Im Hotel Schwager

Kurs für angehende Rentner und Pensionäre: „Ruhestand. Und was machen Sie dann?“

Freitag 23. Februar 2024 – Holzminden (wbn). Die Kreisvolkshochschule Holzminden bietet als Vorbereitung auf eine aktive Gestaltung des nachberuflichen Lebens einen Bildungsurlaub vom 8. bis 12. April im Hotel Schwager in Holzminden an.

Wer heute mit 65 in Rente geht hat statistisch gesehen noch 20,8 Jahre zu leben. Über 20 Jahre „ewige Ferien“?

Fortsetzung von Seite 1 So sehr die Vorstellung eines unabhängigen Lebens lockt, so sehr kann das Nichts-Tun mit der Zeit die psychische Gesundheit zermürben. Damit es gar nicht in die Nähe einer solchen Krise kommt, lädt der Bildungsurlaub dazu ein, sich mit dem neuen Ich als Ruheständler zu befassen. Er richtet sich an Teilnehmende, die kürzlich den Berufsausstieg erreicht haben oder bei denen er unmittelbar bevorsteht.

In dem Workshop wird auf Erfahrungen und Erfolge des Berufslebens zurückgeblickt und neue Ressourcen, Talente und Fähigkeiten werden entdeckt. Die Teilnehmenden entwerfen ihr passendes Bild für ein erfülltes Leben im Ruhestand. Hierbei werden auch die neuesten Erkenntnisse der Altersforschung berücksichtigt, so dass am Ende ein Plan steht mit konkreten Schritten für die neue Lebensphase.

Anmeldungen sind möglich über die E-Mail-Adresse info@kvhs-holzminden.de, telefonisch unter 0 55 31- 707 224 oder direkt über die Homepage der Kreisvolkshochschule unter [www.kvhs-holzminden](http://www.kvhs-holzminden.de)

.de. Der Kurs ist nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz als Bildungsurlaub anerkannt.