



GEMEINDE **G**OSSAU



MIT FREUDE IN DIE PENSION

NEUES KURSANGEBOT IM HERBST 2023

An wen richtet sich der Kurs?

Dieser Kurs richtet sich an alle Personen, welche vor der Pensionierung stehen und sich darauf vorbereiten möchten, wie sie den neuen Lebensabschnitt gestalten können.

Wie hoch sind die Kosten?

Für Einwohnerinnen und Einwohner von der Gemeinde Gossau ZH ist der Kurs unentgeltlich, für Auswärtige belaufen sich die Kosten auf Fr. 100.-.

Wie kann ich mir den Kurs vorstellen?

An den Kursabenden erfolgen einerseits Inputs der Kursleitung, andererseits gibt es viel Raum für Austausche sowie selbständige Erarbeitung oder Gruppenarbeiten zu einzelnen Themen. Am dritten und vierten Kursabend sind die Partner/innen ebenfalls eingeladen, wobei der Kurs selbstverständlich auch alleine besucht werden kann.

Welche Themen werden am Kurs besprochen?

- Chancen und Herausforderungen der eigenen Pensionierung
- Vom Arbeitsleben in den (Un-)Ruhestand
- Neustrukturierung des Alltags
- Freizeit - kostbare neue Freiheit
- Herausforderungen im Beziehungsnetz und in der Partnerschaft
- Angebote der Gemeinde, Kirchgemeinden, Pro Senectute, usw.
- Erstellung und Einordnung des neuen Budgets

«Übergänge gehören zu unserem Leben; sie bereiten Freude, bringen aber auch Unsicherheiten mit sich, sie bedeuten Chance und Herausforderung zugleich. Ich freue mich, Sie bei Ihrem Übergang in die Pensionierung aktiv begleiten zu dürfen.»

Regula Hehli



Wer leitet den Kurs?

Der Kurs wird von Regula Hehli (Berufs- und Laufbahnberaterin, Hebamme FH, Kursleiterin SVEB) und Virginie Tschannen (Sozialarbeiterin FH, Altersbeauftragte der Gemeinde Gossau ZH) geleitet.

«Ich freue mich, dass wir nun auch für Menschen kurz vor der Pensionierung ein attraktives Angebot haben.»

Virginie Tschannen



Wann und wo findet der Kurs statt?

Immer mittwochs an den folgenden Daten: 13. September 2023, 4. Oktober 2023, 25. Oktober 2023, 15. November 2023, jeweils von 19.00 bis 21.00 Uhr. Im Anschluss besteht die Möglichkeit für eine gemeinsame Austauschrunde.

Ort: Anlaufstelle für Altersfragen und Freiwilligenarbeit, Im Grünenhof 17, 8625 Gossau ZH

Wie kann ich mich für den Kurs anmelden?

Bei Interesse melden Sie sich bei Virginie Tschannen, Altersbeauftragte der Gemeinde Gossau ZH, unter 044 936 55 97 oder virginie.tschannen@gossau-zh.ch (jeweils von Montag bis Mittwoch erreichbar).

Besten Dank für Ihre Anmeldung **bis am Dienstag, 15. August 2023.**

Wir freuen uns, Sie an unserem Kurs begrüßen zu dürfen!



GEMEINDE **G O S S A U**

Kontakt

Anlaufstelle für Altersfragen & Freiwilligenarbeit
Im Grünenhof 17
8625 Gossau ZH

Montag – Freitag
8.00 Uhr – 12.00 Uhr

Virginie Tschannen
Altersbeauftragte
virginie.tschannen@gossau-zh.ch
D 044 936 55 97
T 044 936 55 80

Mai 2023