

**Pressemitteilung vom 26.10.2015**

## **Alter ist mehr als die gelebten Jahre**

**Im Rahmen der Sonderausstellung „EY ALTER“ beschäftigt sich ein neuer Seniorennachmittag im Universum® mit dem Älterwerden**

Alter Besserwisser oder freche Göre – es kursieren viele Vorurteile zwischen den Generationen. Doch woher kommen diese eigentlich und was ist an ihnen dran? Mit einem spannenden Seniorennachmittag über das Älterwerden beginnt am 13. November das umfangreiche Begleitprogramm zur aktuellen Sonderausstellung „EY ALTER“ im Universum® Bremen. Bei einem anschaulichen Vortrag werden gängige Meinungen über das Alter mit wissenschaftlichen Tatsachen abgeglichen, wichtige Fachbegriffe erklärt und überraschende Ergebnisse der Hirnforschung vermittelt. Anhand von Statistiken wird schnell deutlich, dass ein Drittel der 70- bis 80-Jährigen regelmäßig Sport treibt und keineswegs „eingerostet“ ist. Vielleicht sind auch viele Jugendliche gar nicht so phlegmatisch, wie manch einer denkt? Hier gerät so manches Vorurteil ins Wanken und verhilft zu einem harmonischeren Miteinander. Was im Laufe der Jahre im Oberstübchen genau passiert, kommt bei dem Vortrag ebenfalls zur Sprache. Stimmt es, dass die Gehirnleistung unaufhaltsam nachlässt? Oder gibt es sogar Bereiche, in denen man im Alter besser wird? Bei der Klärung solcher Fragen kommen Begriffe wie kristalline und fluide Intelligenz ins Spiel und werden verständlich erläutert. Zum Schluss gibt es zahlreiche Tipps, wie man seinen Körper und Geist ganz leicht fit halten kann: Einfach mal mit geschlossenen Augen das Hemd zuknöpfen oder eine Station früher aus dem Bus steigen kann bereits viel bewirken.

Nach dem Vortrag besuchen die Teilnehmer die neue Sonderausstellung „EY ALTER“ und können an 20 Mitmachstationen ihr eigenes Potenzial entdecken. Anhand einer herunterfallenden Stange können sie beispielsweise ihre Reaktionszeit messen, ihre

1/2

Handdruckkraft ermitteln oder bei einem Wissenstest die richtigen Antworten tippen. Die individuellen Ergebnisse werden auf einer sogenannten EYCard zusammengefasst und ausgewertet. Hier wird deutlich, dass das gefühlte oder soziale Alter nicht immer mit dem biologischen Alter übereinstimmen muss!

Zum Ausklang des Seniorennachmittags sind alle Teilnehmer zu einem gemütlichen Austausch bei Kaffee und Kuchen eingeladen. Eine vorherige Anmeldung zum Seniorenprogramm unter der Telefonnummer 0421 / 33 46 333 ist erforderlich, der Preis beträgt 15 Euro inklusive Eintritt, Kaffee und Kuchen.

- **Termin:** Der Seniorennachmittag „Facetten des Alters“ findet am 13. November 2015 um 15 Uhr im Universum® Bremen statt. Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.