

Endlich Zeit für Talente

Gaby Rüttgers bietet „Laufbahnberatung 60plus“ an – offene Gruppe ab 10. Juli

Gaby Rüttgers ist seit 25 Jahren als Berufsberaterin bei der Agentur für Arbeit tätig. Nach einer Zusatzausbildung als Laufbahnberaterin bietet sie ihre Dienste für Menschen in der nachberuflichen Phase jenseits der 60 an. Unsere Mitarbeiterin Sigrid Hofmaier hat Gaby Rüttgers nach Inhalten und Zielen dieser Beratung gefragt.

Frau Rüttgers, was kann man sich unter Laufbahnberatung vorstellen?

Gaby Rüttgers: Es geht um die bewusste Gestaltung der Lebensphase 60plus. In diesem Alter hat man heute zumeist noch 20 gesunde Jahre vor sich. Es gibt zwar sportliche und kulturelle Angebote, doch die berufliche Seite wurde bisher vernachlässigt. Dabei ist die dritte Lebensphase die Zeit, in der man sich nach intensiver Berufs- und Familienphase wieder selbst in den Mittelpunkt stellen kann.

Seit März haben Sie jede Woche eine Sprechstunde im Rieselfeld angeboten. Wie kam es dazu?

Gaby Rüttgers: Ich lebe selbst im Rieselfeld und habe mit der hier aktiven Gruppe „Älter werden im Rieselfeld“ Kontakt aufgenommen. Dort habe ich sofort ein großes Interesse und Ent-



Gaby Rüttgers

FOTO: ZVG

gegenkommen gespürt. Meine Sprechstunde im Stadtteilbüro wird von Menschen genutzt, die sich über ihre Talente klar werden und ihre Potenziale nutzen möchten.

Ab dem 10. Juli starten Sie mit einem offenen Gruppenangebot in die zweite Phase. Wer kann daran teilnehmen?

Gaby Rüttgers: Alle, die sich über Möglichkeiten jenseits der 60 informieren wollen. Miteinander können wir in respektvollem achtsamen Umgang ins Gespräch kommen. Dabei kann jeder beitragen, was er oder sie möchte. So ist es möglich, sich gegenseitig auf die Sprünge zu helfen, Kom-

petenzen weiterzugeben und Netzwerke zu bilden. Unter meiner professionellen Anleitung können wir uns einzelne Bereiche anschauen und überlegen, wo man realistisch etwas verändern kann.

Wenn ich Sie richtig verstanden habe, handelt es sich um ein kostenloses Angebot?

Gaby Rüttgers: Da ich mich selbst nun in den aktiven professionellen Prozess der Laufbahnberatung einarbeite, biete ich das Ganze momentan auf ehrenamtlicher Basis an. Das ist auch möglich, weil mir die Rieselfelder KIOSK-Gruppe ÄwIR diesen Raum gratis zur Verfügung stellt. Es ist wichtig, dass wir uns persönlich kennenlernen, die Gedanken und Ideen ordnen und uns in unseren Stärken gegenseitig unterstützen. So gewinnen wir Übergangskompetenzen für spätere Situationen. Wer möchte, kann individuell tiefer einsteigen und persönliche Beratungstermine buchen.

Laufbahnberatung 60plus, jeden Freitag außerhalb der Schulferien ab 16 Uhr im Stadtteilbüro Rieselfeld, Stadtteilzentrum „Glashaus“ am Maria-von-Rudloff-Platz (Haltestelle Linie 5, Rieselfeld). Kontakt: Gaby Rüttgers, Telefon: 07 61/4 00 29 42, E-Mail: info@gaby-ruettgers.de, www.gaby-ruettgers.de.