



Der Weg zu Deinem Neustart!

Den Übergang vom Arbeitsleben in die Rente aktiv gestalten

Die Jugend sucht das Abenteuer. Die Lebensmitte setzt uns unter Druck. Das Alter gibt uns neue Freiheiten und Chancen. Im Übergang vom Arbeitsleben in die Rente stellen wir nicht selten aber auch die Sinnfrage. In unserem Seminar wollen wir gemeinsam neue Wege und Lebensmöglichkeiten erkunden. Lebensfreude, Kreativität sowie ein aktives, vitales Leben sollen dabei im Fokus stehen.

Beginnen wollen wir unser Seminar mit einem Rückblick und Bestandsaufnahme: was habe ich erreicht, wie habe ich gelebt, wo stehe ich heute und für was bin ich dankbar? Mit einem Blick nach Innen wollen wir unsere Persönlichkeit, unsere Stärken, Werte und Energiequellen erkunden. Im Blick nach vorne entwickeln wir unsere persönlichen Visionen und Träume jenseits des Berufsalltags. Zum Abschluss kommen wir vom Träumen ins Tun, entwickeln konkrete Ziele und die nächsten Schritte, wie wir das Wunschbild unseres zukünftigen Lebens umsetzen wollen.

Der Austausch in der Gruppe bietet zusätzliche Möglichkeiten, unseren zukünftigen Lebensweg zu entdecken und zu gestalten.

Das Seminar findet in Kooperation mit der VHS Regensburg Land e. V.

Leitung: Reinhardt Neft, Coach

Termin: Samstag, 24.10.2026, 9.00 – 15.00 Uhr

Ort: 93073 Neutraubling, Königsberger Str. 4

Teilnehmer*innen: 4 -12

Kosten: 58 €/ Person

Anmeldung: Volkshochschule Regensburg Land e. V. ,