

# Erfahrungsaustausch: „Ruhestand – und was nun?“

Für 10 Personen – Anmeldung erforderlich



*Berti Stahlecker, Familientherapeutin, Beraterin bei Hiergeblieben, moderiert den Erfahrungsaustausch. (Foto: privat)*

**Kranichstein (dv).** Die einen stehen kurz davor, die anderen sind schon angekommen: in Rente, im Ruhestand... Je-

denfalls in jener Lebensphase ohne Erwerbsarbeit, frei von Berufstätigkeit. Freiheit oder Verlust? Trauer oder Freude über neue Möglichkeiten? Diese neue Lebensphase wird ganz unterschiedlich erlebt und fühlt sich für jede und jeden ganz verschieden an.

Das zeigte auch der Austausch „Ruhestand – und was nun?“ im Oktober, der schnell ausgebucht war. Berti Stahlecker, Familientherapeutin und seit einigen Jahren selbst im „Ruhestand“, bietet nun einen weiteren Austausch an. Und zwar am Donnerstag, 13. November, um 18 Uhr im Luise-Büchner-Haus, Mirjam-Pressler-Straße 10, und zwar im 1. OG im Clubraum neben dem Bürgersaal. Stahlecker hat sich mit dieser Lebensphase intensiv auseinandergesetzt – und tut es immer noch. „Der Übergang in den Ruhestand

bringt viele Veränderungen mit sich: neue Freiheiten, aber auch Fragen und Unsicherheiten. Ich möchte gern mit anderen in ähnlicher Lebenssituation ins Gespräch kommen“, sagt Stahlecker.

Die Austauschrunde ist in zwei Teile gegliedert: Im ersten Teil geht es um Bedeutung und Gefühle zum neuen Lebensabschnitt, der zweite Teil fragt: „Wie kann das neue Lebenskapitel gut gelingen?“. Die Teilnahme ist auf 10 Personen begrenzt. Deshalb bitte möglichst bald im Büro von „Hiergeblieben“ anmelden.

## **Anmeldung zu Erfahrungsaustausch Ruhestand:**

Büro von Hiergeblieben e.V.  
Mirjam-Pressler-Straße 10  
Tel.: 06151 7871508  
E-Mail: [info@hiergeblieben-kranichstein.de](mailto:info@hiergeblieben-kranichstein.de)