

## **Abenteuer Ruhestand**

### **Gemeinsam Visionen und Ideen für den Ruhestand entwickeln**

Das „Muss“ endet und das „Kann“ beginnt! In den Ruhestand zu gehen ist eine wunderbare Sache – und gleichzeitig ein großer Schritt in eine neue Lebensphase.

Sie haben jahrelang für Ihre Arbeit oder Ihre Familie gelebt und dabei viele Fähigkeiten entwickelt, wie Sie aktiv mit Veränderungen umgehen können. Und nun zeichnet sich der Wechsel in eine ganz neue Lebensphase ab. Fragen Sie sich wie viele andere Frauen in dieser Situation, wie Sie all Ihre Kompetenzen in Zukunft einsetzen werden und was Sie dann aus Ihrem Leben machen wollen? Suchen Sie Ideen und Austausch mit Frauen in einer ähnlichen Lebenssituation, um gemeinsam Ziele, Visionen, Abenteuer und Träume zu entwickeln?

In diesem Workshop blicken Sie auf die wichtigen „Säulen“ Ihres Lebens und auf Ihre Lebenskräfte, die Sie privat und beruflich motivieren. Sie entwerfen für sich ein Bild des für Sie stimmigen „Ruhestands“ und planen konkrete Umsetzungsschritte.

Inhalte des Workshops:

- Welche beruflichen und privaten Ziele habe ich derzeit?
- Was sind die „Säulen“ meines Lebens?
- Was motiviert mich und treibt mich an?
- Wie will ich im Ruhestand leben?
- Welche konkreten Schritte unternehme ich nun, um meine Vision von meinem Ruhestand zu realisieren?

Referentin:

Anna Basse, zertifizierter systemischer Business-Coach und Teamcoach, Trainerin für Integration, Ausnahme- und Krisensituationen, Königstein

Maximale Teilnehmerinnenanzahl:

Nach Absprache

Hinweis:

Bei dieser Veranstaltung handelt es sich um einen Workshop mit 3 Zeitstunden.

Benötigte Technik und Stuhl-/ Tischstellung:

Flipchart mit Papier, Metaplanwand, Moderationskoffer, Vortrag in Reihenbestuhlung und Workshops im Stuhlkreis

Maximale Entfernung:

100km ab Wohnort