



AWO Sachsen
Soziale Dienste
gemeinnützige GmbH

Kompetenzzentrum für den Übergang in den Ruhestand - KÜR



Ruhestand – und nun?

Angebote zur Vorbereitung und Gestaltung
der nachberuflichen Lebensphase

Wie kann der Übergang gut gelingen? Welche Aktivitäten können mich erfüllen? Mit was und für wen kann ich jetzt von Nutzen sein? Wie kann ich die letzten Arbeitsjahre gut gestalten? Wie kann ich mich neuorientieren? Gibt es noch ungelebtes Leben, dass jetzt dran ist? Was möchte ich gerne einmal ausprobieren? Was kann ich für mich tun, um im Alter zufrieden und gesund zu bleiben? Möchte ich weiterarbeiten?

Vortrag und Lesung

Infos | Hintergründe | Talk

- **Ruhestand als Chance. Die späte Lebensphase entdecken**
Sabine Schröder-Kunz, Buchautorin aus Darmstadt
Montag, 21.10.24, Einlass: 17.00 Uhr, Beginn: 18.00 Uhr
Thalia – Haus des Buches, Dr.-Külz-Ring 12

Workshop: Den Übergang gestalten

Anregungen | Austausch | praktische Übungen

- **Dienstags, 6.8. / 13.8. / 20.8.24**, jeweils 16.30 – 18.00 Uhr
Kreativ.Raum.Börse, Hauptstraße 42/44
- **Freitag, 18.10.24**, 9.00 – 15.00 Uhr
Nachbarschaftsladen Pieschen, Oschatzer Straße 10
- **Samstag, 9.11.24** 9.00 – 16.00 Uhr
Chinesischer Pavillon, Bautzner Landstr. 17 a
- **Freitags, 17.1. / 24.1. / 31.1.25**, jeweils 9.00 – 12.00 Uhr
Volkshochschule Dresden, Annenstraße 10

Vortrag: Ruhestand – und nun?

Infos | Tipps | Hinweise

- **Dienstag, 3.9.24**, 17.00 – 18.30 Uhr
AVA – Austausch und Vernetzung im Alter,
Bodenbacher Str. 100c
- **Donnerstag, 19.9.24**, 17.00 – 18.30 Uhr
Nachbarschaftsladen Pieschen, Oschatzer Str. 10

Themenwanderung Berufsausstieg

Bewegung | Geselligkeit | Natur | Ruhestandsthemen

- **Wanderung im Nöthnitzgrund**
Samstag, 21.9.24, 10.00 – 15.00 Uhr
Treff: Haltestelle Campingplatz Mockritz (Bus 63,66)

Die Teilnahme an allen Veranstaltungen ist kostenfrei.
Wir bitten um verbindliche Anmeldung.

Anmeldung und Kontakt

Kompetenzzentrum für den
Übergang in den Ruhestand

Telefon 0351 28916-12

Mobil 01522 808 244 8

kuer@awo-in-sachsen.de

www.awo-in-sachsen.de/kuer

gefördert durch
die Landeshauptstadt
Dresden



Dresden.
Dresden



QR Code scannen,
um auf die Web-
site zu gelangen.