

50+ FIT für die Zukunft

Seminar ID: 2324-FT 01 / 2324-FT 06



Kolbenholz 1-2 u. 4-5
Schafrücke
66121 Saarbrücken

Tel.: 06 81 – 9 89 06-0
Fax: 06 81 – 9 89 06-60

Mail: info@abz-bau-saar.de
Web: www.abz-bau-saar.de

Faktisch ist, dass die Lebenserwartung der Menschen steigt und steigt. Jürgen Seckler ist aber überzeugt: Wir werden alle älter, das heißt aber nicht, dass wir dabei alt werden müssen. Kein Mensch muss in die „Hättichdochfalle“ tappen. Hätte ich mir doch mehr Zeit für mich, meine Familie, Frau, Kinder, Freunde genommen. Hätte ich doch nicht so viel gearbeitet. Hätte ich mir doch erlaubt glücklich und zufrieden zu sein. Hätte ich doch, dann wäre mein Leben ganz anders verlaufen.

Jürgen Seckler greift die entscheidenden Fragestellungen in dem Workshop auf und unterstützt Sie in der Beantwortung. Dabei spielen Ehrlichkeit, Entscheidungswille und Selbstreflexion eine große Rolle. Dabei spielen nicht nur die persönlichen Ziele eine Rolle, sondern ebenfalls die berufliche Zukunft. Sind diese Fragen für sich selbst beantwortet, ist der Weg deutlich klarer und leichter zu beschreiten.

Inhaltliche Schwerpunkte des Workshops

- Klärung und Festigung der beruflichen - persönlichen Lebensbalance
- Eigene Ressourcen und Potenziale entdecken und erhalten
- Veränderung: Wie damit umgehen? Wie motiviert bleiben?
- Altern will gelernt sein.
- Fit, leistungsfähig und gesund in Richtung Ruhestand: Tipps für Körper, Geist und Freizeitgestaltung
- Wer bin ich? Was will ich? Was kann ich?
- Schluss mit „Hätte ich doch....“ - Triff eine Entscheidung

Methoden

Trainerinput, Übungen in Einzel- und Gruppenarbeit, Erfahrungsaustausch

Termine

30.11.2023 - 01.12.2023 / 1 ½ Tage
27.06.2024 - 28.06.2024 / 1 ½ Tage

Veranstalter / Ort

Ausbildungszentrum AGV Bau Saar gGmbH
Kolbenholz 1-2 u. 4-5, 66121 Saarbrücken
Fon 06 81 – 9 89 06-0
Fax: 06 81 – 9 89 06-60
Mail: info@abz-bau-saar.de

Referent/in

Jürgen Seckler

**Vorzugsweise als
geschlossenes
Gruppenseminar
buchen**

Förderprogramm

KdW – Kompetenz durch Weiterbildung
Das Programm bietet kleinen und mittleren Unternehmen (KMU) mit einer Betriebsstätte im Saarland die Möglichkeit, einen Zuschuss zu den Weiterbildungskosten ihrer Beschäftigten zu erhalten. Nähere Informationen finden Sie unter www.kdw.saarland.de

Gebühr

Mitgliedsfirmen: 495,00 € /Teilnehmer
Nichtmitgliedsfirmen: 590,00€ /Teilnehmer

Zahlung erfolgt nach Rechnungsstellung innerhalb 8 Tagen, unabhängig von Leistungen Dritter (z.B. Agentur für Arbeit), an folgende Bankverbindung:
Bank 1 Saar, Konto 0001634003, BLZ 59190000
IBAN DE28 5919 0000 0001 6340 03
BIC SABADE5SXXX.

Info

Im Rahmen der **Meisterhaftkampagne** erhalten Handwerksbetriebe des AGV Bau Saar für den **4 Sternebereich 100 Punkte** in Kategorie Unternehmensführung/Marketing

**Ausbildungszentrum
AGV Bau Saar gGmbH**

Geschäftsführer

Claus Weyers

Geschäftsführer

Dipl.-Ing. M. Pirron