



## Presseinformation

---

### **Ausstellung und Vortrag zum Thema Älterwerden**

**Landkreis Bad Tölz-Wolfratshausen/Geretsried. Älter werden wir alle - aber was heißt das eigentlich? Und welche Gestaltungsmöglichkeiten gibt es? Damit beschäftigt sich die Ausstellung „Genussvoll mitten im Leben“ am Dienstag, 8. Oktober von 15 bis 17 Uhr im großen Saal des Caritas Seniorenheims St. Hedwig, Adalbert-Stifter-Straße 56 in Geretsried. An die Ausstellung schließt sich ein Vortrag zum Thema „Älterwerden“ der Dokumentarfilmregisseurin Dagmar Wagner an. Beide Veranstaltungen sind kostenfrei.**

In der Ausstellung „Genussvoll mitten im Leben“ im Rahmen des Projekts Generation 55plus des Amtes für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Holzkirchen geht es um Genuss im Alltag und darum, wie körperlichen Veränderungen im Lauf des Älterwerdens mit Ernährung und Bewegung begegnet werden kann. Diätassistentin Irma Blüm begleitet die Ausstellung.

Im Vortrag der Regisseurin Dagmar Wagner („Ü100“, „Das Ei ist eine geschissene Gottesgabe“) geht es um Antworten auf Fragen angesichts des Älterwerdens. Wie viel Neues mutet man sich zu, wie lange sollen wir arbeiten, wie bewusst erlebt man das Altern?

Beide Veranstaltungen finden im Rahmen der bayernweiten Aktion „Mein Freiraum. Meine Gesundheit. In jedem Alter“ des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege statt. Weitere Informationen unter [www.freiraum.bayern.de](http://www.freiraum.bayern.de).

(1.340 Z. inkl. LZ)

***Die Medien sind herzlich eingeladen.***

#### **Landratsamt Bad Tölz-Wolfratshausen**

Sachgebiet 01 - Büro des Landrats

Pressestelle

Marlis Peischer

Prof.-Max-Lange-Platz 1

83646 Bad Tölz

Tel.: +49 (8041) 505-310

Fax: +49 (8041) 505-300

E-Mail: [pressestelle@lra-toelz.de](mailto:pressestelle@lra-toelz.de)

Internet: [www.lra-toelz.de](http://www.lra-toelz.de)