

Essen



FREITAGS | 15 – 17 UHR Offener Gesprächskreis

Begegnungszentrum am Weberplatz,
Weberplatz 3, 45127 Essen

**23. JANUAR, 27. FEBRUAR, 27. MÄRZ,
24. APRIL, 22. MAI, 26. JUNI**

Wir laden alle herzlich ein, die sich über Arbeit im Rentenalter austauschen wollen, neue Ideen suchen oder Fragen haben. In der ersten Stunde geht es um alle Ihre Fragen, in der zweiten Stunde konzentrieren wir uns auf ein Thema, und zwar:

23. JANUAR: Altersbilder – welchen Einfluss haben sie bei der Jobsuche? **27. FEBRUAR:** Freiberuflichkeit – was muss man berücksichtigen? **27. MÄRZ:** Lebensübergänge – wie gestalten wir die Herausforderungen? **24. APRIL:** Bewerbung – welche Form passt für meinem Jobwunsch? **22. MAI:** Sinnstiftendes Engagement – welche Arbeit passt zu mir? **26. JUNI:** Netzwerke – wie nutze ich diese und baue sie aus?

Bitte Anmeldung: info@maeusefueraeltere.de

In Kooperation mit Zentren 60plus Essen

**MONTAG, 16. MÄRZ | 17 – 18.30 UHR
Info-Veranstaltung zum Arbeiten
neben der Rente**

Referentin: Cornelia Sperling, Mäuse für Ältere

Ort: Zentrum 60plus Heckstr,
Heckstr. 27, 45239 Essen-Werden

Bitte Anmeldung: merle.muehlenbeck@drk-essen.de

**DONNERSTAG, 16. APRIL | 15 – 17 UHR
Ideenwerkstatt: „Ich suche Ideen für
sinnvolle Arbeit und Engagement –
wo finde ich die?“**

Referentin: Birgit F. Unger, Moderatorin und Coach

Ort: Zentrum 60plus Messings Garten,
Messings Garten 4, 45147 Essen

Bitte Anmeldung: zentrum60plus@contigo-ruhr.de

Im Rahmen der Essener Woche der älteren Generation 15. – 21. Juni 2026

MITTWOCH, 17. JUNI | 18 – 20 UHR

Der Übergang in die Rente – Abschied vom Berufsleben und Gestaltung eines neuen Lebensabschnitts

Brigitte Germeroth, Diplom Sozialpädagogin, bietet Impulse für die eigene Zukunftsgestaltung sowie einen Rahmen für Erfahrungsaustausch.

FREITAG, 19. JUNI | 15 – 17 UHR

Ideenwerkstatt: „Ich suche Ideen für sinnvolle Arbeit und Engagement – wo finde ich die?“

Birgit F. Unger, Moderatorin und Coach, übt mit Ihnen neue Denkansätze und vermittelt Kreativitätstechniken für den Hausgebrauch.

Ort: Begegnungszentrum am Weberplatz,
Weberplatz 3, 45127 Essen

Bitte Anmeldung: info@maeusefueraeltere.de

Bochum



DONNERSTAGS | 15 – 17 UHR Offener Gesprächskreis

im Café im Haus der Begegnung (HdB),
Alsenstraße 19a, 44789 Bochum

5. FEBRUAR, 26. MÄRZ, 28. MAI

Es sind alle eingeladen, die Ideen suchen zum „Arbeiten neben der Rente“, die sich austauschen wollen oder unserer Initiative anschließen. Dabei geht es um Fragen wie z.B. „Was kann ich?“, „Was will ich?“, „Wie finde ich den Job, der zu mir passt?“ oder „Wo treffe ich Gleichgesinnte?“.

Bitte anmelden unter: bochum@maeusefueraeltere.de
In nicht allzu ferner Zukunft werden wir in den Bochumer Seniorenbüros ebenfalls anzutreffen sein.
Genauere Informationen dazu wird es dann auf unserer Homepage www.maeusefueraeltere.de geben.

Dortmund



DIENSTAGS | 17 – 19 UHR

Offener Gesprächskreis

Stadtmitte: Wilhelm-Hansmann-Haus,
Begegnungszentrum der Stadt Dortmund,
Raum 19, Märkische Str. 21, 44141 Dortmund

**13. JANUAR, 10. FEBRUAR, 10. MÄRZ, 14. APRIL,
12. MAI, 9. JUNI**

Die Gesprächskreise bieten Unterstützung und Informationen zu bezahlter Arbeit und die Gelegenheit zu Erfahrungsaustausch zum Thema Arbeit und Arbeitssuche. Wie finden wir befriedigende Arbeit? Wie bewerbe ich mich? Wie gestalten wir es, dass Arbeitgeber*innen auf uns aufmerksam werden?

Menschen, die sich diese Fragen stellen und an der Umsetzung mitwirken wollen, sind herzlich eingeladen.

Bitte Anmeldung: dortmund@maeusefueraeltere.de

Herne

MONTAG, 9. FEBRUAR | 15 – 17 UHR

Ideenwerkstatt: Wie finde ich befriedigende Aufgaben für meine Rentenzeit?

AWO-Begegnungsstätte,
Breddestr. 14, 44623 Herne

Referentin: Birgit F. Unger, Moderatorin und Coach

MONTAG, 23. MÄRZ | 15 – 17 UHR

Info-Veranstaltung zum Arbeiten neben der Rente

AWO-Begegnungsstätte, Breddestr. 14, 44623 Herne
Referentinnen: Elisabeth Spaleck und Vera Stallmann,
Mäuse für Ältere

Veranstalter: AWO-Kreisverband Herne im Rahmen des Projekts „Ruhestand und dann? Babyboomer gemeinsam aktiv“

Bitte Anmeldung unter: Tel. 02 323-95 24 10

■ ■ Bergisch Gladbach



2. FREITAG IM MONAT | 15 – 17 UHR
Offener Gesprächskreis

Rheinisch-Bergische Wirtschaftsförderungs-
gesellschaft mbH (RBW),
Friedrich-Ebert- Str. 75, 51429 Bergisch Gladbach

9. JANUAR, 13. FEBRUAR, 13. MÄRZ, 10. APRIL,
8. MAI, 12. JUNI

Wenn Sie auch mit Rente noch aktiv bleiben wollen,
nach neuen Ideen und konkreten Möglichkeiten suchen
oder einfach Fragen haben, kommen Sie gern vorbei.

In der 1. Stunde geht es um Ihre Fragen rund um dieses Thema. In der 2. Stunden moderieren wir Themen zu Ihrer beruflichen Kompetenz, zukünftigen Jobwünschen und Rahmenbedingungen. Das Besondere sind jedoch die Impulse, die aus dem Kreis der Teilnehmer*innen entstehen, da wir alle über eine geballte Berufs- und Lebenserfahrung verfügen.

Referentin: Sanne Müller, langjährige Karriereberaterin und Personalentwicklerin sowie weitere Referent*innen zu Marketing, Recht und Arbeitsmarkt

Anmeldung: bergisch-gladbach@mäusefueraltere.de

■ ■ Oer-Erkenschwick



MITTWOCH, 4. MÄRZ | 17.30 – 19 UHR
Mäuse für Ältere –
Arbeiten neben der Rente

Viele Menschen sind darauf angewiesen, ihr Alterseinkommen durch Zusatzjobs zu erhöhen. Viele wollen aber auch noch gern arbeiten. Es geht um Fragen wie: Welche Jobs gibt es? Wo und wie finde ich sie? Welche Regeln gibt es beim Zuverdienst neben der Rente? Wie bewerbe ich mich?

Referent: Wolfgang Nötzold, Mäuse für Ältere
Volkshochschule Oer-Erkenschwick,
Stimbergstr. 169, 45739 Oer-Erkenschwick, Raum 8
Anmeldung bei der VHS, Kurs 0352, Kosten: 8 Euro

Mäuse für Ältere

Rentnerinnen und Rentner haben 2014 die Initiative „Mäuse für Ältere“ gegründet, die Menschen unterstützt, die trotz „Ruhestand“ weiter aktiv sind und auch arbeiten wollen. Die Stadt Essen hat dieses Vorhaben gefördert. In Dortmund, Bochum und Bergisch Gladbach sind weitere Initiativen entstanden. In andere Kommunen werden wir mit unserem Angebot eingeladen.

2020 wurde der gemeinnützige Verein „Mäuse für Ältere e.V.“ gegründet. Wir setzen uns dafür ein, dass Ältere aktiv ihr Leben gestalten. Für unsere Arbeit wurden wir 2025 mit dem Zugabe-Preis der Körber-Stiftung ausgezeichnet.



© Marek Eggemann

Vorstand (von links): Brigitte Germeroth, Birgit F. Unger,
Cornelia Sperling, Wolfgang Nötzold

Auf unserer Internetseite www.mäusefürältere.de finden Sie aktuelle Informationen. Hier können Sie auch regelmäßige Infos zu neuen Jobs, Erfahrungsberichten, News per Mail kostenlos bestellen. Beim Menüpunkt „Über uns“ finden Sie unsere Satzung und das Beitrittsformular zum Verein. Wir freuen uns über weitere Mitstreiter*innen!

Mäuse für Ältere e.V., Postfach 102507, 45025 Essen
Gemeinnütziger Verein, Spenden absetzbar
Amtsgericht Essen VR 6111
Konto bei der Bank im Bistum Essen eG
IBAN: DE58 3606 0295 1004 1680 18 BIC: GENODED1BBE

Mäuse ■ ■ für ■ ■ Ältere

ARBEITEN NEBEN DER RENTE
Information Beratung Vermittlung



Programm
Januar – Juni 2026
+++ Jobbörse auf www.mäusefürältere.de

