



## Pressemitteilung

Pressereferat

der Landeshauptstadt Wiesbaden  
Schlossplatz 6 · 65183 Wiesbaden  
E-Mail: [pressereferat@wiesbaden.de](mailto:pressereferat@wiesbaden.de)  
<http://www.wiesbaden.de/presse>

26. August 2024

Ältere Menschen, Gesellschaft & Soziales, Homepage, Veranstaltungen, Kultur

### **„Alt werden leicht(er) gemacht“ – neue Vortragsreihe in den Stadtbibliotheken**

Wer sich frühzeitig mit den vielen Facetten des Älterwerdens beschäftigt, kann wichtige Weichen für ein selbständiges Leben im Alter stellen. Die neue Vortragsreihe „Alt werden leicht(er) gemacht“ unterstützt dabei, gut vorbereitet individuelle Entscheidungen für die Zukunft zu treffen. Interessierte erhalten die Möglichkeit, sich umfassend zu informieren und eigene Fragen zu stellen.

Die Vorträge finden im Lesecafé der Stadt- und Musikbibliothek in der Mauritius-Mediathek, Hochstättenstraße 6-10, statt. Die Teilnahme ist kostenfrei. Die Vorträge sind ein Angebot der Beratungsstellen für selbständiges Leben im Alter und der Beratungsstelle für barrierefreies Wohnen, in Kooperation mit den Stadtbibliotheken Wiesbaden.

Folgende Themen werden angeboten:

Donnerstag, 12. September, 11 bis 12 Uhr, Sollte ich mich nicht langsam vorbereiten?, Vortrag von Rhea Legatis und Thomas Müller;

Donnerstag, 10. Oktober, 11 bis 12 Uhr, Kleine Helferlein: Alltagshilfen und Hilfsmittel für mehr Selbständigkeit und Komfort, Vortrag von Nicole Bruchhäuser;

Donnerstag, 7. November, 11 bis 12 Uhr, Mehr Durchblick: Informationen zu Seheinschränkungen, Vortrag von Nicole Bruchhäuser und Thomas Sauer;

Donnerstag, 5. Dezember, 11 bis 12 Uhr, Pflege zu Hause – was alles möglich ist, Vortrag

von Bettina Steudner-Pfaff und Ursula Langer.

+++