



Berufsende – und dann? Annäherung an eine neue Lebensphase



VBE

**Samstag
24. Mai 2025**

**Ein Tagesseminar
für alle, die vor dem
Ruhestand stehen und
für alle, die sich
für dieses Thema
interessieren.**

Jetzt anmelden!

**Für VBE-Mitglieder
kostenfrei!**

Der Übergang vom Berufsleben in den sogenannten Ruhestand ist ein einschneidendes Ereignis, von den einen herbeigesehnt, von den anderen gefürchtet.

Viele Menschen planen ihren Jahresurlaub besser als die neue Lebensphase, die ja heute oft 20 Jahre und mehr umfasst. Sie gehen sehr blauäugig mit der Situation um, denken „dass es sich schon ergeben wird, dass so viel liegen geblieben ist, was man während des Berufslebens nicht geschafft hat“. Aber das reicht nicht aus. Nach einigen Monaten sind der Speicher aufgeräumt, die Digitalfotos sortiert oder man stellt fest, dass das Hobby aus Jugendzeiten, das man im Ruhestand wiederbeleben wollte, seinen Reiz verloren hat.

Die Berufsaufgabe ist mit einigen gravierenden Veränderungen verbunden, die oft unterschätzt werden: Es gilt, eine eigene Zeitstruktur zu entwickeln, ebenso Aktivitäten, die neue Kontakte ermöglichen, die Freude bereiten und die – was noch wichtiger ist – als sinnvoll erlebt werden und Körper, Seele und Geist guttun. In diesem ganztägigen Seminar soll – basierend auf den Ergebnissen der gerontologischen Forschung – dargestellt werden, dass es sich lohnt, sich diesen Fragen zu stellen und einen Ausblick auf das Leben nach dem Berufsleben zu wagen.

Referentin: **Ursula Lenz**, von 1976 bis 2018 als Dipl.-Sozialpädagogin in der (Bildungs)arbeit mit älteren Menschen tätig, davon 19 Jahre als Pressereferentin der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO), mehrere Jahre Seminare zur „Vorbereitung auf den Ruhestand“ für einen großen Versicherungskonzern.

Tagungsleitung: Toni Weber, Seniorensprecher VBE-Nordbaden und Ekkehard Gabriel, VBE-Landesseniorensprecher

Termin: Samstag, 24. Mai 2025

Tagungsort: Parkhotel, Deimlingstraße 32-36, 75175 Pforzheim

Zeiten: ab 9.30 Uhr - 10.00 Uhr Kaffee/Tee und Frühstücksbrezel
Beginn: 10.00 bis 17.00 Uhr
Mittagessen: 12.00 bis 13.15 Uhr
Kaffeepause: 15.00 bis 15.30 Uhr

Kostenanteil: Mitglieder kostenfrei, Nichtmitglieder 69,00 Euro

Anmeldung: **EkkehardGabriel@gmx.de** bis spätestens Samstag 10. Mai 2025.

Anfahrt: Stadtzentrum, Parkplätze in der Tiefgarage des Parkhotels; 500 m zum Hbf Pforzheim