

Christine Reiler bei WOMANLIFE Tulln: „Frauen sind im permanenten Ausnahmezustand!“

15.06.2023 | Kunde: Raiffeisenbank Tulln | Ressort: Niederösterreich / Wirtschaft / Frauen / Finanzen | Nachbericht

Bei WOMANLIFE, einem Abend exklusiv für Damen veranstaltet von der Raiffeisenbank Tulln, talkten ORF-Gesundheitsexpertin Dr. Christine Reiler, PULS 4-Moderatorin und Podcasterin Barbara Fleißner sowie Mentaltrainerin und Gründerin des Female Entrepreneurs Clubs Mag. Judith Niedl über die vielen Wege zu mehr mentaler und finanzieller Stärke. Den Erlös des Abends, 1.000 Euro, überreichte der Direktor der Raiffeisenbank Tulln, Dir. Manfred Leitner, an die Fraueninitiative **Sofias home**.

Honorarfreie Fotos, Copyright siehe Dateinamen, unter: **FOTOLINK**

Tulln, 15. Juni 2023. Wie gelangt man zu mentaler Stärke, was ist bei der Gesundheitsvorsorge zu beachten und wie können Frauen bessere finanzielle Entscheidungen treffen? Vor ca. 100 Besucherinnen bei der WOMANLIFE auf der Garten Tulln gewährten ORF-Gesundheitsexpertin und Ärztin **Christine Reiler**, PULS 4-Moderatorin und Podcasterin **Barbara Fleißner** sowie die Mentaltrainerin und Gründerin des Female Entrepreneurs Clubs **Judith Niedl** private Einblicke in ihr Leben und wie sie sich Herausforderungen stellten. Zu dem Gesprächsabend hatte der Geschäftsleiter der Raiffeisenbank Tulln, Direktor **Manfred Leitner**, eingeladen.

Frauen verdrängen oft ihre Probleme

Wie es ist, mehrere Jobs, Kinder und zwei Wohnorte unter einen Hut zu bringen, weiß Christine Reiler nur zu gut. Die Mutter von zwei Kleinkindern pendelt nicht nur im Wochenrhythmus zwischen ihrem Wohnort im Pongau und dem Elternhaus in Mödling, sie hat als Moderatorin der Gesundheitssendung „Bewusst gesund“ zahlreiche Außendreh, ist Nr.1-Bestsellerautorin (Inneres Strahlen & Natürliche Schönheit), Werbetestimonial und Arbeitsmedizinerin im ORF-Zentrum. Reiler: „Viele Frauen befinden sich durch Beruf und Familie in einem permanenten Ausnahmezustand. Durch diese Doppel- oder gar Dreifachbelastung neigen sie dazu, nicht auf sich selbst zu achten. Die Frauen tragen das ganze Familienkonstrukt und verdrängen oft ihre eigenen Probleme. Letztendlich gehen wir erst zum Arzt, wenn es zu spät ist.“

Wie man die Lebensrealitäten selbst bestimmt, beschäftigt auch PULS 4-Moderatorin, Podcasterin und Mentaltrainerin Barbara Fleißner: „Altersarmut ist für mehr als doppelt so viele Frauen (65+) Realität wie für Männer. Dabei sind wir die besseren Anleger und können besser mit Geld umgehen -wir müssen es nur tun! Denn wenn man plötzlich vom Partner verlassen wird, alleinerziehend ist oder krank wird, kann man damit einfach besser umgehen! Finanzielle Vorsorge, finanzielle Bildung ist also auch eine Form von Empowerment! Aber auch Vorsorge im Gesundheitsbereich ist ein Thema, denn nach aktuellen Zahlen werden viele Frauen in den letzten 20 Jahren ihres Lebens krank. Aber auch das liegt in unserer Hand. Auch diese Zahl kann jede von uns verändern. In einem

Land der Jammerer ist es mir wichtig, hier die Perspektive zu wechseln und zu „sehen“, dass wir Schöpfer unserer Realität sind!“

Finanzielle Vorsorge ist Grundvoraussetzung für ein selbstbestimmtes Leben

Laut der Frauen & Business Mentorin Judith Niedl ist die finanzielle Vorsorge eine Grundvoraussetzung für ein selbstbestimmtes und -von einem Mann -unabhängiges Leben. „Fakt ist, dass Frauen aufgrund von Ausfallzeiten (Karenz, Pflege von Angehörigen etc.) und Teilzeitarbeit ein geringeres Erwerbseinkommen erzielen und damit auch eine geringere Alterspension erhalten. Indem wir frühzeitig finanzielle Verantwortung übernehmen, sorgen wir für unsere finanzielle Sicherheit und auch für das Erreichen unserer Lebensziele. Wir gestalten aktiv unsere Zukunft und erlangen die Freiheit, Entscheidungen nach unseren eigenen Wünschen und Bedürfnissen zu treffen, sei es in Bezug auf Karriere, Familie oder persönliche Weiterentwicklung. Wir dürfen außerdem aufhören, das Thema Finanzen den Männern zu überlassen, und damit beginnen, unsere finanzielle Zukunft selbst in die Hand zu nehmen! Dazu gehört die Investition in Vermögenswerte, wie beispielsweise Aktien, Investmentfonds oder Immobilien, genauso wie die Investition in die eigene berufliche und persönliche Weiterentwicklung“, so die diplomierte Mentaltrainerin und Gründerin des Female Entrepreneurs Clubs.

Dir. Manfred Leitner: „Bei WOMANLIFE spannen wir für Frauen den Bogen von der mentalen, gesundheitlichen bis hin zur finanziellen Vorsorge, denn in Österreich gibt es trotz einer höheren Akademikerquote bei Frauen als bei Männern immer noch einen deutlichen Gender Pay Gap. Hinzu kommt, dass Frauen nach wie vor zu wenig für ihre Pension vorsorgen. Dabei ist gerade die Vorsorge für Frauen angesichts ihrer höheren Lebenserwartung und der damit verbundenen größeren Pensionslücke notwendiger denn je!“

Der Erlös des Abends von 1.000 Euro ging an die Tullner Fraueninitiative **Sofias home**, die Webinare und Erfahrungsimpulse in den Bereichen der Persönlichkeitsentwicklung und Beziehungsqualität anbietet.