

Medieninformation für die Kommunen im Landkreis Bamberg

Die CariThek informiert: Vereinsforum 2025

Rente ... und jetzt? Workshop für Menschen am Übergang vom Berufsleben in den Ruhestand

Nie wieder zur Arbeit müssen – das klingt traumhaft in den Ohren gestresster Werktätiger. Nur noch Freizeit bedeutet aber auch, einen neuen Lebensrhythmus finden müssen. Viele alltägliche Sozialkontakte fallen weg: Einige empfinden Einsamkeit – andere werden von wohlmeinenden Angehörigen verplant, denn sie „haben ja jetzt nichts mehr zu tun!“ Mit dem Abschied vom Beruf droht ein Identitätsverlust. Nach einer Phase der Euphorie setzt bei vielen „Jung-Rentner_innen“ die Ernüchterung ein. Sie stellen sich die Frage, wie es nun weitergehen soll.

Ruhestand ohne Planung ist wie spontan auf Weltreise gehen.

Dieser Workshop ist wie ein Besuch im Reisebüro: Die Referentinnen Antonia Lanuschni (perspekTEAM) und Marion Hartmann (CariThek) fragen nach Traumzielen und bisherigen Reiseerfahrungen, stellen mögliche Reiseziele vor und überlegen gemeinsam mit den Teilnehmenden, was für sie die richtige Reiseroute sein könnte, wer sie auf Ihrem Weg begleiten könnte und was sie unterwegs erleben wollen.

Der Workshop findet am Samstag, 25. Oktober 2025, von 11 bis 16:30 Uhr im Mehrgenerationenhaus (MGH), Kachelmann Platz 12, 96129 Strullendorf statt. Die Teilnahme kostet 20 Euro, Getränke und ein kleiner Snack sind inklusive.

Die Anmeldung erfolgt über www.vhs-bamberg-land.de. Der direkte Link zur Anmeldung lautet <https://www.vhs-bamberg-land.de/p/488-C-7050549>. Nach der erfolgreichen Anmeldung erhalten Sie eine Bestätigung per E-Mail von der vhs.

(1573 Zeichen)

CariThek
Freiwilligenzentrum
für die Stadt und
den Landkreis Bamberg
Obere Königstr. 4a
96052 Bamberg
www.carithek.de

Bearbeiterin:
Marion Hartmann

Tel.: 0951 8604 146
E-Mail: marion.hartmann@caritas-bamberg.de

Datum: 15.09.2025

Bankverbindung
Commerzbank Bamberg
IBAN DE68 7704 0080 0121
1150 00
BIC COBADEFFX