

Leitung

www.mga-coachingcenter.ch
Beatrice Eyer /
Thomas Frauenknecht

In unserer Gesellschaft markiert die Pensionierung den Übergang in eine neue Lebensphase, in der viele Pflichten wegfallen und dadurch Freiräume entstehen. Das Seminar will mit Informationen und Erfahrungsaustausch dazu beitragen, dass Menschen diesem besonderen Lebensabschnitt zuversichtlich und neugierig entgegen sehen und dass sie motiviert sind, diesen persönlich zu gestalten.

Vorbereitung & Einstimmung auf die nachberufliche Zeit

Teilnehmende

Mitarbeitende, die 2-5 Jahre vor der Pensionierung stehen

Bitte beachten: Das Seminar wird - in der Regel - zusammen mit dem/der Partner/in besucht, um sich gemeinsam auf den neuen Lebensabschnitt vorzubereiten. D.h. Ihr/e PartnerIn ist ebenfalls herzlich eingeladen.

Dauer/Daten/Ort

2 Tage

Methoden

Theorieinputs, Diskussion und Reflexion in Gruppenarbeiten, Bearbeitung von eigenen Gestaltungsideen

Die Teilnehmenden Mitarbeitenden und Ihre PartnerInnen kennen die Chancen und Herausforderungen der 3. Lebensphase. Sie können gemeinsam der 3. Lebensphase neugierig und zuversichtlich entgegen sehen und sie wissen, was auf Sie zukommen kann und gestalten Ihren Lebensübergang in die nachberufliche Zeit.

Inhalt

- Die gesellschaftliche Situation von pensionierten Menschen und welche Tendenzen sich künftig dazu abzeichnen werden
- Kennzeichen von Lebensübergängen
- Persönliche Vision zur 3. Lebensphase
- Soziale Netze und Beziehungen
- Gestaltungsideen für den Übergang aus dem Berufsleben in die nachberufliche Zeit
- Gestaltung der letzten Phase im Arbeitsleben.
- Informationen zu den Themen Finanzen, Recht und Gesundheit, werden NICHT an diesem Seminar vermittelt.