

## So könnte Ihr Angebot aussehen

**Thema**

Mit 50 zum alten Eisen?  
Wie man nach 50 lern- und leistungsfähig bleibt.

**Ziele**

Klären von Tatsachen und Meinungen zur Altersgruppe 50plus  
Geistige Fitness fördern  
Gute Voraussetzungen für die Leistungsfähigkeit 50plus schaffen  
Selbstvertrauen und Zuversicht für die verbleibenden Berufsjahre entwickeln

**Inhalt**

Neueste Erkenntnisse aus der Alters- und Hirnforschung  
Altersgewinne und Altersverluste  
Beeinflussen der geistigen Fitness  
Leistungsfähig bleiben  
Lebensstil und Leistung

**Ihr Nutzen**

Sie gewinnen neue Einsichten aus der Forschung zum Thema 50plus  
Sie unterscheiden Tatsachen und Meinungen  
Sie entdecken die Qualitäten und Altersgewinne  
Sie schaffen gute Voraussetzungen, um die weiteren Berufsjahre aktiv und leistungsfähig zu gestalten

**Zielgruppe**

Mitarbeitende der Altersgruppe 50plus

**Teilnehmende**

12 Teilnehmende

**Dauer**

1/2 Tag Intensiv-Training

**Budget**

Nach Vereinbarung und Richtlinien des Ausbilder-Verbandes; inkl. Vorbereitung, Dokumentation, Trainings-Material, zuzüglich Fahrspesen

**Unterlagen**

Seminar-Dokumentation, Literatur-Liste

**Methodik**

Kurz-Vorträge, Fallbeispiele, Anwendungen

**Hilfsmittel**

Beamer, Flipchart, Pinnwand

**Vorbereitung**

Selbstanalyse

**Transfer**

Persönliches Lernprotokoll

**Ihre Bedürfnisse**