

# Ruhestand für Anfänger

– Das Praxishandbuch –

UTE WINTER



# Inhaltsverzeichnis

## Einleitung

Best-Ager statt Old-Ager: So bereiten Sie sich auf die goldenen Jahre vor!

„Ich habe nichts zu tun!“ – Sinnfüllende Aktivitäten für jedermann

Gegen die Vereinsamung – So knüpfen Sie neue Kontakte!

Besser wohnen: So richten Sie sich altersgerecht ein

Das wichtigste Gut im Leben – So bleiben Sie auch im Alter gesund!

Ganz zum Schluss: Die wichtigsten Tipps für das beste Alter!

# Impressum

**Ruhestand für Anfänger – Das  
Praxishandbuch**

Ute Winter

Copyright © 2021

Ute Winter

Alle Rechte vorbehalten