caritascampus

Weitere Informationen und Online-Anmeldung unter www.caritascampus.de

Lust oder Last? Die zweite Lebenshälfte

Berufliche und persönliche Perspektiven für die Generation 50plus

Die Generation X kommt in die Jahre. Die meisten haben die Schallgrenze von 50 inzwischen erreicht. Kein Grund zur Resignation, ganz im Gegenteil: Ältere Mitarbeitende sind Menschen mit Erfahrungshintergrund. Oft stellt sich Gelassenheit, Ruhe und Weitblick ein.

Angesichts der demographischen Entwicklung wird mehr und mehr die Generation 50plus, die sogenannten „Best Ager“ zum Potential der Zukunft. Länger im Erwerbsleben zu bleiben, den stetig wechselnden Anforderungen zu genügen, und sich trotzdem gesund zu halten, das ist eine Herausforderung, die auf die Generation 50plus zukommt.

50plus-Mitarbeitende sind zudem wertvolle Mitarbeitende, da sie über jahrelange Berufserfahrung verfügen. Auch die Weitergabe von Knowhow und beruflichen Erfahrungen bewusst und frühzeitig zu initiieren und gleichzeitig den Übergang vom Berufsleben in die Rente bewusst zu gestalten ist die Aufgabe, die diese Lebenshälfte kennzeichnet.

Sie haben Gelegenheit, sich mit diesen unterschiedlichen Anforderungen zu beschäftigen. Nehmen Sie sich eine Aus-Zeit, um Ideen für Ihre beruflichen und persönlichen Perspektiven zu entwickeln.

Und ganz wichtig: Lernen und Lachen gehören zu diesem Bildungsurlaub dazu.

„Für gute Erinnerungen muss man im Voraus sorgen“ – unter diesem Motto soll dieser dreitägige Bildungsurlaub stehen.

Inhalte:

- Altersbilder und Lebensphasenmodelle;
- Einstellungen und Haltungen im Umgang mit Wandel und Veränderung;
- Persönliche Ressourcen für die kommenden (Berufs)Jahre aktivieren;
- Weitergabe von beruflichen Erfahrungen und von fachlichem Knowhow;
- Stärken und Potentiale in der zweiten Lebenshälfte;
- Methoden und Techniken für die mentale Gesundheit;
- Rückblicke und Ausblicke;
- meine Ressourcenlandkarte;
- Aktivierungs- und EntspannungsMinis für den beruflichen Alltag.

Kompetenzerwerb:

- Altersbilder und Lebensphasenmodelle auf die eigene Lebenswelt übertragen;
- persönliche Ressourcen für die kommenden (Berufs)Jahre aktivieren;

Nummer

23225-009

Datum

25.06.2025
26.06.2025
27.06.2025

Zeit

09:00 - 17:00 Uhr

Ort

CaritasCampus
Prälat-Boskamp-Saal (Untergeschoss)
Georgstraße 18
50676 Köln

Zielgruppen

Mitarbeitende katholischer Einrichtungen und alle Interessierten

Referent/in

Madeleine Wendt
Diplom-Pädagogin
Systemische Beraterin
Präventionsreferentin Gesundheitsförderung

Teilnehmende (max.)

12

Reduzierter Preis für Mitgliedsorganisationen

420.00 €

Normaler Preis für Externe

510.00 €

Bildungspunkte (ECTS)

1.80

Ansprechpartner/in

Heike Lammertz-Böhm

Verpflegung

Getränke und Mittagessen

Unterrichtsstunden

24

- Einstellung und Haltung im Umgang mit Veränderungen reflektieren;
- persönliche Stärken und Potentiale für die Zukunft (er)kennen;
- Methoden und Techniken für die mentale Gesundheit in die eigene Lebenswelt übertragen.

Zielgruppe:

- Mitarbeitende 50plus

Bildungsurlaub

Dieses Seminar ist als Bildungsurlaub gemäß dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz NRW (AWbG) anerkannt. Alle notwendigen Unterlagen für den Antrag finden Sie HIER.