

Erfahrung mit Zukunft – Berufsleben 50+ aktiv gestalten

Veranstaltungs-Nr. 2026 L024 SF

Nutzen und Ziele

Das Berufsleben jenseits der 50 eröffnet neue Chancen: mehr Klarheit über die eigenen Werte, ein reicher Erfahrungsschatz und die Möglichkeit, bewusst Weichen für die Zukunft zu stellen. Die Seminarreihe lässt Sie Ihren bisherigen Weg reflektieren, die eigenen Ressourcen stärken und ihre Erfahrung wirksam einbringen. Sie verbinden persönliche Entwicklung mit praxisnahen Impulsen für Gesundheit, Resilienz und Rollenbewusstsein.

Sie gewinnen Orientierung für die nächsten Berufsjahre, stärken ihr Wohlbefinden und ihre Widerstandskraft und entdecken neue Möglichkeiten, ihre Kompetenzen sinnvoll einzusetzen. Mit praxisnahen Methoden können Sie Veränderungen aktiv gestalten und ihre Rolle im beruflichen Umfeld klarer und selbstbewusster leben.

Alle Module können auch **einzel**n gebucht werden.

Bei der Buchung der **gesamten** Seminarreihe „**Erfahrung mit Zukunft – Berufsleben 50+ aktiv gestalten**“ erhalten Sie einen Nachlass von 10 % auf die Teilnahmegebühr.

1. Modul: [Klarheit schaffen - den eigenen Weg reflektieren und gestalten](#) (Online)
06.05.2026 10 bis 16 Uhr

- aktuellen beruflichen Standort bestimmen
- individuelle Stärken erkennen
- berufliche Entwicklung weitergestalten

2. Modul: [In Balance bleiben - Gesundheit und Resilienz stärken](#) (Online)
07.05.2026 10 bis 16 Uhr

- Gesundheitsförderung
- Resilienz stärken
- Ressourcen nutzen

3. Modul: [Erfahrung weitergeben](#) - Rollen bewusst und wirksam leben (Online)
08.05.2026 10 bis 16 Uhr

- Die eigene Rolle reflektieren
- Wissen teilen
- Übergänge in Altersteilzeit oder Ruhestand aktiv gestalten



Erfahrung mit Zukunft – Berufsleben 50+ aktiv gestalten

Veranstaltungs-Nr. 2026 L024 SF

Zielgruppe

Die Seminarreihe richtet sich an **Berufstätige ab etwa 50 Jahren**, die ihre zweite Berufshälfte **aktiv, reflektiert und gesund** gestalten möchten.

- Mitarbeitende, die ihre **berufliche Rolle weiterentwickeln** und ihre Erfahrungen gezielt einbringen möchten
- Fach- und Führungskräfte, die sich auf kommende **berufliche Übergänge** – z. B. in Richtung Altersteilzeit oder Ruhestand – vorbereiten wollen
- Beschäftigte, die ihre **Gesundheit, Motivation und Resilienz stärken** und nachhaltig leistungsfähig bleiben möchten
- Personen, die ihre **Expertise weitergeben** wollen, etwa durch Mentoring oder kollegiale Beratung

Termin 06.05 bis 08.05.2026

Plattform Zoom

Dozent*innen Patricia Braun

Teilnahmegebühr 810,00 EUR

Seminarzeiten

Pausenzeiten Die Dozent:innen legen flexibel oder nach Bedarf Pausen ein.

Arbeitsmittel keine speziellen Arbeitsmittel benötigt

Online-Evaluation Am letzten Seminartag erhalten Sie eine E-Mail von der dbb akademie. Bitte bewerten Sie die Veranstaltung über den Online-Fragebogen. Ihre Rückmeldung hilft der dbb akademie, die hohe Qualität der Schulungen dauerhaft zu gewährleisten. Die Bewertung kann (auch anonym) mit Smartphone, Tablet oder PC durchgeführt werden.

Die dbb akademie behält sich das Recht des Dozentenaustausches, Terminverschiebungen sowie Aktualisierung der Inhalte vor.

Wissenswertes zu diesem Online-Seminar

Methodik und Ablauf

In diesem Online-Seminar erwartet Sie ein visualisierter Fachbeitrag zu Ihrem Thema. Je nach Verlauf werden Sie entweder über Chat, Mikrofon oder andere Online-Medien aktiv in den Veranstaltungsverlauf eingebunden. Die Dozent:innen entscheiden entsprechend der Seminarsituation über Art und Weise der Beteiligung. Die Inhalte werden anschaulich durch Vorträge, Präsentationen, Fallbeispiele, Diskussionen sowie ggf. durch Gruppenarbeiten oder Feedbackrunden vermittelt. Dabei kommen bewährte Online-Präsentations- und Lernmedien zum Einsatz.

Technische Voraussetzungen

Sie benötigen für die Teilnahme einen PC/Laptop mit Headset und ggf. Webcam. Unabhängig von der eingesetzten Online-Seminarplattform können Sie direkt über Ihren Browser beitreten. Alternativ können Sie die jeweilige Anwendung der Plattform installieren und nutzen.

Mit der Anmeldebestätigung zum Online-Seminar und per E-Mail eine Woche vor Veranstaltungsbeginn erhalten Sie eine Hilfestellung zur Nutzung der jeweils eingesetzten Online-Seminarplattform.

Wissenswertes rund um unsere Online-Seminare finden Sie auch auf unserer [Homepage](#).