los Mensch & Arbeitswelt

Praxisworkshop: «Pensionierung mit Weitblick – heute planen, morgen geniessen»

Die Pensionierung ist kein Schlusspunkt – sie ist ein Neubeginn. Ein Lebensabschnitt voller Freiraum, Möglichkeiten und neuer Entscheidungen beginnt. Wer sich frühzeitig mit diesem Übergang auseinandersetzt, gewinnt Klarheit, Sicherheit und Orientierung. Dieser Anlass lädt Sie ein, Ihren Ruhestand aktiv zu gestalten, neue Perspektiven zu entwickeln und den nächsten Abschnitt Ihres Lebens bewusst, selbstbestimmt und mit Zuversicht anzugehen.

Die Phasen des Ruhestands – Orientierung gewinnen
Der Übergang in den Ruhestand ist ein bedeutender Veränderungsprozess. Sie lernen typische Phasen kennen, reflektieren eigene Reaktionen und gewinnen Sicherheit im Umgang mit Abschied, Neuorientierung und neuen Freiräumen.

Mein Leben nach der Pensionierung
Ganzheitliche Standortbestimmung nach dem Ansatz von Petzold in den Bereichen Gesundheit, soziale Beziehungen, Finanzen, Sinn & Werte sowie Beschäftigung – als Grundlage für Klarheit, Orientierung und bewusste Entscheidungen.

Ideen und Perspektiven für die nachberufliche Zukunft
Der Ruhestand eröffnet neue Möglichkeiten. In einem moderierten Austausch entwickeln Sie Anregungen und konkrete Vorstellungen für eine aktive und erfüllende Zeit nach dem Berufsleben.

Den Übergang aktiv gestalten
Auf Basis Ihrer Erkenntnisse erarbeiten Sie einen persönlichen Zukunftsplan. Daraus entsteht eine individuelle Roadmap mit konkreten nächsten Schritten für eine selbstbestimmte, sinnvolle Pension.

Zielgruppe
Personen ab 55 Jahren, die sich aktiv mit ihrer bevorstehenden Pensionierung auseinandersetzen möchten – unabhängig davon, ob die Pension kurz bevorsteht oder noch einige Jahre entfernt ist.

Referenten



René Betschart, Business Coach NDS HF / Ausbilder SVEB / Geschäftsführer betschart business & life coaching, Dozent und Coach



Erich Otz, Eidg. FA Ausbildner, Inhaber PTKsales GmbH, Kurs- und Workshopleiter, Trainer und Coach

Datum: **30. Juni 2026, 9:00–17:00 Uhr**
Anmeldung per Mail an: sekretariat@los-aargau.ch / / Anmeldefrist: 15. Juni 2026
Ort: **los Mensch & Arbeitswelt, Kasinostrasse 25, 5000 Aarau**
Kosten: **CHF 350 / Person** (inkl. Pausenverpflegung)