

# Start frei für einen der besten Lebensabschnitte!

Für alle, die ihren Ruhestand bewusst und erfüllend leben wollen

Einzigartiger Lebenskurs für eine der größten Zielgruppen

Auch geeignet für Gemeindegemeinschaften, Themenabend oder Senioren-Freizeit

Lange scheint er in weiter Ferne und plötzlich steht er vor der Tür: Der Ruhestand. Dabei ist der Übergang von der Berufstätigkeit in diesen neuen Lebensabschnitt gar nicht so einfach wie gedacht. Wie konnte die Zeit so schnell vergehen? Und was soll man mit der ganzen Zeit anfangen, die nun zur Verfügung steht?

Viele Fragen, Ängste und Unsicherheiten tauchen auf, z.B. um die (künftige) Gesundheit und den Prozess des Alterwerdens. Wichtige Themen, die oft jahrelang verdrängt wurden, verlangen plötzlich nach Aufmerksamkeit. Dieser Lebenskurs des Gnadauer Verbands holt Menschen ab, die kurz vor dem Ruhestand stehen oder sich bereits mittendrin befinden. Er nimmt an die Hand und ermutigt, den Herbst des Lebens in vollen Zügen zu genießen. Dabei lässt er auch die wichtigen Fragen nicht außer Acht und hilft Entscheidungen zu treffen und Beziehungen zu klären.



**Herausgegeben** vom Gnadauer Arbeitskreis „Generation PLUS“, der sich zusammensetzt aus haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen, die in Verbänden und Werken des Evangelischen Gnadauer Gemeinschaftsverbandes verantwortlich sind für die Arbeit mit der Generation PLUS.



Michael Diener / Frank Spatz

**(H)Auszeit**

Ein Kurs zum Leben und Glauben für die Generation PLUS  
**Arbeitsbuch**

kartoniert, 17 × 23 cm, ca. 96 Seiten,

ca. € 14,99 (D) / € 15,50 (A) / sFr 23,10

ISBN 978-3-7615-6744-9

Best.-Nr. 156744, WGS 1926

August 2020



Michael Diener / Frank Spatz

**(H)Auszeit**

Ein Kurs zum Leben und Glauben für die Generation PLUS  
**Teilnehmerheft**

geheftet, 14,7 × 21 cm, ca. 40 Seiten,

ca. € 3,99 (D) / € 4,10 (A) / sFr 6,10

ISBN 978-3-7615-6745-6

Best.-Nr. 156745, WGS 1926

August 2020

