

Information und Anmeldung

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung unter www.azk-csp.de → Seminare. Hier finden Sie auch unsere AGBs.

Die Teilnahme an allen Seminareinheiten ist verpflichtend!

Die Seminargebühr beträgt **420,00 € inklusive Verpflegung** gemäß **Programm** und **Unterkunft** im Doppelzimmer und **484,00 €** im Einzelzimmer. Schüler, Studenten und Auszubildende erhalten 50% Ermäßigung.

Bitte überweisen Sie die Seminargebühr unter Angabe der Rechnungsnummer und des Teilnehmers nach Erhalt der Rechnung.

Ansprechpartner

Johannes-Albers-Bildungsforum gGmbH

Johannes-Albers-Allee 3
53639 Königswinter

Verantwortlich im Bildungsforum:
Dr. Ulrike Buschmeier, Geschäftsführerin

Seminarleitung:
Anke Mett, Bildungsreferentin, 02223-73 209,
anke.mett@azk.de

Tagungssekretariat:
Sandra Köpke, 02223-73 128,
sandra.koepke@azk.de

Das Seminar wird unterstützt von der Bezirksregierung Köln über das Weiterbildungsgesetz NRW

Bezirksregierung Köln



Für weitere Seminare und Informationen, besuchen Sie unsere Homepage:
www.azk-csp.de

Johannes-Albers-Bildungsforum gGmbH

Wir sind anerkannter Träger der politischen Jugend- und Erwachsenenbildung und verstehen uns als Forum des Dialogs. Die Bildungsarbeit steht in der Tradition christlich-sozialer Arbeitnehmerbildung auf der Grundlage des christlichen Menschenbildes.

www.azk.de

Seminarprogramm



Aktion 2024!
Besuchen Sie unser Haus mit einem Teilnehmer, der noch nicht im Haus war, erhalten Sie und Ihr Gast jeweils 30% Ermäßigung auf die Tagungsgebühr!



Quelle: AdobeStock_192598326

**Fit und vital
in den Ruhestand**

Datum: 04. - 08.11.2024
Sem.-Nr.: 24.6.560

Tagungsort:
Arbeitnehmer-Zentrum Königswinter
Johannes-Albers-Allee 3
53639 Königswinter

Sehr geehrte Damen und Herren,

Ich gehe in den Ruhestand – und was dann? Diese Frage stellen sich viele bewusst oder unbewusst vor dem Ausscheiden aus dem Berufsleben. Die einen schon viele Monate vorher, die anderen erst kurz vor dem letzten Arbeitstag oder sogar erst in den ersten Wochen des Ruhestands. Es ist gut, auch für diesen nächsten Lebensabschnitt einen Plan zu haben – damit er fit und vital, aktiv und sinnerfüllt gelebt werden kann.

In diesem Seminar gehen Sie in den Austausch mit anderen, schärfen Ihre Ideen und Pläne und bekommen von unseren Referierenden Anregungen zur Gestaltung des Übergangs von Beruf in den Ruhestand und des Ruhestands selbst. Sie bekommen Informationen wie Sie Ihre berufliche Erfahrung neu einbringen und/oder sich engagieren können. Weiterhin gibt es Informationen zu Finanzen und Netzwerken, Vorsorgevollmacht und „Notfallordner“, Gesundheitsvorsorge und Tipps wie sie körperlich und seelisch gesund bleiben.

Freuen Sie sich auf eine interessante Erkundungsreise in Ihre Zukunft.

Herzlich willkommen!

Programm

Montag, 04. November 2024

bis 13.00 Uhr

Anreise

13.00 – 13.15 Uhr

Begrüßung

13.15 – 18.15 Uhr

- **Einführung in die Thematik**
- **Ideen, Pläne, Träume vs. Ängste und Bedenken I**

Dienstag, 05. November 2024

09.00 – 12.15 Uhr

Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung etc. Warum die Beschäftigung hiermit wichtig ist und was es zu beachten gilt

13.30 – 16.30 Uhr

Ideen, Pläne, Träume vs. Ängste und Bedenken II

Mittwoch, 06. November 2024

09.00 – 12.15 Uhr

Senior Experten Service – Engagement für Andere

Senior Experten Service (SES), Bonn

13.30 – 16:30 Uhr

Finanzen und Netzwerke

Ansprechpartner und Organisationen für die Fragen der Senioren

Donnerstag, 07. November 2024

09.00 – 12.15 Uhr

Kooperation und Vernetzung vor Ort und darüber hinaus! Beispiele aus der Praxis

13.30 – 16:30 Uhr

Gesundheitsvorsorge. Woran Sie frühzeitig denken sollten.

Freitag, 08. November 2024

09.00 – 12.15 Uhr

Ideen, Pläne, Träume

- Besprechung, Analyse und Diskussion der „neuen Wege“
- Optimierungs- und Realisierungsmöglichkeiten
- Die letzten Tage im Job

12.15 – 13.00 Uhr

Seminarauswertung & Feedbackrunde

anschließend

Mittagessen & Abreise

Änderungen vorbehalten!

Mahlzeiten ab:

07.30 Uhr Frühstück

09:30 Uhr Vormittagskaffee

12.00 Uhr Mittagessen

14.15 Uhr Kaffee/Kuchen

18.00 Uhr Abendessen