



Vorbereitung auf den „Un-Ruhestand“ – positiver Beginn des neuen Lebensabschnitts

Buchungsnummer  
**ST23-00520**

Diese Veranstaltung richtet sich an:

**Vorständ:innen (und deren Partner:in), die/r Schwelle zum Ruhestand stehen**

Freuen Sie sich auf Ihren Wechsel vom Berufsleben"e große Freiheit oder haben Sie diesen gerade hinter sich gebracht? Er bringt viele Veränderungen mit sich. Diese gut"wältigen, ist eine

Voraussetzung für einen  
erfüllten dritten  
Lebensabschnitt.

Gerade in sicheren Zeiten fällt die  
Übergabe des

Unternehmens erfolgreich  
Hände schwer. Lernen

Sie in unserem Seminar, wie Sie  
Vergangenes erfolgreich

beenden und sich einlassen

können auf Neues. Besuchen

Sie unsere Veranstaltung gerne  
gemeinsam mit Ihrer

Partnerin/Ihrem Partner.

Veranstaltungsart

**Seminar**

Dauer (in Tagen)

**3**

Termin

**10.05.2023 - 12.05.2023**

Zu erreichender Abschluss

**Teilnahmebescheinigung**

Preis  
**1.860,00 €**

Aktions- und Gutscheincodes werden"iteren Bestellprozess berücksichtigt.

**Beschreibung**

*Man kann nicht neue Ufer erreichen,  
wenn man nicht die alten verlässt.*

(Verfasser unbekannt)

Die berufliche Tätigkeit stellt insbesondere für im Job erfolgreiche Menschen einen Fixpunkt im Leben dar. Mit dem Eintritt ins Rentenalter entfällt dieser wichtige Lebensinhalt schlagartig. Es ist daher sinnvoll, sich mit der Frage"schäftigen, wie ein erfülltes Leben auch ohne Erwerbstätigkeit aussehen kann.

Da jeder Mensch die Erfahrung des Renteneintritts nur einmal macht, kann man auch kaum auf eigene Erfahrungen zurückgreifen. Wir begleiten Sie mit unserer Veranstaltung auf der Erkundungsreise"n erfülltes, zufriedenes und gesundes Pensionsleben.

Oft ist die Frage nach der zukünftigen Lebensgestaltung spätestens mit dem Wegfall des Berufslebens eine von Paaren gemeinsam"antwortende Herausforderung. Daher ist die Teilnahme"r Veranstaltung sowohl einzeln als auch gemeinsam mit Ehe-/LebenspartnerIn möglich.

**Inhalte**

- Die Fähigkeit, Gesundheit"halten
- Die Fähigkeit, die neue Zeit aktiv"stalten
- Die Fähigkeit, Beziehungen aufzunehmen und"legen
- Die Fähigkeit, sich die Zukunft und den Sinn des Lebens"schließen

Im Seminarpreis inbegriffen ist das Buch „Erschöpfung und Überlastung positiv bewältigen“ von Dr. Nawid Peseschkian und Prof. Dr. Nossrat Peseschkian. Sie erhalten das Buch während des Seminars.

Das Seminar beginnt"sten Seminartag um 17:00 Uhr mit einem gemeinsamen Agenda-Setting, gefolgt von einem Abendessen mit der Gruppe. Es schließen sich zwei ganze Seminartage an.

**Nutzen**

- Sie trainieren das Loslassen vom bisherigen Berufsumfeld.

- Sie bereiten sich auf neue Aktivitäten vor.
- Sie lernen, verstärkt auf Ihre Gesundheit und neue soziale Kontakte zu achten.
- Sie haben die Möglichkeit, sich gemeinsam mit Ihrer Partnerin/Ihrem Partner auf Ihren neuen Lebensabschnitt vorzubereiten.

## **Dozenten**

Dr. Nawid Peseschkian: Herr Dr. Peseschkian ist niedergelassener Arzt in Wiesbaden. Er ist Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie sowie Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie. Seit vielen Jahren ist er darüber hinaus als Referent für Bildungsträger, Banken und Versicherungen in 20 Ländern tätig. Herr Dr. Peseschkian ist Leiter und Vorstand der Peseschkian Stiftung.