

Fachgruppe Ruhestandsbeamte und Rentner macht auf folgendes Seminarangebot aufmerksam!

Da geht noch was! Die letzten Berufsjahre positiv gestalten

hier: Veranstaltung: 2015 Q284 CS – 29.10. bis 30.10.2015 in Berlin

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

folgendes Seminarangebot der dbb-Akademie erreichte uns und wird – auch vom Landesvorstand - unbedingt zur Teilnahme empfohlen:

„Gelassenheit, Humor, Konfliktkompetenz und Achtsamkeit. Mit diesen kostbaren Früchten des Älterwerdens ließen sich die letzten Berufsjahre heiter und inspiriert gestalten. Doch oft geht der **Schwung verloren**. Vieles ist Routine. Aufgaben, die mal prickelnd waren, verlieren ihren Reiz. Der Wunsch, mit mehr innerer Ruhe und mehr äußerem Freiraum zu arbeiten, stößt durch Arbeitsdruck, eingefahrene Organisationsstrukturen und innere Hindernisse an Grenzen.

War es das jetzt? Was kann und soll jetzt noch kommen?

Eine fruchtbare Phase, wenn es gelingt, **aus eingefahrenen Mustern auszusteigen**, sich **neue Ziele** zu setzen und die Ernte des reichen Erfahrungsschatzes für sich selbst und das Unternehmen/die Organisation einzufahren. Dafür gibt es kein Patentrezept.

Das Seminar „Da geht noch was“ gibt Impulse, **den eigenen Weg zu finden** und die letzten Berufsjahre mit dem Wissen um die eigenen Stärken und Grenzen selbstbewusst, klarsichtig und mit Lebensfreude zu gestalten.

Inhalte:

- Wie erlebe ich das Älterwerden
- Wie bewerte ich mein Berufsleben bis jetzt?
- Was möchte ich noch erreichen?
- Was motiviert mich? Wie finde ich neuen Schwung?
- Wie sichere ich meine körperliche und mentale Fitness?
- Wie beende ich unproduktive innere und äußere Konflikte?
- Worauf lege ich meinen Schwerpunkt?
- Was kann ich tun, um meinen Erfahrungsschatz weiterzugeben?
- Wie stelle ich mir die nachberufliche Zeit vor, und was bedeutet das konkret für meine letzten Berufsjahre?

Die Veranstaltung bietet Unterricht, Materialien und Verpflegung an und ist ohne Übernachtung.

Das aktuelle [Veranstaltungsprogramm](#) kann bei mir angefordert werden.

Wer sich zur Teilnahme entschlossen hat, melde sich bitte ich per Mail bis zum **02. September 2015 bei mir unter Angabe der Wohnanschrift an, da die Einladungen und die Unterlagen direkt von der dbb-Akademie zu dem Teilnehmer gesandt werden**. Da uns nur eine begrenzte

Anzahl an Bildungsgutscheinen zur Verfügung steht, erfolgt die Ausgabe nach Reihenfolge der Anmeldungen.

Ich freue mich auf Eure Anmeldungen und unser Wiedersehen beim Seminar in Berlin.

Bis dahin wünsche ich allen Mitgliedern eine angenehme Zeit und grüße sehr herzlich

Eure

Sabine Wenzel