

Aufruf zum Glücklich sein!

In der heutigen Zeit gibt einen Überfluss an Schlagzeilen, die uns mit Unglück, Krisen und anderen negativen Meldungen überhäufen, ja nahezu erschlagen.

Dabei vergisst man oft auf sein eigenes Glück und darauf, selbst glücklich zu sein.

Glücklich sein ist die beste Medizin für ein erfülltes und gesundes Leben.

Sag ja zum Leben; denn genau diese Einstellung ebnet den Weg um vital und aktiv zu bleiben. Pflegen sie Dinge, die Sie glücklich machen und geben Sie nicht auf, Freude zu haben. Es ist egal, wo man sich befindet, ob zuhause oder in einem Seniorenheim. Sind Sie glücklich, dass Sie so alt werden durften und jetzt umsorgt werden.

Es war vielleicht nicht immer einfach im Leben, aber Sie haben es bis hierher geschafft – denn um ein hohes Alter zu erreichen, gehört auch ein bisschen Glück dazu.

Es liegt an Ihnen, trotz Handicap sich wohl zu fühlen. Genießen Sie die Möglichkeiten, die sich in Ihrem Umfeld ergeben. Beteiligen Sie sich an Veranstaltungen, die im Rahmen Ihrer Möglichkeiten stattfinden. Tragen Sie dazu bei, dass ihr Alltag mit mehr Freude erfüllt wird. Sofern Sie Ihren Lebensabend in einer Senioreneinrichtung verbringen, nützen Sie alle Möglichkeiten die hier angeboten werden. Denken Sie, Sie bezahlen ja auch viel Geld dafür!

Gönnen Sie sich zum Beispiel einen Thermenausflug oder eine Massage. Verwenden Sie ihr Geld für Momente die Sie glücklicher und zufriedener machen.

Nur wer gut zu sich selber ist und auf sein Herz hört, tut sich leichter, sein Schicksal zu meistern und seinem Leben trotz aller Widrigkeiten einen Sinn zu geben. Es ist Zeit, sich selbst in den Mittelpunkt zu stellen, sich etwas zu gönnen.

Trotz des Alters und mancher damit verbundenen Gebrechen gibt es keinen Grund, sich auszuschließen oder zurückzuziehen. Erwarten Sie nicht, dass die anderen immer Zeit für Sie haben - gestalten Sie Ihren Tagesablauf für sich.

Es passiert nicht alles automatisch oder von selbst. Vieles passiert, weil Sie dazu beitragen können und anderes passiert, weil sich Menschen verantwortungsvoll und liebevoll um Sie kümmern. Das geht halt auch nur, wenn auch Sie liebevoll zu Ihrem Umfeld sind. Viele ältere Menschen verwehren sich, glücklich zu sein. Aber ein Leiden wird durch unglücklich sein nicht besser.

Seien Sie glücklich, weil Sie in verlässlichen und gütigen Armen aufgefangen sind!

Seien Sie glücklich, weil Sie selbst Entscheidungen treffen können!

Seien Sie glücklich, weil Sie betreut und begleitet werden!