

Übergang in eine neue Lebensphase

- Das Berufsende ist eine der größten Herausforderungen und eine der größten Veränderungen im Leben
- Das Alte bricht weg - das Neue ist noch nicht da
- Im Ruhestand fehlen vertraute berufliche Kontakte und Aufgaben
- Ruhestand hat verschiedene Gesichter
- freiwilliges Engagement ist vielfältig und verbindet Freude für den einzelnen mit Nutzen für andere



Wir sind

**ehrenamtlich aktive SeniorInnen,
geschult im Bundesmodellprogramm EFI
(Erfahrungswissen für Initiativen)**

Wir

- übernehmen Aufträge, die von gemeinnützigen Organisationen an uns herangetragen werden
- initiieren neue Projekte
- ersetzen mit unserer Tätigkeit keine Arbeitsplätze
- sind institutionell ungebunden sowie partei- und konfessionsübergreifend tätig

Mit unserem Engagement beteiligen wir uns an gesellschaftspolitischen Entwicklungen
www.seniortrainer-hamburg.de

Wir sind Mitglied im AKTIVOLI-Landesnetzwerk, dem Verbund zur Engagementförderung in Hamburg

Gefördert von der Behörde für Gesundheit und Verbraucherschutz der Freien und Hansestadt Hamburg

Träger Seniorenbüro Hamburg e.V.,
www.seniorenbüro-hamburg.de

*senior***Trainerin**
Erfahrungswissen für Initiativen
Hamburg

Neue Wege im Ruhestand



*senior***Trainerin**
Erfahrungswissen für Initiativen
Hamburg



Wir suchen

Unternehmen, Betriebe, Organisationen, die ihren Mitarbeitern/Mitgliedern einen wertschätzenden Abschied vom Beruf ermöglichen

- mit neuen Perspektiven in die neue Zeit aufzubrechen
- sich alten und neuen Rollenbildern zu stellen
- ihr Altersbild zu überprüfen
- freiwilliges Engagement als einen konstruktiven neuen Teil im Ruhestand kennen zu lernen
- zur Chancengleichheit aller Generationen beizutragen
- Sinnvolles für sich und andere zu tun



Wir bieten

Konzept und Durchführung einer zweistündigen Informationsveranstaltung mit den Themen

- Gewinn und Verlust im Ruhestand
- Frage nach Sinnstiftung
- Zeitmanagement und Familie
- neue Betätigungsfelder mit Beispielen aus eigenem Erleben
- aus der Praxis für die Praxis

Anknüpfen an Berufserfahrung oder Neues ausprobieren

Erwartungen und Motivation zur freiwilligen Tätigkeit, Rahmenbedingungen und Zugangswege



Sie

- **informieren Ihre Mitarbeiter/Mitglieder**
- **laden ein zu einer Informationsveranstaltung**
- **stellen einen Raum zur Verfügung**

Haben Sie Interesse?

Sie erreichen uns über

seniorTrainerinnen Hamburg
c/o Freiwilligen Zentrum Hamburg

Am Mariendom 4, 20099 Hamburg
040 / 248 77 362, Di/Mi 10.00-13.00

info@seniortrainer-hamburg.de
www.seniortrainer-hamburg.de