

Vorbereitung auf den Ruhestand

Vorsorgen für die neue Lebensphase

Der Übergang vom aktiven Berufsleben in den (Un-)Ruhestand ist ein tiefgreifender Einschnitt in die bisherigen Lebensgewohnheiten, von dem auch die Familie betroffen ist. Die Veranstaltung soll diesen Übergang in den Ruhestand erleichtern. Ziel ist es, Ideen und Anregungen für einen unbeschwerten Übergang in den dritten Lebensabschnitt zu geben.

Folgende Themen werden behandelt:

- Der Übergang in den Ruhestand - Psychologische Aspekte
- Beweglich und fit im Ruhestand
- Praktische Fragestellungen zur Rente für Beschäftigte im Angestelltenverhältnis
- Entspannungsverfahren

Der Kurs wendet sich an alle Mitarbeiter*innen und ihre (Ehe-) Partner*innen, die in den nächsten zwei bis drei Jahren in den Ruhestand gehen. Externe (Ehe)partner*innen können sich zum internen Kurspreis anmelden.

Dauer: 1 Tag

Termine, Preise und Buchungsmöglichkeit

[zur aktuellen Terminübersicht mit Preisangabe und Buchungsmöglichkeit](#)

Geplante Termine: 19.11.2025, 20.03.2026, 23.10.2026

Kurspreis: interner Preis: 195,00 EUR

externer Preis: 395,00 EUR

Änderungen vorbehalten | Stand: 09.11.2025 00:05 Uhr

Kontakt und Beratung

Fachliche Fragen: [Frau Elisabeth Gillich](#)

Administration, Beratung: [Frau Ulrike Bay](#)