

Der Wert der Arbeit und die Chance freier Zeit



Tolle Stimmung beim Seminar für Interessierte in der Seniorenarbeit

Bildnachweis: EmK-Bildungswerk

Die Erfahrungen beim Eintritt in den Ruhestand sind verschieden. Eine Auseinandersetzung mit den unterschiedlichen Aspekten ist lohnenswert.

Von großer Erleichterung über gelassene Annahme bis hin zur tiefen Lebenskrise reicht die Bandbreite der Erfahrungen beim Eintritt in den Ruhestand. Ende März bot das Seminar zum Thema »Ruhestand – große Freiheit oder neue Verpflichtung?« die Möglichkeit, sich mit diesen unterschiedlichen Aspekten auseinanderzusetzen. Manche der Teilnehmer konnten dabei auf diesen Übergang zurückblicken, andere haben ihn noch vor sich.

Frank Pahnke, psychotherapeutischer Heilpraktiker und freier Mitarbeiter einer Beratungspraxis in Freudenstadt, gab mit seinem Referat zu »Lebensglück und Zufriedenheit im Seniorenalter« zahlreiche Anregungen zum Weiterdenken. Dabei hob er den Wert der Arbeit, aber auch die Chance von frei verfügbarer Zeit hervor. Es entwickelten sich intensive Gespräche über die jeweils eigenen Bedürfnisse. Auch der Blick auf die Bedeutung dieses Lebensabschnittes für die Seniorenarbeit kam nicht zu kurz. Zum Abschluss wurde der Übergang in den Ruhestand beispielhaft mit einem besonders gestalteten Gottesdienst gefeiert. »Jeder, der nicht teilnahm, hat was Wertvolles versäumt«, meinte ein Teilnehmer zum Ende des Seminars und fügte hinzu: »Wir brauchen noch viel mehr engagierte Multiplikatoren und Weitersager und Mitmacher!«

Hinweis zur nachträglichen Bearbeitung

19.04.2017, 8:15 Uhr: In der Erstveröffentlichung dieser Meldung wurde Frank Pahnke als Inhaber einer Beratungspraxis in Freudenstadt bezeichnet. Das wurde korrigiert, weil Herr Pahnke nicht Inhaber, sondern freier Mitarbeiter dieser Beratungspraxis ist.

Die Autorin

Christine Carlsen-Gann ist Referentin im Bildungswerk der Evangelisch-methodistischen Kirche in Stuttgart mit dem Schwerpunkt Seniorenarbeit. Kontakt: [c.carlsen-gann\(at\)emk-bildungswerk.de](mailto:c.carlsen-gann(at)emk-bildungswerk.de)

Weiterführende Links

www.emk-bildung.de/info-seniorenarbeit

Zur Information

Zum Vormerken: Nächstes Seminar für Verantwortliche und Interessierte in der Seniorenarbeit: 12.-14. April 2018 – »Spiritualität im Alter«. Informationen: c.carlsen-

[gann\(at\)emk-bildungswerk.de](mailto:gann(at)emk-bildungswerk.de)

Verwandte Nachrichten

4.2.2016 | [Demenz - Schwerpunktthema 2017 für Seniorenarbeit](#)