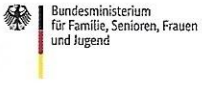


Die Ausstellung in den Räumen der  
Öffentlichen Bücherei – Anna Seghers  
ist während der Öffnungszeiten zugänglich.

Öffnungszeiten:

Di., Mi., Fr. 10 bis 18 Uhr  
Do. 10 bis 19 Uhr  
Sa. 10 bis 13 Uhr

Gefördert vom:



www.bibliothek.mainz.de



© Sandra Niemann, „Weit entfernt und doch so nah ...“,  
prämiertes Bild aus dem Foto und Videowettbewerb des BMFSFJ „Was heißt schon alt?“



Landeshauptstadt  
Mainz




Landeshauptstadt  
Mainz

Weitere Informationen unter  
[www.bibliothek.mainz.de](http://www.bibliothek.mainz.de)



und in der  
Öffentlichen Bücherei – Anna Seghers  
Bonifaziustürme, Anna-Seghers-Platz  
(Eingang zwischen den Türmen, barrierefrei)  
55118 Mainz  
Tel. 06131 12-2659  
[oeffentliche.buecherei@stadt.mainz.de](mailto:oeffentliche.buecherei@stadt.mainz.de)

 Bibliotheken der Stadt Mainz  
Öffentliche Bücherei – Anna Seghers

*„Was heißt schon alt?“*

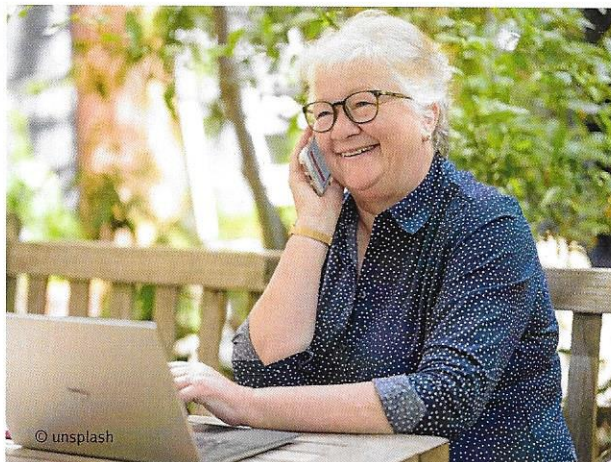
Ausstellung mit Vortrag  
9. Januar bis 30. Januar 2024

 Bibliotheken der Stadt Mainz  
Öffentliche Bücherei – Anna Seghers

## Ausstellung „Was heißt schon alt?“

9. bis 30. Januar 2024

Die vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend konzipierte Wanderausstellung beschäftigt sich unter anderem mit der Frage, wie ein erfülltes und aktives Leben bis ins hohe Alter gelingen kann. Sie setzt sich kritisch mit den gängigen Stereotypen über das Altern auseinander und öffnet den Blick für ein vielfältigeres Bild des Alterungsprozesses und des Miteinanders der Generationen.



### Vortrag „Was heißt schon gutes Altern?“ - Über Gesundheit und Wohlbefinden in jedem Alter

12. Januar 2024 um 18.00 Uhr

Prof. Dr. Ingo Neupert, Professor für Gesundheitsbezogene Soziale Arbeit an der Hochschule Rhein-Main, vermittelt Besucher:innen einen umfassenden Einblick in sich verändernde Altersbilder. Unter dem Motto „70 ist das neue 60“ zeigt er eine zeitgemäße Perspektive: Es bieten sich viele Möglichkeiten, ein aktives und glückliches Leben im Alter zu führen.

Der Vortrag setzt sich damit auseinander, wie sich Zufriedenheit und ein gutes gesellschaftliches Miteinander auf die eigene Gesundheit auswirken.



### Angebote für Mainzer Senior:innen - Vortrag der Gemeindegeschwister <sup>plus</sup>

Im Anschluss an den Vortrag am 12. Januar berichtet Gemeindegeschwister <sup>plus</sup> Petra Studt darüber, wie Senior:innen in unserer Stadt älter werden. Sie stellt den Besucher:innen die vielfältigen Angebote für Senior:innen in Mainz vor.

### Begleitende Buchausstellung

Die begleitende Buchausstellung präsentiert unter anderem Sachbücher über das Älterwerden, spannende Romane sowie Bücher über die Großeltern-Enkel-Beziehungen. Alle Bücher der Ausstellung können entliehen werden. Entdecken Sie auch weitere Angebote der Öffentlichen Bücherei – Anna Seghers, wie die Mobile Bücherei.