

## *JAK ZOSTAĆ SZCZĘŚLIWYM EMERYTEM?*

**-ZAGROŻENIA STOJĄCE PRZED PRZYSZŁYM EMERYTEM.**

**-JAK POZYTYWNIEM PRZYGOTOWYWAĆ SIĘ DO CZASU BYCIA EMERYTEM?**

**-JAK RADOŚNIE SPĘDZAĆ CZAS „ZŁOTEJ JESIENI”?**

**NIE BĄDŹCIE LENIWI – SKORZYSTAJCIE Z SZANSY, A PRZEKONACIE SIĘ JAK MAŁO WIECIE W TYM TEMACIE.**

Życie to raj, do którego klucze są w naszych rękach. Fiodor M. Dostojewski  
Każdy jest kowalem swego losu. Klaudiusz AppiuszCekus  
Dobrem nie jest samo życie lecz piękne życie. Seneka Starszy  
Musisz żyć dla innych jeśli chcesz żyć z pożytkiem dla siebie. Seneka Starszy  
Tylko uczciwe życie jest szczęśliwe. Platon  
Najciężej w życiu ma ten, kto unika trudności. Bolesław Prus  
Ważna jest jakość, a nie długość życia. Martin Luter King  
Tylko szlachetne czyny są trwałe. Sofokles  
Żyj tak, że jak patrzysz w lustro widzisz uczciwego człowieka. Własne  
Pomagając innym pomagasz sobie. Własne

## WSTĘP

Fundacja Dwa Skrzydła Anioła otrzymała zaproszenie na Konferencję Naukową DODAJMY ŻYCIA DO LAT, a Janusz Zalewski reprezentował Fundację. Naukowcy prezentowali stan wiedzy na temat przygotowania pracowników do szczęśliwego przejścia na emeryturę i bycia szczęśliwym emerytem. Z wystąpień wynikało, że w Polsce, ani w innych krajach nie prowadzi się szkoleń, warsztatów w tym zakresie. Za pieniądze z Unii nasi naukowcy wraz z naukowcami z Hiszpanii i Islandii opracowali pierwszą część w formie książkowej „AKTYWNI KU EMERYTURZE”. Publikacja zawiera analizę ankiet kilkuset osób w wieku przedemerytalnym i kilkuset osób będących na emeryturze, ich spostrzeżenia oraz wnioski w tym zakresie. Grupa naukowców w tym roku opracuje drugą część i przedstawi program szkoleń w tym zakresie. W dyskusji zabrałem głos informując biorących udział w konferencji, że Fundacja od 2012 roku prowadzi z dużym powodzeniem WARSZTATY JAK BYĆ SZCZĘŚLIWYM EMERYTEM (informacja na stronie Fundacji 10 maja 2012 roku). Informacja była dużym zaskoczeniem dla uczestników i na potwierdzenie swoich słów przekazałem pisemną informację o WARSZTATACH i ich tematyce.

Opracowując program WARSZTATÓW przyjąłem założenie, że lekarz nie pyta „chorych” jak ich leczyć, a określa w jakim pozytywnym stanie powinien być pacjent po wyleczeniu. Bada aktualną sytuację chorego i przepisuje kurację, a od chorego zależy czy będzie ją STOSOWAŁ I BĘDZIE SZCZĘŚLIWYM- WYLECZONYM.

Każdy pozytywnie działający pracodawca powinien zorganizować dla swoich pracowników takie WARSZTATY i powtarzać je co jakiś czas dla nowozatrudnionych. Stworzy to lepszą atmosferę w relacjach pracodawca- zatrudnieni, a jednocześnie uświadomi każdemu JAKE MUSI PODJĄĆ DZIAŁANIA, ŻEBY MIEĆ SZANSE NA SZCZĘŚLIWĄ EMERYTURĘ. Najgorsze jest u wielu myślenie- CZY JA DOŻYJĘ EMERYTURY – PO CO SIĘ NAD TYM ZASTANAWIAĆ. A CO BĘDZIE JAK DOŻYJESZ? Należy popatrzeć na osoby starsze, w podeszłym wieku, chore, porzucone, żyjące w nędzy. TY MOŻESZ TEGO UNIKNAĆ. Najlepszym momentem udziału w Warsztatach jest czas podjęcia pierwszej pracy lub moment założenia rodziny. Oczywiście można to uczynić w późniejszym okresie życia jednak zmniejsza to szanse bycia w pełni SZCZĘŚLIWYM EMERYTEM.

## KONCEPCJA WARSZTATÓW

Należy tak przeprowadzić zajęcia, żeby każda osoba miała świadomość:

1. JAKI JEST WZÓR SZCZĘŚLIWEGO EMERYTA ?
2. JAKI JEST MÓJ OBECNY STAN NA DRODZE DO RADOSNEJ EMERYTURY?
3. JAKIE MUSZĘ PODJĄĆ DZIAŁANIA?
4. OPRACOWAĆ HARMONOGRAM TYCH DZIAŁAŃ I KONSEKWENTNIE JE REALIZOWAĆ.

**Ad.1.** Przyjęto w oparciu o doświadczenia życiowe wielu osób i własne kilkanaście czynników, które zapisano w rozbudowanej ankiecie w kolumnach poziomych WZORU SZCZĘŚLIWEGO EMERYTA. W trakcie prowadzenia kolejnych WARSZTATÓW w niewielkim zakresie czynniki są modyfikowane w oparciu o słuszne uwagi osób biorących udział w WARSZTATACH.

**Ad.2.** Tak jak w punkcie 1 opracowano kilkadziesiąt czynników, mających wpływ na to czy postępujemy właściwie na drodze do SZCZĘŚLIWEJ EMERYTURY i zapisano je w rozbudowanej ankiecie w kolumnach pionowych. Również w trakcie kolejnych WARSZTATÓW są na bieżąco w niewielkim stopniu modyfikowane w oparciu o słuszne uwagi biorących udział w działaniach. W ankiecie jest wiele pytań trudnych i intymnych, dlatego ankieta jest własnością osoby wypełniającej i może wypełniać ją uczciwie. Jeżeli tego nie zrobi to OSZUKUJE SIEBIE. Wypełniona ankieta daje obraz sytuacji obecnej ankietera. Wypełniamy również załącznik nr2. KRĘGI I ZAINTERESOWANIA i uzupełniamy na bieżąco co pozwoli nam kontaktować się w każdym czasie z przyjaznymi nam osobami.

**Ad.3.** W oparciu o ankietę każdy sam przeprowadzi ANALIZĘ, a następnie wpisuje swoje postanowienia i wnioski.

**Ad.4.** Każda osoba, która zaakceptowała przeprowadzone przez siebie badania opracowuje HARMONOGRAM DZIAŁAŃ NA KTÓRE SIĘ DECYDUJE (idealnie jak na wszystkie) i musi mieć świadomość, że JEŻELI KTÓREŚ POMINIE TO ZMNIEJSZAJĄ SIĘ JEJ SZANSE NA BYCIE SZCZĘŚLIWYM EMERYTEM. HARMONOGRAM POSTANOWIEŃ MOŻNA ZAPISAĆ Z DATAMI REALIZACJI. Należy wydrukować w kilku egzemplarzach i wywiesić w wielu miejscach np. nad miejscem spania, nad lustrem, na lodówce. Poprosić osobę życzliwą, żeby z nią np. 1 raz w miesiącu kontrolować czy uczciwie realizujemy POSTANOWIENIA. Wspaniałą rzeczą byłoby z czasem dopisywać NOWE POSTANOWIENIA, KTÓRYCH NIE PODJELIŚMY WCZEŚNIEJ. OPTYMIZM POMOŻE W DRODZE DO SZCZĘŚLIWEJ EMERYTURY.

Prowadzący WARSZTATY będzie szczegółowo omawiał każdą pozycję znajdującą się w ankiecie dając ŻYCIOWE PRZYKŁADY, CZĘSTO DRASTYCZNE co umożliwi właściwe jej wypełnienie przez uczestnika WARSZTATÓW.