
PROJECT LIFE MANAGEMENT (PLM)

EFOP-5.2.2-17-2017-00018

BESZÁMOLÓ SZAKMAI RENDEZVÉNYEN VALÓ RÉSZVÉTELRŐL

2019.11.19.

MISKOLC

„ÖREGEDJÜNK EGÉSZSÉGGEL!” INNOVATÍV ÉS TUDATOS ÉLETVEZETÉSI STRATÉGIÁK IDŐSKORBAN C. TUDOMÁNYOS KONFERENCIA

1

November 19-én a kedvezményezett EUROPÉER Alapítvány képviselője Lakatosné Dr. Szuhai Györgyi tartott előadást Project Life Management avagy a projekt szemlélet a magánéletben a Bölcsék szemüvegével címmel a Magyar Tudományos Akadémia Miskolci Székházában.

Az „Öregedjünk egészséggel!” – innovatív és tudatos életvezetési stratégiák időskorban című tudományos konferencia az MTA Miskolci Területi Bizottság Társadalom-és Humántudományi Gerontológiai Munkabizottságának, a Harmadik Kor Egyeteme Miskolc Alapítványnak, a Miskolci Egyetem BTK Modern Filológia Intézetének Nyelv és Kommunikáció Kutatócsoportjának, valamint a Szikra Alapítványnak közös rendezvénye volt.

A konferencia az időskori, innovatív és tudatos életvezetési stratégiák multidiszciplináris keretben történő bemutatásával reflektált az idősödő társadalommal kapcsolatos paradigmaváltás szükségességére.

Az előadások többsége az egészséges öregedés mentális és fizikai feltételeit mutatta be, illetve az aktív életkor meghosszabbításának lehetőségeit.

Györgyi előadásában kitért arra, hogy a nyugdíjasoknak, a nyugdíj előtt állóknak is tudatosan kell élni mindennapjaikat, hiszen ebben a korban is számtalan projektet kell menedzselniük. Őket is számos kérdés foglalkoztatja, egyrészt az anyagi biztonság, hogy miként fognak megélni a nyugdíjból. Másrészt a feleslegessé válás gondolata, mit fognak

kezdeni a hirtelen jött rengeteg szabadidővel, vagy előkerül akár a haláltól való félelem gondolata. Ebben az életkorban a legfontosabb a pozitív gondolkodás, illetve minél több minőségi időt eltölteni a családdal, barátokkal.



Fotódokumentáció:

<http://www.projectlifemanagement.eu/galeria/>

Kapcsolódó blog bejegyzések:

<http://www.projectlifemanagement.eu/a-plm-rendszer-segitseget-nyujt-minden-elethelyzetben/>

<http://www.projectlifemanagement.eu/oregedjunk-egeszseggel/>