

Übergang in die Pensionierung

«... Noch fahre ich jeden Tag zur Arbeit. Ich bewege mich zwischen meinem Zuhause und dem Arbeitsplatz hin- und her, als ob es nie etwas Anderes geben würde. Dabei rückt mein letztes Jahr, mein letzter Arbeitstag immer näher. Es scheint, als wären es zwei Dinge, die nichts miteinander zu tun haben. Die Vorstellung, von einem auf den anderen Tag frei entscheiden zu können, was ich tue, ist sowohl verlockend wie auch bedrohlich. Zunehmend wird mir bewusst, dass ich diesen Schritt vorbereiten muss. So habe ich unterdessen eine grosse und ebenso bunte Liste von offenen Fragen, die ich angehen sollte ...»

Die Vorbereitung auf die Pensionierung fängt vor dem Übergang in den neuen Lebensabschnitt an. Diese betrifft administrative Vorgänge, wie zum Beispiel die Anmeldung bei der AHV. Ebenso wichtig ist jedoch die Neuorganisation des Alltags ohne festen Stundenplan. Es ist eine Chance, über die eigenen Ressourcen nachzudenken und alleine oder gemeinsam mit anderen Menschen Neues zu wagen und auszuprobieren.

Wie wird es sich wohl anfühlen, wenn es soweit ist? Welche Tätigkeiten fördern das eigene Wohlbefinden und ein positives Lebensgefühl? Es lohnt sich, sich damit zu beschäftigen. Sie werden herausfinden, in welchen Bereichen es Ihnen gut tut voranzuplanen und wo Sie es ruhig auch auf sich zukommen lassen können.

Hätten Sie gerne weitere Informationen zum Thema?
Sie erreichen uns unter 062 843 42 90
oder moa@aarau.ch

