

Bonn, 27. Februar 2024



**Pressekontakt**

BAGSO

Bundesarbeitsgemeinschaft  
der Seniorenorganisationen  
e.V.

Barbara Stupp

Telefon 0228 / 24 99 93 12

stupp@bagso.de



## **Berufsende in Sicht?!**

### **Ratgeber der BAGSO in aktualisierter Auflage erschienen**

Der Eintritt in den sogenannten Ruhestand markiert den Beginn eines neuen Lebensabschnitts. Dieser umfasst heute eine wesentlich längere Lebensspanne als früher. Im besten Fall liegen viele Jahre und sogar Jahrzehnte in guter Gesundheit vor einem. Der Ratgeber „Berufsende in Sicht?! – Annäherungen an eine neue Lebensphase“ der BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen gibt Anregungen und Impulse, wie die nachberufliche Phase bewusst gestaltet werden kann. Er ermutigt, sich frühzeitig mit den eigenen Erwartungen und Unsicherheiten zu beschäftigen und dann „in Ruhe aktiv“ zu werden. Die kostenlose Broschüre ist nun in aktualisierter Auflage erschienen.

Der Ratgeber richtet sich an alle, die sich auf den Renteneintritt vorbereiten oder bereits in der nachberuflichen Lebensphase angekommen sind. Er beleuchtet Veränderungen des Alltags und der sozialen Kontakte, die mit dem Übergang in die Rente verbunden sind. Zahlreiche Anregungen, Denkipulse und Arbeitsblätter sollen dazu beitragen, den neuen Lebensabschnitt nach den eigenen Wünschen sinnvoll, befriedigend und zugleich möglichst gesund zu gestalten. Die Broschüre gibt zudem Einblicke in Erkenntnisse der Altersforschung, denn eine Auseinandersetzung mit dem Ruhestand ist zugleich immer auch eine Beschäftigung mit dem eigenen Älterwerden.

////  
Pressemitteilung  
**Berufsende in Sicht?!**  
////

Der Ratgeber „Berufsende in Sicht?! – Annäherungen an eine neue Lebensphase“ kann kostenfrei und auch in großer Stückzahl bei der BAGSO bestellt werden, unter [www.bagso.de/berufsende](http://www.bagso.de/berufsende) und unter der Telefonnummer 0221/24 99 93 11.

Der Ratgeber ist auch als barrierefreies Hörbuch im DAISY-Format erhältlich.

////  
**Über die BAGSO**

Die BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen vertritt die Interessen der älteren Generationen in Deutschland. Sie setzt sich für ein aktives, selbstbestimmtes und möglichst gesundes Älterwerden in sozialer Sicherheit ein. In der BAGSO sind mehr als 120 Vereine und Verbände der Zivilgesellschaft zusammengeschlossen, die von älteren Menschen getragen werden oder die sich für die Belange Älterer engagieren.

