



Am Horizont: Ruhestand

Ein Kurs zur bewussten Vorbereitung
für Gemeinde- und Pastoralreferentinnen/
-referenten, Diakone und Priester

Montag, 17.11.2025 - Mittwoch, 19.11.2025
Bad Soden-Salmünster

War's das jetzt oder kommt da noch was?

Gestalte ich bewusst oder stolpere ich
unvorbereitet in den Ruhestand hinein?

Irgendwann ist man ausgeschlafen, sind die
Bücher gelesen, ist die Wohnung poliert.
Und dann?

Wie gehe ich mit der Zeit um, von der ich
jahrelang geträumt habe, dass ich sie hätte?

* * *

Wir möchten mit Ihnen drei große Bereiche
der Vorbereitung auf Ihren Ruhestand in den
Blick nehmen:

- Die **Bilanz**, die gute Verknüpfung aus
Geschichte und Zukunft: Prägendes in
meinem beruflichen Wirken,
Zufriedenheit, Dank, vielleicht Dinge und
Projekte, die unvollendet bleiben werden.
- Planung für die **Zeit zwischen Jetzt und
dem Ruhestandsbeginn**: Wie möchte und
kann ich sie in guter Weise gestalten?
- Blick auf den Horizont und die **Zeit, wenn
der Ruhestand dann eingetreten sein
wird**: Was mache ich mit meiner Zeit? Wie
möchte ich Kontakte pflegen und gestalten
(z.B. zu ehemaligen Kolleginnen und
Kollegen, Mitbrüdern, Menschen in
Pfarreien etc.)? Wie gehe ich mit dem
Gebrauchtwerden und Sinnfragen, aber
auch vielleicht Krankheit, Schwäche und
Älterwerden um?

Es begleiten Sie

Cornelia Simon
Pastoralreferentin
Geistliche Begleiterin
Systemische Beraterin
Supervisorin



Sabine Menge
Pastoralreferentin
Geistliche Begleiterin
Logotherapeutin i.A.

Ort:	Bildungs- und Exerzitenhaus Kloster Salmünster, Bad Soden-Salmünster
Kosten:	220 € (EZ mit Du/WC, Vollpension, Kursgebühr)
Gruppe:	mindestens 8, maximal 14 Teilnehmende, die sich weniger als 8 Jahre vor dem Eintritt in den Ruhestand befinden
Anmeldung:	bis 01.10.2025 unter https://refugium.bistumlimburg.de/beitrag/am-horizont-ruhestand/ (bitte geben Sie Ihre Berufsgruppe und Ihr Bistum an)
Veranstalter:	Refugium für Mitarbeitende in Caritas und Pastoral Offenbacher Landstr. 224, 60599 Frankfurt am Main 069 - 27 10 898 0 bzw. info@refugium-auszeiten.de

Sie können diese Einladung gern weitergeben, auch an Mitarbeitende anderer Bistümer.