

HOGYAN KÉSZÜLHETÜNK A NYUGDÍJAS ÉVEKRE?

&
nyugdíjas terv

Nyugdíjra várva?!

Jelige: „Holle anyó”

Régen és ma-idősekkel való bánásmód a különböző kultúrákban

- Primitív társadalmak
- Ókor
- 18-19. század
- Japán
- Kína
- India
- Görögország
- Franciaország



Sikeres öregedés-Sikertelen öregedés

- Teljesítmény?
- Öröm?
- Teher?

Sikeres öregedés

örömet, kielégülést
nyújtó
tevékenységekben vesz
részt

- megkísérli leküzdeni
gyengeségeit, de
elfogadja azokat,
amelyeken nem képes
változtatni
- tápláló étrendet fogyaszt

Sikertelen öregedés

- dühöt és keserűséget érez
az egész világgal szemben;
sértődött, amiért nem
törődnek vele többet
- gyengeségéből,
betegségeiből előnyöket
formál magának, másokat
manipulál
- azt eszi, amit jóízűnek talál
és könnyű megrágni

Nyugdíjkorhatár

➔ Mikor mehetünk nyugdíjba?

➔ Nők 40 év munkaviszonya

NYUGDÍJKORHATÁR TÁBLÁZAT 2017/ 2018/ 2019/2020

Születési idő	Életkor 2018-ban	Öregségi nyugdíjkorhatár (életkor)	Az öregségi nyugdíjra való jogosultság időpontja
1953	65	63 év	2016
1954	64	63,5 év	2017 II. félév/ 2018 I. félév
1955	63	64 év	2019
1956	62	64,5 év	2020 II. félév/ 2021 I. félév
1957	61	65 év	2022
1958	60	65 év	2023
1959	59	65 év	2024
1960	58	65 év	2025

Nyugdíjkorhatár korábbi években

- Az 1940. előtt született nők 55 évesen
- Az 1941-ben és 1942-ben születettek 57 évesen
- Az 1943-ban születettek 58 évesen
- Az 1949-ben születettek 59 évesen
- Az 1945-ben születettek 60 évesen
- Az 1946-ban születettek 61 éves korukban mehetnek nyugdíjba



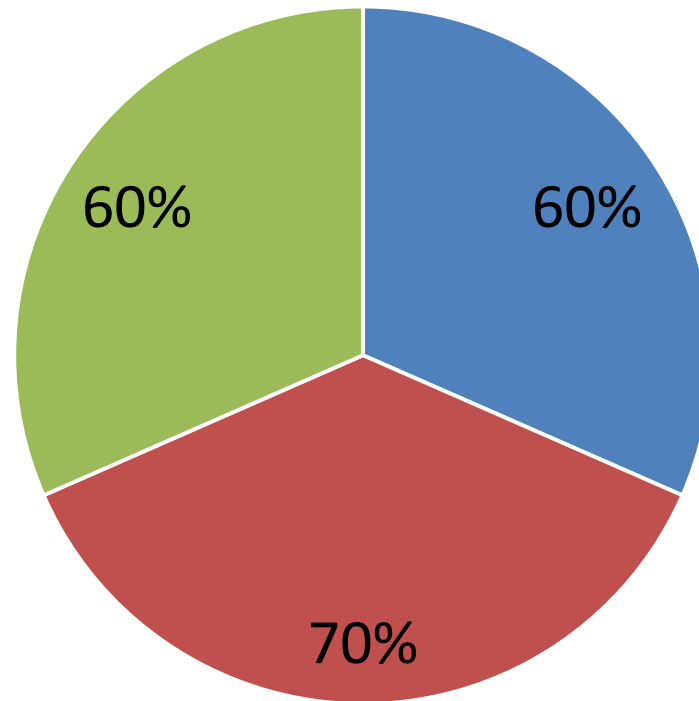
Kutatásom

➔ Kérdőív

➔ Kitöltők:

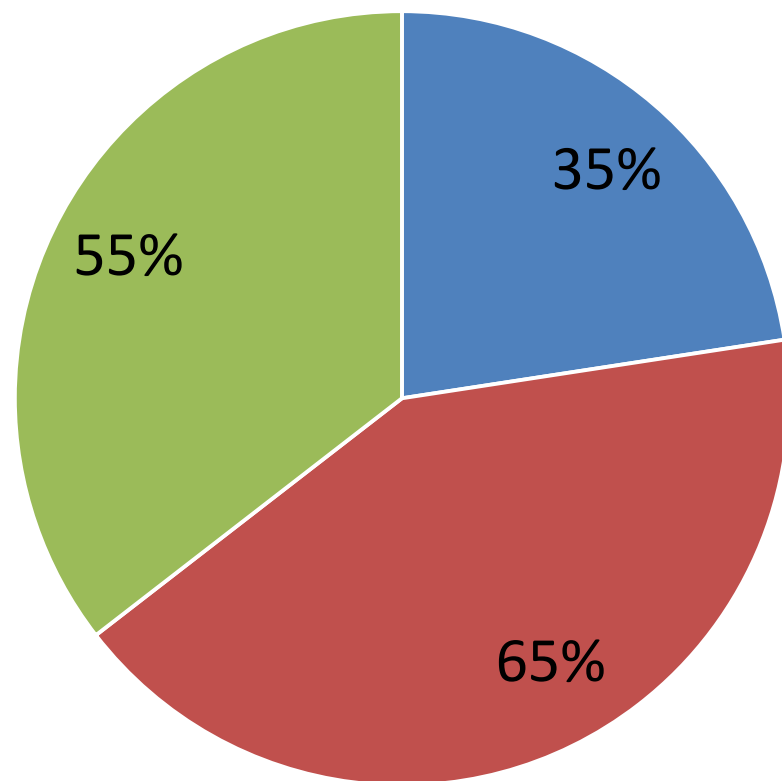
- ❖ egészségügyi dolgozók,
- ❖ pedagógusok,
- ❖ szociális otthon dolgozói

Dolgoznának nyugdíj mellett?



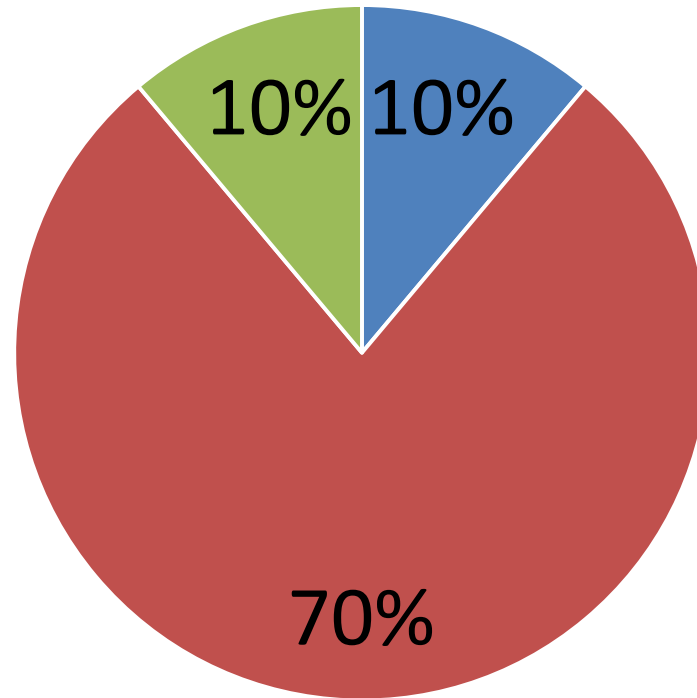
■ Egészségügyi dolgozók ■ Pedagógusok ■ Szociális otthon dolgozói

Rendelkeznek tervvel nyugdíjas éveikre?



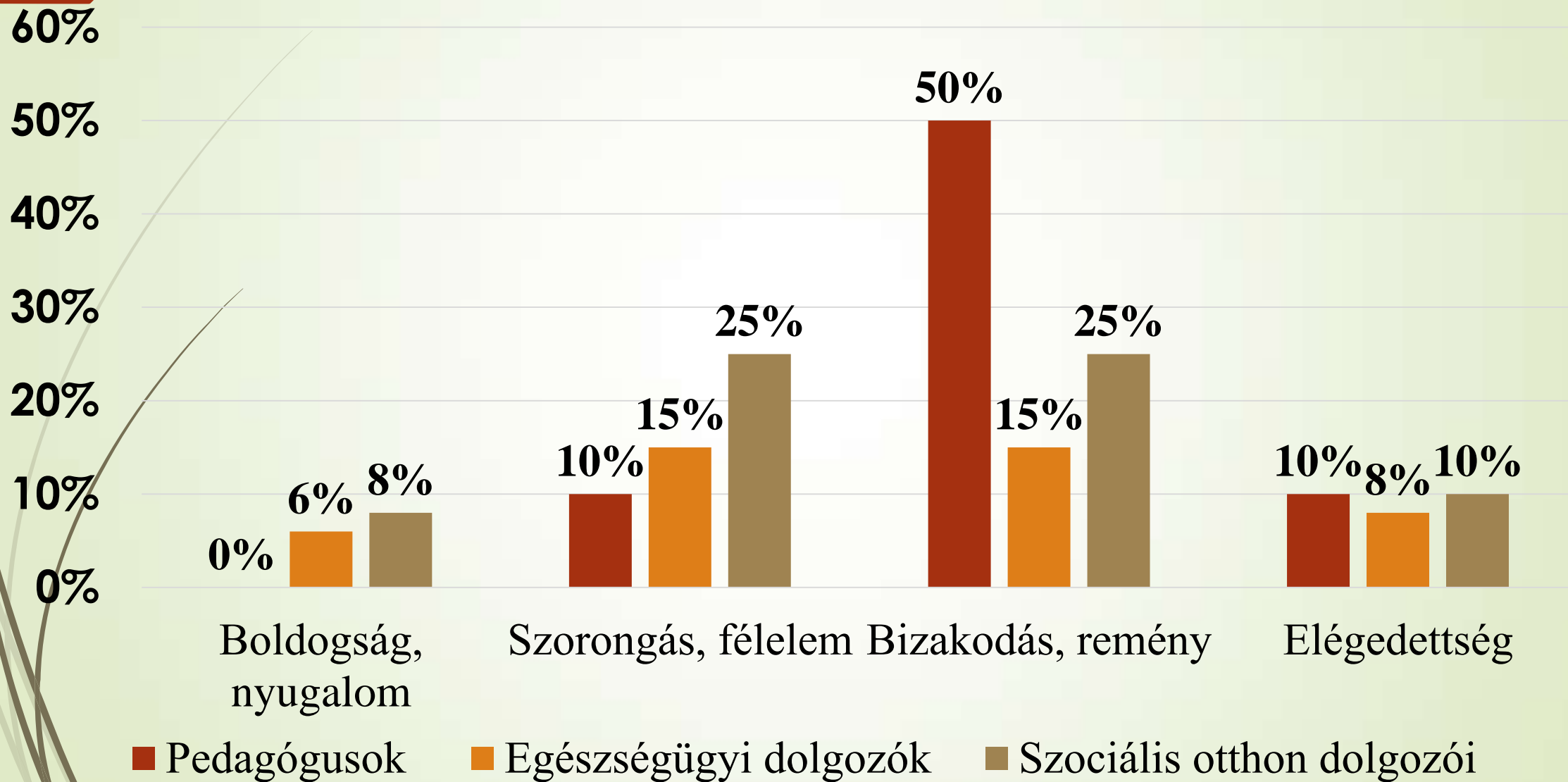
■ Egészségügyi dolgozók ■ Pedagógusok ■ Szociális otthon dolgozói

Tesznek-e félre? (igen)

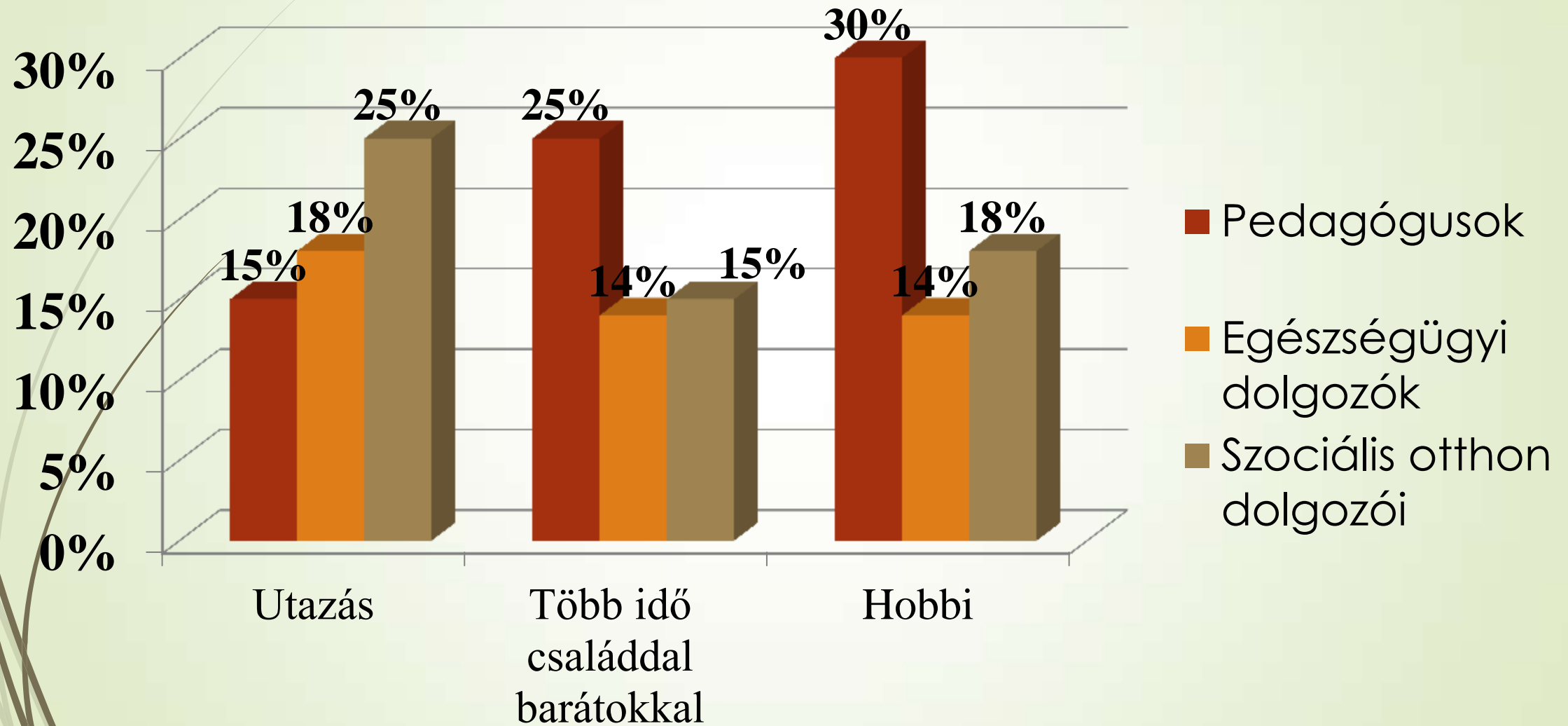


■ Egészségügyi dolgozók ■ Pedagogusok ■ Szociális otthon dolgozói

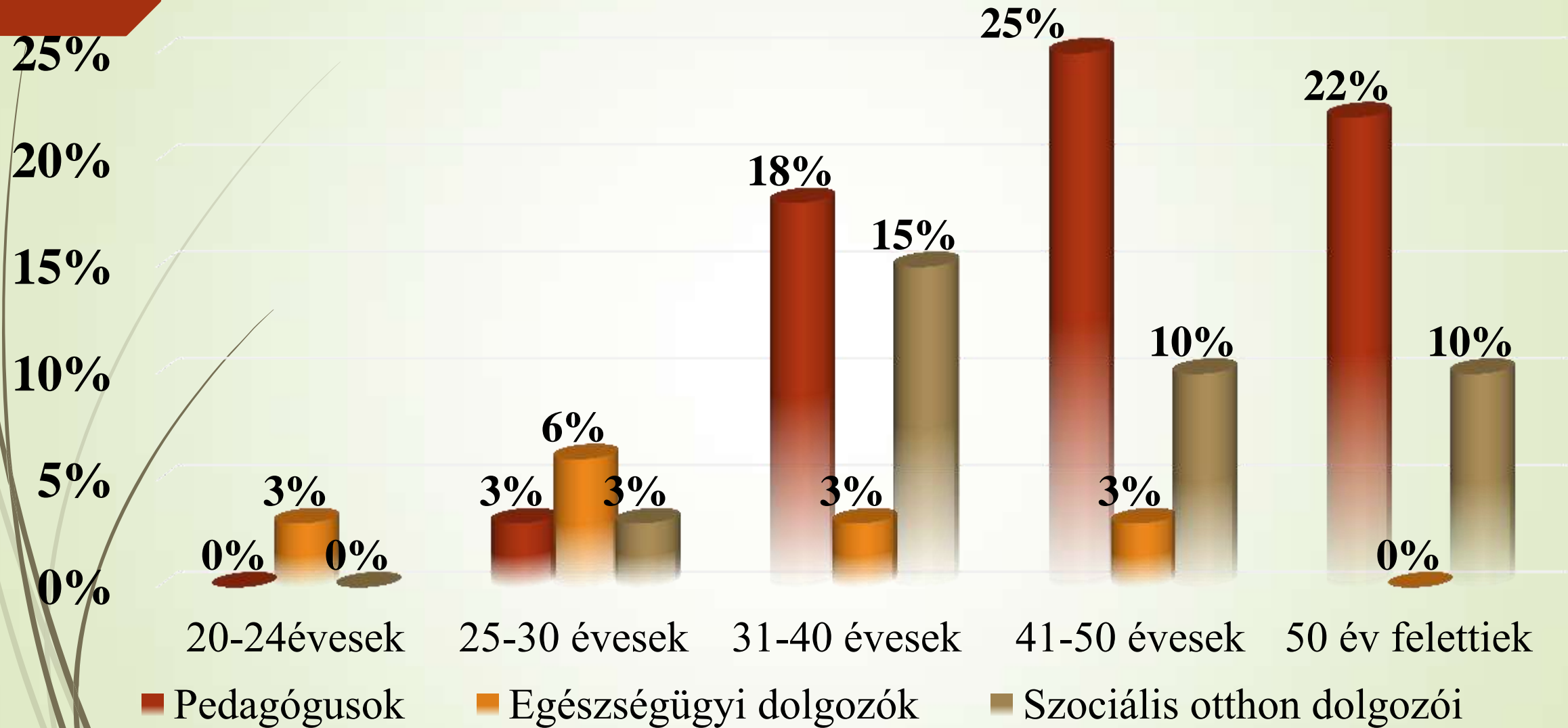
Milyen érzés keríti hatalmába, ha a nyugdíjra gondol?



Mivel töltené idejét szívesebben, nyugdíjas korában?



Melyik korosztály rendelkezik több tervvel nyugdíjas éveire?





Összegzés

- ➔ Pozitív gondolkodás
 - ➔ Szemléletváltás
- 



*”Egészségesen és boldogan élni, de ehhez
nekünk is sokat kell tennünk!”*

Dr. Bagdy Emőke



Köszönöm megtisztelő figyelmüket!

