

Dienstag 17.05. bis Dienstag 26.07.2022

Rente – und dann?

Herausforderungen beim Übergang meistern



7 Termine - jeweils von 19:00 – 22:00 Uhr

Für alle, die ...

- ... innerhalb der kommenden 5 Jahre in Rente gehen
- ... gerade in Rente gehen
- ... gerade in Rente gegangen sind
- ... diesen Übergang bewusst gestalten wollen

(vorwiegend für Bewohner*innen der Oststadt und Umgebung)

im

Quartierbüro Spiegelfabrik

Koordiniertes Stadtteilnetzwerk Oststadt

Lange Straße 53, 90762 Fürth

Teilnahmebeitrag 40€ (Ermäßigung für Fürth-Pass)

Themen

- Lebens- und Wertewandel
- Umgang mit Veränderung
- Reflexion der eigenen Bedürfnisse
- Grenzen setzen und Ballast abwerfen
- Stärkung der eigenen Potenziale
- Gefühle von Trauer bis Glück
- Entwicklung einer Vision für ein Leben nach der Erwerbstätigkeit

Gruppenleitung

Anja Pasedag (Pädagogin M.A: - Gesundheitscoach)

Anmeldung

Stadt Fürth – fübs

0911 – 974-1785

fachstelle-fuebs@fuerth.de



oder

Quartiersbüro Spiegelfabrik

0911 – 97902355

0159-04799020

quartiersbuero@spiegelfabrik-fuerth.org

