

## 211-08140 Arbeiten im Wandel der Zeit - der Schritt in die Rente

Kursnr.	211-08140
Beginn	Sonntag, 22.08.2021, 00:00 - 00:00 Uhr
Termin/e	6
Kursort	Hotel Bethanien, Langeoog
Entgelt	949,00 €
Ermäßigung	949,00
Kursleiter/innen	Dr. med. Andrea Waßmuth
Informationen	949,- Euro im Einzelzimmer, 849,- Euro im Doppelzimmer Inklusive Halbpension Plus, Kaffee und Kuchen am Nachmittag! Eigene Anreise!

Anerkannt als Bildungsurlaub in NRW, Berlin, Hessen, Baden-Württemberg und Niedersachsen

Arbeit ist viel mehr als „nur Geld verdienen“. Arbeit steht auch für Anerkennung, soziale Kontakte, Eigenständigkeit und Struktur - um nur ein paar Beispiele zu nennen.

In diesem Seminar rücken wir ganz bewusst das Arbeiten im Alter und den Schritt in die Rente in den Fokus. Was hat Sie in Ihrem bisherigen Berufsleben angetrieben und motiviert und was ändert sich, wenn die Rente in greifbare Nähe rückt? Reflektieren Sie Ihre Einstellung zu Veränderung.

Altes Eisen oder alter Hase? Sie haben es in der Hand, wie Sie sich gegenüber jüngeren Kollegen positionieren! Seien Sie sich Ihrer Stärken bewusst. Gestalten Sie aktiv Ihr Arbeitsleben im Alter oder die ersten Schritte nach dem Eintritt in die Rente.

Lernen Sie unterschiedliche Methoden zur Selbstreflektion, Lösungsfindung, Zielformulierung und Zielumsetzung. Erhalten Sie Ihre Gesundheit und Leistungsfähigkeit. Entspannungsübungen und Resilienztraining helfen die Leistungsfähigkeit beizubehalten. Teilen Sie Ihre Ressourcen ein - bestimmen Sie, was Ihnen wichtig ist und setzen Sie Prioritäten.

### Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
22.08.2021	18:00 - 21:00 Uhr	Barkhausenstraße 31-33, Hotel Bethanien, Langeoog
23.08.2021	09:00 - 17:00 Uhr	Barkhausenstraße 31-33, Hotel Bethanien, Langeoog
24.08.2021	09:00 - 17:00 Uhr	Barkhausenstraße 31-33, Hotel Bethanien, Langeoog
25.08.2021	09:00 - 17:00 Uhr	Barkhausenstraße 31-33, Hotel Bethanien, Langeoog
26.08.2021	09:00 - 17:00 Uhr	Barkhausenstraße 31-33, Hotel Bethanien, Langeoog
27.08.2021	09:00 - 12:00 Uhr	Barkhausenstraße 31-33, Hotel Bethanien, Langeoog