



Adviezen voor 60 plussers

Beschrijving

Onderstaande adviezen komen van een 90 plusser voor de â??jeugdâ?•, ofwel de 60 plussers:

â??©Het is tijd om het geld dat je hebt gespaard te gebruiken. Gebruik het en geniet ervan. Bewaar het niet voor degenen die geen idee hebben van de offers die je hebt gebracht om het te verdienen.

â??©Waarschuwing: 60 plus is ook een slechte leeftijd voor investeringen, ook al lijkt het geweldig of onfeilbaar. Ze brengen alleen maar problemen en zorgen met zich mee. Dit is een tijd waarin u kunt genieten van wat rust en stilte.



ð??©Maak je geen zorgen meer over de financiële situatie van je kinderen en kleinkinderen, en voel je niet schuldig als je je geld aan jezelf uitgeeft. Je hebt jarenlang voor ze gezorgd en je hebt ze geleerd wat je kon. Je gaf ze onderwijs, voedsel, onderdak en steun. Het is nu hun verantwoordelijkheid om hun eigen geld te verdienen.

ð??©Leef gezond, zonder grote fysieke inspanning. Doe matige lichaamsbeweging (zoals elke dag wandelen), eet goed en zorg voor voldoende slaap. Het is gemakkelijk om ziek te worden, en het wordt moeilijker om gezond te blijven. Daarom moet u uzelf in goede conditie houden en op de hoogte zijn van uw medische en fysieke behoeften. Houd contact met uw arts en voer tests uit, zelfs als u zich goed voelt. Blijf geïnformeerd.

ð??©Koop altijd de beste en mooiste items voor je partner. Het belangrijkste doel is om samen met uw partner van uw geld te genieten. Op een dag zal de een de ander missen, en dan biedt het geld geen troost, geniet er samen van.

ð??©Maak je geen zorgen over de kleine dingen. Je hebt al zoveel overwonnen in je leven. Je hebt goede en slechte herinneringen, maar het belangrijkste is het heden. Laat het verleden je niet naar beneden halen en laat de toekomst je niet bang maken. Voel je goed in het nu. Kleine problemen zullen snel vergeten worden.

ð??©Ongeacht de leeftijd, houd de liefde altijd levend. Heb je partner lief, heb het leven lief, heb je familie lief, heb je naaste lief en onthoud: *â??Een man is niet oud zolang hij intelligentie en genegenheid heeft.â??*

☺☺☺Wees trots, zowel vanbinnen als vanbuiten. Blijf naar uw kapsalon of kapper gaan, doe uw nagels, ga naar de dermatoloog en de tandarts, houd uw parfums en crèmes goed op voorraad. Als je aan de buitenkant goed verzorgd bent, sijpelt het naar binnen, waardoor je je trots en sterk voelt.

☺☺☺Verlies de modetrends voor jouw leeftijd niet uit het oog, maar behoud je eigen gevoel voor stijl. Je hebt je eigen gevoel ontwikkeld voor wat je goed staat – houd dat vast en wees er trots op. Het maakt deel uit van wie je bent.

☺☺☺Blijf ALTIJD op de hoogte. Lees kranten, kijk naar het nieuws. Ga online en lees wat mensen zeggen. Zorg ervoor dat je een actief e-mailaccount hebt en probeer een aantal van die sociale netwerken te gebruiken. Je zult verrast zijn welke oude vrienden je tegenkomt.



☺☺☺Respecteer de jongere generatie en hun mening. Ze hebben misschien niet dezelfde ideeën als jij, maar zij zijn de toekomst en zullen de wereld in hun richting sturen. Geef advies, geen kritiek, en probeer hen eraan te herinneren dat de wijsheid van gisteren nog steeds van toepassing is.

☺☺☺Gebruik nooit de zinsnede: *‘In mijn tijd.’*• Jouw tijd is nu. Zolang je leeft, maak je deel uit van deze tijd.

☺☺☺Sommige mensen omarmen hun gouden jaren, terwijl anderen verbitterd en nors worden. Het leven is te kort om je dagen aan dat laatste te verspillen. Breng je tijd door met positieve, vrolijke mensen, het zal op je afstralen en je dagen zullen zoveel beter lijken. Als je je tijd doorbrengt met verbitterde mensen, voel je je ouder en moeilijker in de omgang.

ð??©Geef niet toe aan de verleiding om samen te wonen met je kinderen of kleinkinderen (als je tenminste een financiële keuze hebt). Natuurlijk, omringd zijn door familie klinkt geweldig, maar we hebben allemaal onze privacy nodig. Zij hebben die van hen nodig en jij die van jou. U moet het alleen doen als u het gevoel heeft dat u de hulp echt nodig heeft of als u niet alleen wilt wonen

ð??©Laat je hobby's niet in de steek. Als je er geen hebt, maak dan nieuwe. Je kunt reizen, wandelen, koken, lezen, dansen. Je kunt een kat of een hond adopteren, een moestuin aanleggen, kaarten spelen, dammen, schaken, dominostenen, golfen.



ð??©Probeer te gaan. Ga het huis uit, ontmoet mensen die je al een tijdje niet meer hebt gezien, ervaar iets nieuws (of iets ouds). Het belangrijkste is om af en toe het huis te verlaten. Ga naar musea, loop door een park. Ga op pad.

ð??©Spreek op beleefde toon en probeer niet te veel te klagen of te bekritisieren, tenzij dat echt nodig is. Probeer situaties te accepteren zoals ze zijn.

ð??©Pijn en ongemak gaan hand in hand met ouder worden. Probeer er niet bij stil te staan, maar accepteer ze als onderdeel van het leven.

ð??©Als je door iemand beledigd bent, vergeef hem dan. Als je iemand hebt beledigd, bied dan je excuses aan. Sleep geen wrok met je mee. Het maakt je alleen maar verdrietig en verbitterd. Het maakt niet uit wie gelijk had. Iemand zei ooit: *Wrok koesteren is hetzelfde als vergif nemen en verwachten dat de ander sterft.* Neem dat vergif niet. Vergeef, vergeet en ga verder met je leven.

ð??©Lach. Lach je zorgen weg. Vergeet niet dat jij een van de gelukkigen bent. Je bent erin geslaagd een leven te leiden, een lang leven. Velen bereiken deze leeftijd nooit en ervaren nooit een volwaardig leven.



Mijn gewaardeerde vrienden, geniet van een vredig leven op dit punt in je leven!'

Datum aangemaakt

2024/05/14