

Der Übergang vom Beruf in den Ruhestand ist für viele Betroffene ein tiefer Einschnitt in ihrem bisherigen Leben. Dieses Buch widmet sich dem Thema ganzheitlich und ermuntert zu einem bewussten und aktiven Umgang damit. Der erste Teil beschäftigt sich mit den Formalitäten, die beim Abschied aus dem Erwerbsleben notwendig sind, sowie den wesentlichen Punkten der Altersfinanzierung. Im zweiten Teil geht es um seelische und geistige Fragen hinsichtlich des Berufsausstiegs, der Zeit danach und auch dem Älterwerden an sich. Der dritte Teil enthält vielfältige Anregungen für ein erfülltes Leben im Anschluss an die Berufstätigkeit, für das finden neuer Inhalte und Ziele.

Ob Rentenhöhe oder die Frage nach dem Sinn des Lebens, Abschiedsrituale, Veränderungen im sozialen Umfeld oder mögliche neue Aufgaben - der Autor Herb Stumpf spricht unverblümt und ehrlich grundlegende Aspekte rund um das Thema Berufsende an. Er schildert dabei nicht nur eigenen Erfahrungen und Lösungswege, sondern gibt auch die von Teilnehmern seiner Seminare wider. Das Buch ist eine wertvolle Orientierungshilfe für alle, die ihren Ausstieg aus dem Erwerbsleben gezielt vorbereiten möchten, aber auch für diejenigen, die diesen Schritt bereits hinter sich haben. Die Anregungen des Autors sind praktisch und lebensnah. Dazu ist das Buch unterhaltsam und sehr persönlich geschrieben.

Herb Stumpf: Wenn das Wochenende 7 Tage hat. Books on Demand Verlag, Norderstedt, 2008, 272 Seiten, Euro 19,95, ISBN 978-3-8370-6238-0

