

# Berufsende – und dann? Annäherung an eine Lebensphase



## VBE

**Freitag  
30. Juli 2021**

**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:** Freitag, 30. Juli 2021

**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 50,00 Euro

**Anmeldung:** **EkkehardGabriel@gmx.de** bis spätestens Freitag 21. Juli 2021.  
Bitte teilen Sie uns bei der Anmeldung mit, ob Sie eine Impfung erhalten haben.

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