



cordulabinnerconsulting

Neuer Schwung für meinen letzten Berufsabschnitt und Impulse für den Ruhestand

Workshop

Dieser zweitägige Workshop lädt Sie auf eine individuelle Zeitreise in drei Etappen ein: Von der Vergangenheit geht es über die Gegenwart bis in die Zukunft.

Auf der **ersten Etappe** haben Sie Gelegenheit, Ihre Leistungen und Errungenschaften entlang Ihres bisherigen Berufslebens zu reflektieren und zu würdigen. Die **zweite Etappe** führt Sie zu Ihrem aktuellen Standort, den es in Bezug auf Ihre individuellen Vorstellungen, Herausforderungen und Bedürfnisse zu ergründen gilt. Mit diesen Impulsen im Reisegepäck starten Sie schließlich in die **dritte Etappe**, die Ihnen ausreichend Raum bietet, um Ihre individuellen Ziele und Pläne zur konkreten Ausgestaltung Ihres letzten Berufsabschnitts und Ihres Ruhestands zu schmieden.

Diese beiden Souvenirs werden Sie am Ende Ihrer Reise mit nach Hause nehmen: Ihre persönliche Zukunftsvision für die verbleibenden Berufsjahre und den Ruhestand sowie Ihren individuellen Plan mit konkreten Schritten zur Umsetzung dieser Vision.

Zielgruppe

Sie haben Lust, Ihrem letzten Berufsabschnitt neuen Schwung zu verleihen und schon heute mit der Gestaltung Ihres Ruhestandes zu beginnen, auch wenn dieser zeitlich noch in großer Ferne liegen sollte.



Inhalte

- Faktoren der Arbeitsfähigkeit und wie diese Fähigkeit erhalten bzw. gefördert werden kann
- Prägende Elemente der humanen Leistungsfähigkeit und wie sich diese im Verlauf des Lebens verändert
- Älterwerden als stetiger Entwicklungsprozess
- Selbstfürsorge im Umgang mit Überlastung/ Stress zur Förderung und Erhaltung der eigenen Gesundheit
- Das Lebensphasenmodell zur eigenen Standortbestimmung und zur Förderung der erfolgreichen Zusammenarbeit mit den Generationen Y und Z
- Zwischen Vollendung und Übergabe: Aspekte und Anregungen zur Ausgestaltung des letzten Berufsabschnitts
- Gesichtspunkte für eine ausgeglichene Lebensbalance und Bewahrung dieser auch im Ruhestand

Termine und
Preise auf Anfrage.
Wir freuen uns auf
Ihre E-Mail oder
Ihren Anruf!

info@cbinner-consulting.de
(0176) 80 16 05 69 | (0511) 54 10 600
www.cbinner-consulting.de

