

Vorsorge für die Zukunft: So meistern Sie das Altern mit Bravour!

Am 12. März 2025 diskutiert die Arbeiterkammer Hainburg wichtige Aspekte der Vorsorge im Alter, einschließlich rechtlicher und gesundheitlicher Themen.

Hainburg, Österreich - In Hainburg wird am 12. März eine wichtige Veranstaltung zur Rechts- und Gesundheitsvorsorge abgehalten, die sich mit den Themen „Erben, Schenken und Vorsorgen (Vorsorgevollmacht)“ beschäftigt. Laut einem Artikel von **noen.at** ist es unerlässlich, dass sich Menschen nicht nur um ihre gesundheitlichen Belange kümmern, sondern auch rechtliche Fragen frühzeitig klären. Diese Aspekte geraten oft in den Hintergrund, wenn es um das Thema Altersvorsorge geht. Die Veranstaltung zielt darauf ab, das Bewusstsein für eine umfassende Vorsorge zu schärfen und rechtliche Tipps anzubieten.

Zusätzlich thematisiert Asita Sepandj in einem Beitrag auf **kurier.at** die dringenden Herausforderungen im Zusammenhang mit dem demografischen Wandel und den steigenden Zahlen von Demenzkranken. In Österreich leben aktuell etwa 150.000 Menschen mit Demenz – eine Zahl, die sich bis 2050 verdoppeln könnte. Dies stellt eine bedeutende Herausforderung für das Gesundheitssystem dar. Sepandj hebt hervor, dass die Gesellschaft respektvoll mit älteren Menschen umgehen sollte, um Diskriminierung und Vorurteile abzubauen. Die Förderung von sozialen Beziehungen und die Schaffung niederschwelliger Versorgungsangebote sind für viele Betroffene essenziell.

Psychische Gesundheit im Alter

Seiner Meinung nach wird oft nicht genug über die psychische Stabilität im Alter gesprochen. Erfolgreiche Krisenbewältigung und Resilienz sind Schlüsselkompetenzen, die auch im Alter gestärkt werden können. Sepandj betont die Notwendigkeit, sich bereits im mittleren Lebensalter mit den Herausforderungen des Alterns auseinanderzusetzen. Indem man Hobbys wiederentdeckt und soziale Kontakte pflegt, kann die Lebensqualität gesteigert werden. Auch die Anpassung von Erwartungen und Zielen spielt eine wichtigere Rolle im Alter, um Zufriedenheit zu finden und einen aktiven Lebensstil aufrechtzuerhalten.

Details	
Ort	Hainburg, Österreich
Quellen	• www.noen.at • kurier.at

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at