

# **(Un-)Ruhestand?**

Freiwilliges Engagement und  
Perspektiven in der nachberuflichen Zeit



**Mo 08.04.2024**

© iStock / Alessandro Balacco / Fotofrancia

## Welcher (Un-)Ruhestandstyp sind Sie?

Planen Sie gerne oder leben Sie lieber nach dem Motto: „Das lasse ich mal auf mich zukommen?“ Jeder und jede hat eigene Bilder im Kopf, wie der Ruhestand aussehen kann. Lockt doch das sogenannte „Dritte Lebensalter“ mit mehr Freizeit und weniger Verpflichtungen, mehr Ruhe und weniger Stress, mit mehr Möglichkeiten, seine Träume zu leben und endlich das zu tun, was bislang warten musste.

- Im ersten Teil dieser Veranstaltung lernen Sie ein Modell mit vier „Ruhestandstypen“ kennen und erforschen Ihre eigenen Vorstellungen und Visionen.
- Im zweiten Teil des Abends werden vielfältige Möglichkeiten des freiwilligen Engagements in den Fokus gerückt: flexible, spontane und verbindende. Engagierte berichten aus verschiedenen Bereichen von ihren Erfahrungen und stehen für Ihre Fragen zur Verfügung.

Referentin	Isabel Schrimpf, Freiwilligenagentur TATENDRANG
Kursleitung	Martina Gubricka, MBW
Termin/Zeit	Mo 08.04.2024, 16.30 – 19.00 Uhr
Ort	Münchner Bildungswerk, 2. Stock, Dachauer Str. 5, 80335 München
Kursgebühr	gebührenfrei
<u>Kurs-Nr.</u>	<u>148801 (Link zur Anmeldung)</u>



### Anmeldung

Internet:

[www.muenchner-bildungswerk.de](http://www.muenchner-bildungswerk.de)

E-Mail:

[mbw@muenchner-bildungswerk.de](mailto:mbw@muenchner-bildungswerk.de)

Telefon: 089/54 58 05-19

### Kooperationspartner



**TATENDRANG**  
Freiwilligen-Agentur

Weitere Informationen und Veranstaltungen finden Sie auch auf unserer Homepage: [www.muenchner-bildungswerk.de](http://www.muenchner-bildungswerk.de)