

# Ab in die Rente – Von Chancen und Stolpersteinen auf dem Weg in einen neuen Lebensabschnitt.

|             |   |
|-------------|---|
| Kursnummer  | 26A131676                                     |
| Beginn      | Samstag, 07.02.2026, 10:00 - 17:00 Uhr        |
| Dauer       | 2 Termin(e)                                   |
| Ort         | VHS im Komed, 631, Im Mediapark 7, 50670 Köln |
| Lehrkraft   | Dr. Barbara Garde                             |
| Kursentgelt | 117,00 €                                      |

Der Übergang ins arbeitsfreie Rentenalter ist für viele eine Herausforderung: So viele Möglichkeiten und Zeit, die man im Arbeitsleben nie hatte, aber auch emotionale Löcher, Langeweile und fehlende Strukturen. Ein Lebensübergang, an dem sich mancher neu definieren muss. Wir wollen gemeinsam und mit Hilfe kleiner Übungen gucken: Was hat mir mein Arbeitsleben bedeutet, was gewinne ich durch den Ruhestand und wie will ich meinen neuen Lebensabschnitt gestalten?

Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit Arbeit und Leben DGB/VHS NRW e.V. statt und wird entsprechend bezuschusst.

## Kurstermine

| Datum      | Uhrzeit           | Ort               |
|------------|-------------------|-------------------|
| 07.02.2026 | 10:00 - 17:00 Uhr | VHS im Komed, 631 |
| 08.02.2026 | 10:00 - 17:00 Uhr | VHS im Komed, 631 |

[zur Kursdetail-Seite](#)