

Vorbereitung auf den Ruhestand

MZ790

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 Hilfestellung 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
- Entspannungsverfahren

Der Kurs wendet sich an alle Mitarbeiter*innen, die in den nächsten zwei bis drei Jahren in den Ruhestand gehen. Auch die (Ehe-)Partner*innen sind hierzu eingeladen, ohne dass eine zusätzliche Kursgebühr fällig wird (Anmeldung erforderlich). Beschäftigte im Angestelltenverhältnis erhalten Informationen über allgemeine Fragen bei der Rente und Unterstützung bei der Vorbereitung ihres Rentenanspruchs.

Dauer: 1 Tag

TERMINE, PREISE UND BUCHUNGSMÖGLICHKEIT

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

Geplante Termine:
genaue Infos folgen
Kurspreis⁽¹⁾: 395 EUR

(1) Änderungen vorbehalten

KONTAKT UND BERATUNG

Administration/Beratung: **Paula Seipenbusch**, [↗ Kontakt](#)
Fachliche Fragen: **Elisabeth Gillich**, [↗ Kontakt](#)

INFORMATIONEN

soft-skills@ftu.kit.edu
[↗ Übersicht Themenbereich](#)

[20000701] 14.03.2024