

MI 22.05.2024

19:00 - 21:00 h

3

Auf der Suche nach Lebenssinn

MI 29.05.2024

19:00 - 21:00 h

4

Begegnung und Gemeinschaft





**Jetzt
hab' ich endlich
Zeit !**

1

**Was passiert,
wenn ich
loslasse ?**

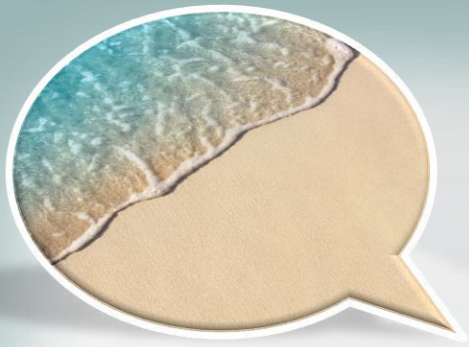
2

**Auf der
Suche nach
Lebenssinn**

3

**Begegnung
und
Gemeinschaft**

4



INFOS

„Jetzt hab’ ich endlich Zeit ...“ – Neue Lebensperspektiven nach der Berufsphase

Wer Abschied nimmt vom Arbeitsleben, sollte nicht nur zurückschauen.

Denn mit dem ‚Ruhestand‘ beginnt ein neuer Lebensabschnitt,
der möglichst zeitig vorbereitet werden sollte.

Was haben Sie sich für die kommenden Jahre vorgenommen?

Kommen nun Hobbys zum Zuge oder sollen Pläne verwirklicht werden,
für die bisher die Zeit gefehlt hat?

Wir laden Sie herzlich ein, über diese Fragen miteinander ins Gespräch zu kommen
und Erfahrungen auszutauschen.

PROGRAMM

Mittwoch, 8. Mai 2024 - Online

19:00 h „Jetzt hab’ ich endlich Zeit ...“

Bilder - Filmclips - Informationen - Grafiken - Nachfragen - Dialog - Erfahrungsaustausch

- Wie kann ich eine Perspektive nach der Berufsphase entwickeln?
- Wie plane ich ein neues Zeitmanagement für meinen Alltag?
- Wie gestalte ich meinen Tagesablauf neu?
- Wie baue ich neue Beziehungen auf?

21:00 h Ende

Leitung & Moderation:

Bernd Ussner | bernd-ussner-1@web.de

**Herzliche
Einladung!**

