

# Der Ruhestand als Chance - den Übergang in die Rente erfolgreich gestalten

---

Kursnummer 26L184927

---

Beginn Montag, 21.09.2026, 09:30 - 16:30 Uhr

---

Dauer 5 Termin(e)

---

Ort VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

---

Dozent Jutta Kern

---

Kursentgelt 266,00 €

---

Sie haben sich über viele Jahre beruflich engagiert und nun rückt die 3. Lebensphase in greifbare Nähe. Der Übergang in den Ruhestand ist ein gravierender Umbruch, eine Zeit der Veränderung und der Neuorientierung. Das Seminar soll Sie dabei unterstützen die letzte Phase Ihres Berufslebens bewusst zu gestalten und bietet Hilfestellung für eine systematische Vorbereitung auf die nachberufliche Phase. Wir schauen zurück auf unsere Erfahrungen und Erfolge, befassen uns mit den wichtigsten Säulen des Lebens, entwickeln Ideen für die 3. Lebensphase, planen die Umsetzung von individuellen Aktivitäten und profitieren vom Austausch mit anderen Teilnehmenden. Dieses Seminar soll insbesondere Personen ansprechen, die sich bereits in der zweiten Lebenshälfte befinden und in absehbarer Zeit aus dem Berufsleben ausscheiden oder sich bereits frühzeitig und systematisch mit der nachberuflichen Phase befassen möchten.

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

Die Kölner Volkshochschule ist eine anerkannte Einrichtung der Arbeitnehmerweiterbildung gemäß § 10 AWbG NRW. Dieses Seminar entspricht den Anforderungen gemäß § 9 AWbG und gilt damit als anerkannte Bildungsveranstaltung.

## Kurstermine

### Datum Uhrzeit Ort

---

21.09.2026 09:30 - 16:30 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

---

22.09.2026 09:30 - 16:30 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

---

23.09.2026 09:30 - 16:30 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

---

24.09.2026 09:30 - 16:30 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

---

25.09.2026 09:30 - 16:30 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 0.14

---

[zur Kursdetail-Seite](#)