

# 6. 17.–18. AUG 2022

im Saarbrücker Schloss

# 6. SAARBRÜCKER SENIORENTAGE

Leben im Alter –  
auch digital.

[www.saarbruecken.de](http://www.saarbruecken.de)

- Digitalisierung
- Wohnen
- Pflege

Foto: www.shutterstock.com/Robert Krasch



## Wir sind e1ns.

Unsere Mitglieder und Kunden haben eins gemeinsam: Sie alle haben unterschiedliche Erwartungen an ihre Bank. Deshalb sorgen wir bei der Bank 1 Saar für mehr Freiheit und Verbundenheit im Banking.

Lassen auch Sie sich von unseren zeitgemäßen Leistungen überzeugen!

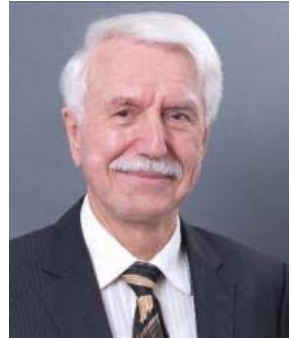
[www.bank1saar.de](http://www.bank1saar.de)

**Bank1Saar**



## **Sehr geehrte Bürgerinnen und Bürger,**

wegen der Coronapandemie konnten wir 2020 keinen Seniorentag durchführen und freuen uns nun, Sie zu unserem 6. Seniorentag mit dem Thema „Leben im Alter – auch digital“ in das Saarbrücker Schloss einzuladen.



Nach Vorlage des 8. Berichtes zur Lage der älteren Generation mit dem Thema „Ältere Menschen und Digitalisierung“ und der Stellungnahme der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e.V. hierzu, haben wir uns intensiv hiermit beschäftigt und umgeschaut, was Andere hierzu machen. Bei diesem Thema sind auch die Länder und Städte gefordert. Die Digitalisierung findet in den Bereichen Verwaltung, Wirtschaft, Handel, Banken, Versicherungen und Gesundheitswesen statt, kurz um überall. Im Bund wurde sogar ein Ministerium dafür geschaffen.

Wer vertritt nun die Nutzer oder Anwender, insbesondere der älteren Menschen. Es geht heute nicht mehr ohne Handy, I-Pad, Laptop oder sogar PC, um sich ausreichend und umfänglich über alle möglichen Dinge zu informieren. So war es in der Coronapandemie älteren Menschen oft nur möglich, über die Technik Kontakte aufzunehmen und sich so zu verständigen.

Die Zeit der Beeinträchtigungen durch die Pandemie hat aber auch gezeigt, dass es viele – und nicht nur ältere – Menschen gibt, die nicht den Schritt zur Digitalisierung gewagt oder sich sogar überhaupt nicht mit dieser Thematik beschäftigt haben. Sie fühlten sich im Stich gelassen, weil niemand ihnen helfend zur Seite stand.

Besuchen Sie uns, wir informieren Sie und bieten Hilfe an.



Lothar Arnold  
Vorsitzender des Seniorenbeirates

## **Landeshauptstadt Saarbrücken Der Oberbürgermeister**

**Liebe Bürgerinnen und Bürger,**

ich freue mich sehr, dass wir Ihnen die 6. Saarbrücker Seniorentage wieder in Präsenz anbieten können.

Mit dem Motto: „Leben im Alter – auch digital?“ wird das Thema „Digitalisierung“ in seiner Vielfalt aufgegriffen. Das Leben in einer immer stärker digitalisierten Welt ist sowohl mit Chancen als auch Herausforderungen verbunden. Unser Ziel ist nach wie vor, dass alle älteren Menschen am gesellschaftlichen Leben teilhaben können.

In Saarbrücken gibt es bereits ein vielfältiges Angebot zum Umgang mit digitalen Medien. Es ist wichtig, dass ältere Menschen bei Bedarf in ihren digitalen Kompetenzen unterstützt werden und gleichzeitig niemand ausgeschlossen wird, der kein Internet nutzt.

Ich freue mich, dass wir Frau Regina Görner und Herrn Jens-Peter Kruse von der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e.V. als Referenten gewinnen konnten. Mein Dank gilt allen Ausstellerinnen und Ausstellern, Referentinnen und Referenten für ihr Mitwirken sowie dem Seniorenbeirat der Landeshauptstadt Saarbrücken, dem Amt für Gesundheit, Prävention und Soziales, dem Regionalverband Saarbrücken und dem Verein Senioren in der Kommune für die gute Organisation der 6. Seniorentage.

Ich wünsche Ihnen eine interessante und anregungsreiche Veranstaltung.

Saarbrücken, im Juni 2022



Uwe Conradt  
Oberbürgermeister



## **Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Seniorinnen und Senioren,**

bereits zum 6. Mal finden die Saarbrücker Seniorentage des Seniorenbeirates der Landeshauptstadt, nach einer längeren coronabedingten Zwangspause, statt. Und ich freue mich ganz besonders, dass diese im Saarbrücker Schloss veranstaltet werden. Dank des ehrenamtlichen Engagements des Seniorenbeirates der Landeshauptstadt Saarbrücken konnten in der Vergangenheit bereits viele Projekte für und mit Seniorinnen und Senioren umgesetzt werden. Denn der Seniorenbeirat bildet die gemeinsame Plattform für die zahlreichen Behörden und Ämter sowie für die Seniorinnen und Senioren, die Fragen zu unterschiedlichen Themen haben. Er kümmert sich insgesamt um die Wahrnehmung der Interessen und Belange der älteren Menschen und entwickelt Ideen zur Verbesserung der Lebensverhältnisse. Auch die diesjährigen 6. Seniorentage hat der Seniorenbeirat wieder unter der Leitung von Lothar Arnold und die zahlreichen Behörden Berthold Bahner federführend geplant und durchgeführt.



Und das ist wichtig, denn die Bevölkerungsgruppe älterer Menschen wird immer größer. Mehr als 45.000 Bürgerinnen und Bürger leben in der Landeshauptstadt, die älter als 60 Jahre sind. Vor diesem Hintergrund, sei es in Bezug auf die bessere Versorgung älterer Menschen oder die Eröffnung von Bildungszugängen für alle, ist auch der Regionalverband Saarbrücken unterstützend wirkend.

Unter anderem ist unser Gesundheitsamt mit einem Stand vertreten und wird Sie kostenfrei zu Ihren Fragen rund um das „Älter werden im Regionalverband Saarbrücken“ beraten. Denn Seniorenpolitik ist für den Regionalverband mehr als nur Pflege- und Versorgungspolitik. Für den Regionalverband ist sie als Teil einer umfassenden Sozialpolitik zu verstehen. In diesem Sinne wünsche ich Ihnen erkenntnisreiche und interessante Stunden bei den 6. Saarbrücker Seniorentagen der Landeshauptstadt Saarbrücken.

Ihr

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Peter Gillo'.

Peter Gillo,  
Regionalverbandsdirektor

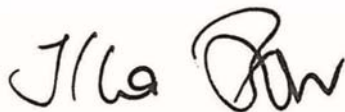
## Seniorenpolitik der Landeshauptstadt Saarbrücken im Amt für Gesundheit, Prävention und Soziales

Seniorenpolitik ist für die Landeshauptstadt Saarbrücken (LHS), im Rahmen der gesamtstädtischen Entwicklungspolitik, ein wichtiges Thema. Die Grundsätze zur Seniorenpolitik wurden vom Amt für Gesundheit, Prävention und Soziales in Kooperation mit Vertreterinnen und Vertretern aus der Verwaltung, dem Seniorenbeirat, Verbänden, Kirchengemeinden und Einzelpersonen erarbeitet und im „**Seniorenpolitischen Fachkonzept für die Landeshauptstadt Saarbrücken**“ zusammengefasst. Das Amt bietet den o.g. genannten Vertreterinnen und Vertretern mit dem sog. „**Bündnis für altengerechte Stadtentwicklung**“ ein Forum zum Austausch zu aktuellen Seniorenthemen. In diesem Jahr geht es um das Thema „digitale Teilhabe von älteren Menschen“. Die vielfältigen digitalen Angebote für Seniorinnen und Senioren innerhalb der LHS werden an den Saarbrücker Seniorentagen vorgestellt.

Die LHS hat seit 2009 einen **Seniorenbeirat**, der sich engagiert für die Belange der älteren Menschen in Saarbrücken einsetzt. Der Seniorenbeirat und das Amt für Gesundheit, Prävention und Soziales unterstützen die ehrenamtliche Arbeit der 12 „**Netzwerke Gute Nachbarschaft**“ in den verschiedenen Quartieren. Außerdem organisiert das Amt in Kooperation mit den Bürgermeisterinnen und Bürgermeistern vielfältige Seniorenkulturveranstaltungen. Regelmäßig wird ein ausführlicher **Ratgeber „Älter werden in Saarbrücken“** konzipiert und an die Seniorinnen und Senioren verteilt.

Weitere Informationen unter [www.saarbruecken.de/senioren](http://www.saarbruecken.de/senioren)  
oder unter Tel. +49 681 905 -3249 / -3326 / -2287

Saarbrücken, im Juni 2022



Ilka Borr  
Leiterin des Amtes für Gesundheit, Prävention und Soziales

# ENGAGEMENT SCHAFFT ERFOLG.

[www.energie-saarlorlux.com](http://www.energie-saarlorlux.com)



**Energie**  **SaarLorLux**

## **Seniorenbeirat der Landeshauptstadt Saarbrücken**

Der Seniorenbeirat als ehrenamtliches Gremium der Landeshauptstadt nimmt mit seiner Arbeit die Interessen und Belange der älteren Menschen in allen altersbedeutsamen Bereichen wahr und entwickelt Ideen zur Verbesserung der Lebensverhältnisse der Seniorinnen und Senioren in der Stadt. Er berät auch den Oberbürgermeister, den Stadtrat und seine Ausschüsse in Seniorenfragen.

### **Nächste Sitzungstermine:**

**06. Juli 2022, 14. September 2022, 23. November 2022**

**Tagungsort: Rathaus Saarbrücken, 14.30 Uhr**



### **Der Vorstand:**

Thoms Emser, Gabriele Ungers, Lothar Arnold, Bertold Bahner

Falls Sie Interesse an konkreter Mitarbeit haben, wenden Sie sich an folgende Anschrift:

### **Kontaktadresse:**

**Seniorenbeirat der Landeshauptstadt Saarbrücken**

**Vorsitzender: Lothar Arnold**

**Birkenstraße 77 66119 Saarbrücken**

**Tel.: 0681 / 57253, E-Mail: [seniorenbeirat@saarbruecken.de](mailto:seniorenbeirat@saarbruecken.de)**



## **Barrierefreiheit in Echtzeit – Saarbahn stattet gesamte Busflotte mit Informations- und Orientierungssystem aus**

Die Saarbahn geht einen weiteren Schritt nach vorne in Sachen Barrierefreiheit: Die gesamte Busflotte der Saarbahn wird mit einem „Barrierefreien Informations- und Orientierungssystem“ ausgestattet. Die innovative Kombination von APP- und Fahrzeug-Lösung bietet Fahrgästen neben barrierefreier Echtzeit-Fahrgastinformation auch Fahrtassistenz wie Türfindeton, Servicruf und Ansage des Fahrtverlaufs. Das Leuchtturmprojekt wird vom Saarland gefördert. Es soll voraussichtlich 2023 abgeschlossen werden. Mit der Einführung des Systems kann insbesondere blinden und sehingeschränkten Fahrgästen die Nutzung des ÖPNV erleichtert und ihre selbstbestimmte Mobilität gefördert werden. Von dem Angebot könnten weitere Nutzergruppen profitieren, beispielsweise Senioren, aber auch Personen, die aufgrund geistiger Behinderung die herkömmliche Fahrgastinformation nicht nutzen können.

Vorangegangen war in den Jahren 2020 und 2021 ein Pilotprojekt der Saarbahn, unterstützt vom Blinden- und Sehbehindertenverein für das Saarland e. V., der hauptamtlichen Behindertenbeauftragten und dem Behindertenbeirat der Landeshauptstadt Saarbrücken. Hierbei wurde der Einsatz eines „Barrierefreien Informations- und Orientierungssystems“ mit blinden- und sehingeschränkten Testnutzern zunächst auf einer Linie erprobt. Im Mittelpunkt standen dabei die besonderen Anforderungen der Zielgruppen und die Nutzerfreundlichkeit des Systems.

Das Projekt, das auf einer gelungenen Zusammenarbeit aller Beteiligten fußt, wird jetzt flächendeckend in der Busflotte der Saarbahn umgesetzt. Kooperationspartner ist die Trapeze Switzerland GmbH in Zusammenarbeit mit dem Schweizerischen Blinden- und Sehbehindertenverband.

### **Ansprechpartnerin**

Frau Katharina Meßner-Schalk  
Leiterin Stabsstelle Strategische Projekte  
Saarbahn GmbH  
Telefon: + 49 681 5003-170  
E-Mail: [katharina.messner-schalk@saarbahn.de](mailto:katharina.messner-schalk@saarbahn.de)



## **Digitalisierung und ältere Menschen**

Der gesellschaftliche Wandel durch die Digitalisierung betrifft auch die älteren Generationen und kann Chancen, in Bezug auf Einsamkeit vermeiden oder bestehende Kontakte zu wahren, bieten. Trotzdem sind 26%, also 83.500, der über 60-Jährigen im Saarland nie im Internet unterwegs.

Aus diesem Grund gibt es einen konkreten Handlungsbedarf, um auch, oder gerade auch, die älteren Menschen unabhängig vom sozialen Status, Bildung und finanziellen Möglichkeiten an den digitalen Medien teilhaben zu lassen und den Zugang sowie die Nutzung des Internets zu erleichtern.

Wir unterstützen als Landesseniorenbeirat gemeinsam mit der BAGSO (Bundesgemeinschaft der Seniorenorganisationen) zum Beispiel folgende Empfehlungen:

- ein flächendeckender Mobilfunk- und Internetzugang
- freies WLAN an öffentlichen Plätzen und stationären Pflegeeinrichtungen
- internetfähige, intuitiv bedienbare Geräte
- Anschaffung digitaler Technik für Menschen mit geringem Einkommen
- bei Bedarf eine dauerhafte, kompetente Begleitung in und durch die digitale Welt
- Sicherstellen des Erwerbs digitaler Kompetenzen für alle Senior\*innen
- Einbeziehung älterer Menschen in Entwicklung und Forschung von seniorengerechter Technik bei Universitäten und Firmen
- Förderrichtlinien und besseren Daten- und Verbraucherschutz

Um die Unsicherheiten in Bezug auf die digitalen Medien abzubauen, eignen sich Schulungsprogramme für ältere Menschen, das Weitergeben von Wissen von online-erfahrenen Senioren oder auch Generationen-Projekte wie „Jung hilf Alt“.

Ziel dabei ist es, den digitalen Raum als Chance und Möglichkeit den älteren Generationen erfahrbar zu machen und so, sie am ganzen gesellschaftlichen Leben teilhaben zu lassen.

## Der Caritasverband für Saarbrücken und Umgebung e.V. bietet in allen Arbeitsbereichen Angebote für Seniorinnen und Senioren

Ergänzend zu den Beratungsangeboten und Informationsveranstaltungen bieten wir auch Digitalisierung und gesundheitsfördernde, präventive Aktivitäten an. Wir sind vor Ort in:

- GWA Folsterhöhe
- GWA Friedrichsthal
- GWA Burbach
- GWA Wehrdener Berg
- GWA Sulzbach
- Begegnungen Bruchwiese (Lessingstr. 53, 66121 SB)
- Schwätzje Mobil



Für weitere Informationen:  
[www.caritas-saarbruecken.de](http://www.caritas-saarbruecken.de)  
Konkrete Rückfragen an:  
Frau Stephanie Weiland  
Tel.: 0681/30 90 60



Caritasverband  
für Saarbrücken und  
Umgebung e.V.

Gute Bezahlung?

Arbeit mit Menschen?

Familiäres Team?

JETZT FÜR 2022  
BEWERBEN!

# Sicher!

Dein Job und deine Ausbildung in der Pflege:  
Jetzt bewerben bei den **Caritas Sozialstationen Saarland**

[www.caritas-pflege.saarland](http://www.caritas-pflege.saarland)



SOCIAL  
STATIONEN  
Saarland.

## Aussteller

**AAL-Netzwerk Saar**, [www.aal-in.de](http://www.aal-in.de)

**AWO Landesverband Saar**, [www.awo-saarland.de](http://www.awo-saarland.de)

**Bürger\*innen Zentrum Brebach/GWA** <https://diakonie-saar.de/BuergerInnenzentrum-Brebach>

**Caritasverband Saarbrücken u. Umgebung**, [www.caritas-saarbruecken.de](http://www.caritas-saarbruecken.de)

**CDU Seniorenunion**, [www.senioren-union.de](http://www.senioren-union.de)

**DRK- Kreisverb. Saarbrücken**, [www.kv-saarbruecken.drk.de](http://www.kv-saarbruecken.drk.de)

**Die Linke – LAG Senioren und Seniorinnen**, <https://www.die-linke.de/partei/parteidemokratie/zusammenschlusse/bag-senioren>

**Europ'age Saar-Lor-Lux e.V.**, [www.europe-age.eu](http://www.europe-age.eu)

**Gemeinnütz. Gesellsch. f. paritätische Sozialarbeit mbH**, [www.gps-rps.de](http://www.gps-rps.de)

**Generation Ü-Gemeinschaft auf Gegenseitigkeit**

**Gesundheitsamt Regionalverband Saarbrücken** <https://www.regionalverband-saarbruecken.de/gesundheitsamt/>

**Haus am Steinhübel**, [www.kreuznacherdiakonie.de](http://www.kreuznacherdiakonie.de)

**htw saar im Projekt Senior Activ'** (Interreg V A Großregion)

**Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe im Saarland** <https://www.selbsthilfe-saar.de/>

**Malteser Hilfsdienst e.V.** <https://www.malteser-bistum-trier.de/malteser-standorte-im-bistum-trier/saarbruecken-voelklingen.html>

**MedienNetzwerk SaarLorLux e.V. (MNS)**, [www.onlinerland-saar.de](http://www.onlinerland-saar.de)

**Ministerium für Umwelt, Klima, Mobilität, Agrar und Verbraucherschutz** [https://www.saarland.de/mukmav/DE/home/home\\_node.html](https://www.saarland.de/mukmav/DE/home/home_node.html)

**mobisaar -- Mobilität für alle**, <https://www.mobisaar.de/>

**Onlinerland Saar** <https://www.onlinerlandsaar.de/>

**Pflegestützpunkte im Regionalverband Saarbrücken**, [www.psp-saar.net](http://www.psp-saar.net)

**Polizei und Seniorensicherheitsberater**

**Radeln ohne Alter/Rikschas** <https://radelnohnealter.de/>

**Seniorenbeirat** <https://www.saarbruecken.de/rathaus/stadtpolitik/seniorenbeirat>

- **Netzwerke Gute Nachbarschaft**

- **Seniorenfitnesstage**
- **Seniorensprechstunde**

**Senioren der IG Bauen, Agrar Umwelt, Saar**, [www.igbau.de/Senioren.html](http://www.igbau.de/Senioren.html)

**Sozialverband VdK Saarbrücken**, [www.vdk.de/saarland](http://www.vdk.de/saarland)

**St. Jakobus Hospiz**, [www.stjakobushospiz.de](http://www.stjakobushospiz.de)

**Stadtamt 50 Amt für Soziale Angelegenheiten**,  
[www.saarbruecken.de](http://www.saarbruecken.de)

**Stadtbibliothek Saarbrücken**, [www.stadtbibliothek.saarbruecken.de](http://www.stadtbibliothek.saarbruecken.de)

**Stiftung Saarbrücker Altenwohnstift**, [www.saarbruecker-altenwohnstift.de](http://www.saarbruecker-altenwohnstift.de)

**VHS Saarbrücken/ Regionalverband**, [www.vhs-saarbruecken.de](http://www.vhs-saarbruecken.de)

**Zentrum für Bildung und Beruf Saar GmbH** <https://www.zbb-saar.de/>

## **Regionalverband Saarbrücken**

### **Sozialamt**

Fachdienst 50 – Soziales des Regionalverbandes Saarbrücken

Europaallee 11, 66113 Saarbrücken  
0681 506 4948 oder 0681 506 4949

### **Bürgeramt Dudweiler**

Am Markt 1, 66125 Saarbrücken  
681 905 0

### **Bürgeramt Halberg**

Kurt-Schumacher-Straße 19, 66130 Saarbrücken  
0681 905 0

### **Bürgeramt West**

Burbacher Markt 20, 66115 Saarbrücken  
0681 905 0



## **Gesundheitsamt Regionalverband Saarbrücken**

### **Koordinierungsstelle Demografischer Wandel / Gesundheitsförderung und Netzwerk Demenz im Regionalverband Saarbrücken**

Martina Stapelfeldt-Fogel

Stengelstraße 10-12, 66117 Saarbrücken

0681 506 5325

E-Mail: [martina.stapelfeldt-fogel@rvsbr.de](mailto:martina.stapelfeldt-fogel@rvsbr.de)

### **Koordinierungsstelle zum Aufbau gesundheitsfördernder Strukturen**

Lisa Wagner

Stengelstraße 10-12, 66117 Saarbrücken

0681 506 5449

E-Mail: [lisa.wagner@rvsbr.de](mailto:lisa.wagner@rvsbr.de)

### **Betreuungsbehörde im Gesundheitsamt**

Stengelstraße 10-12, 5. OG, 66117 Saarbrücken

E-Mail: [betreuungsbehoerde@rvsbr.de](mailto:betreuungsbehoerde@rvsbr.de)

0681 506 0

### **Sozialpsychiatrischer Dienst und Seniorenberatung**

Stengelstraße 10-12, 1. OG, 66117 Saarbrücken

0681 506 536 2

### **Pflegestützpunkt Mitte im Regionalverband**

Stengelstraße 12, 66117 Saarbrücken

E-Mail: [sb-mitte@psp-saar.de](mailto:sb-mitte@psp-saar.de)

0681 506 5322



### **Pflegestützpunkt Ost im Regionalverband**

Rathaus, Sulzbachtalstraße 81, 66280 Sulzbach

E-Mail: [sulzbach@psp-saar.net](mailto:sulzbach@psp-saar.net)

06897 924 6798

### **Pflegestützpunkt West im Regionalverband**

Rathausstraße 4-6, 66333 Völklingen

E-Mail: [voelklingen@psp-saar.net](mailto:voelklingen@psp-saar.net)

06898 13 5555

Gib dem Glück eine Chance

 **LOTTO 6 aus 49**



# EINFACH MAL

# 6 KREUZE



# MACHEN!



MITSPIELEN AUF SAARTOTO.DE

UND IN JEDER  
LOTTO-ANNAHMESTELLE

 **LOTTO**  
Saartoto

Spieltteilnahme ab 18 Jahren - Glücksspiel kann süchtig machen - Kostenlose Hotline der BZgA 0800 1 372700 - Infos unter [www.saartoto.de](http://www.saartoto.de)

## Programm

Alle Veranstaltungen finden im Saarbrücker Schloss statt.

**Mittwoch, 17.08.22**

- 14:00 Uhr Eröffnung und Begrüßung Lothar Arnold**  
Vorsitzender des Seniorenbeirates Saarbrücken  
(Großer Saal)
- 14:15 Uhr Grußwort Tobias Raab**  
Beigeordneter der LHS Saarbrücken, Dezernat für Wirtschaft, Soziales und Digitalisierung
- 14:30 Uhr Festvortrag Dr. Regina Görner**  
Vorsitzende der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen (BAGSO)
- 15:00 Uhr Podiumsdiskussion zum Thema:  
Gesellschaftliche Teilhabe und Engagement Älterer in einer digitalisierten Welt**  
Einleitende Worte: Bertold Bahner,  
Moderation: Dr. Christel Weins,  
Mitwirkende: Dr. Regina Görner (BAGSO), Bertold Bahner (Seniorenbeirat), Tobias Raab (Landeshauptstadt Saarbrücken), weitere Mitwirkende: der Sparkasse Saarbrücken, der EGO Saar, des AAL-Netzwerks und der Ärztekammer des Saarlandes
- 16:30 Uhr Saarbrücker Klavierbüchlein: 15 musikalische Ansichtskarten**  
Tobias Naumann (Diplom-Kirchenmusiker)
- 17:00 Uhr** Schlusswort Lothar Arnold

**Anschließend sind Sie eingeladen zu einem geselligen Beisammensein mit Canapés und Getränken.**



## Donnerstag, 18.08.22

### „Markt der Möglichkeiten“ Ausstellung mit Ständen im VHS Zentrum und im Innenhof des Schlosses

#### Alle Veranstaltungen finden im Saarbrücker Schloss statt

- 10:00 Uhr**    **Eröffnung und Begrüßung Lothar Arnold**  
Vorsitzender des Seniorenbeirates Saarbrücken  
(Großer Saal)
- 10:05 Uhr**    **Grußwort Norbert Degen**  
Beigeordneter im Regionalverband Saarbrücken
- 10:15 Uhr**    **Grußwort Staatssekretärin Bettina Altesleben**  
Ministerium für Arbeit, Soziales, Frauen und Gesundheit
- 10:30 Uhr**    **Vortrag Loring Sittler**  
Herausgeber der Generali Altersstudie  
„Jung und Alt – gemeinsam für die Zukunft „
- 11:15 Uhr**    **Gymnastik mit Walter Kessler**
- 11:30 Uhr**    **Vortrag Jens-Peter Kruse**  
stellv. Vorsitzender der Bundesarbeitsgemeinschaft  
der Seniorenorganisationen (BAGSO)  
„Altersdiskriminierung - Was ist dagegen zu tun „
- 12:00 Uhr**    Onlinerland Tablet, Handy + Co Schulung  
Teilnehmerzahl 10 begrenzt (Sitzungssaal 2 im 1.  
OG)
- 13:00 Uhr**    **Unsere Thementische ab**  
Wie lerne ich den Umgang mit dem Computer, Tablet  
oder Handy? Kursanbieter aus Saarbrücken stellen  
sich vor, Dr. Christel Weins (Großer Saal)
- 13:00 Uhr**    Häusliche Pflege, wie gelingt das? Ulrike Heydt  
(Sitzungssaal 1. OG)

- 14:00 Uhr** Onlinerland Tablet, Handy + Co Schulung  
Teilnehmerzahl 10 begrenzt (Sitzungssaal 2 im 1. OG)
- 14:30 Uhr** Lust auf Leben - sinnerfülltes Leben im Alter (60+ und älter): Dr. Christel Weins (Großer Saal)
- 14:30 Uhr** Wenn der Wecker morgens nicht mehr klingelt (50+ und älter): Rüdiger Blies (Sitzungssaal 1 im 1.OG)
- 14:30 Uhr** Sorgen und Nöte der Saarbrücker Seniorinnen und Senioren: Jürgen Friedrich (Sitzungssaal 2 im 1.OG)
- 16:00 Uhr** Abschluss und Fazit Lothar Arnold

## **Unsere Thementische – Brücken bauen für mehr Teilhabe und Teilnahme**

Alle Menschen wollen auch im Alter selbstbestimmt und selbstständig leben. Dafür setzt sich der Seniorenbeirat ein. Um zu erfahren, wie Sie Ihre Lebenssituation konkret bewerten, welche Probleme und Sorgen Sie bewegen, aber auch welche Potentiale Sie bei sich selbst und in Ihrem Umfeld wahrnehmen, möchten wir mit Ihnen in einen Dialog eintreten. Nach einem kurzen Impulsreferat von Fachleuten, können Sie dort Ihre Fragen stellen und mit uns diskutieren.

**13:00 Uhr Themenraum: Lebenslanges Lernen – auch mit dem Computer?** Moderation: Dr. Christel Weins, Bertold Bahner  
Wie lerne ich noch den Umgang mit dem Computer, Tablet oder Handy? Sie erfahren in diesem Workshop, welche Kursanbieter Kurse anbieten und welcher Lernsituation zu Ihnen passt.

### **13:00 Uhr: Häusliche Pflege, wie gelingt das?**

Wer pflegende Angehörige hat, muss sich mit einer Vielzahl von Fragen rund um deren Betreuung auseinandersetzen. In diesem Workshop können Sie Ihre Fragen stellen und gemeinsam Lösungen finden. Moderation: Ulrike Heydt

**14:30 Uhr:** Wenn der Wecker morgens nicht mehr klingelt Menschen über 60 möchten wir auf ein positives Erleben im Ruhestand vorbereiten und sensibilisieren. Dazu möchten wir Menschen vor und im Ruhestand befähigen, sich in der neuen Situation zurecht zu finden und ihren Lebensinhalt neu zu strukturieren, um ihre Lebensqualität und Energie dadurch zu steigern.  
Moderation: Rüdiger Blies

**14:30 Uhr: Sorgen und Nöte der Saarbrücker Seniorinnen und Senioren** Hier können Sie alles loswerden was Ihnen auf der Seele brennt und alle Fragen stellen, die Sie haben, können wir gemeinsam besprechen. Moderation: Herr Jürgen Friedrich

**14:30 Uhr** Moderation: Dr. Christel Weins: - Lust auf ein erfülltes Leben auch im Ruhestand Älter werden ist nichts für Feiglinge

Lesung von Joachim Roschel aus seinem Buch  
„Ihr Ruhestand – das Beste kommt zum Schluss“



**Kurzzeitpflege  
Stationäre Pflege  
Demenzbereich  
Betreutes Wohnen**

Bismarckstraße 23 • 66111 Saarbrücken  
Telefon: 0681 / 6009-0  
[www.stiftung-langwied.eu](http://www.stiftung-langwied.eu)  
E-Mail: [info@stiftung-langwied.de](mailto:info@stiftung-langwied.de)

## Senioren-Fitness Tage

Die gesundheitliche Prävention im Alter ist eine Aufgabe, der sich der Seniorenbeirat in Zusammenarbeit mit dem saarländischen Landessportverband seit vielen Jahren intensiv widmet.



In der Mehrzweck- und Schwimmbadhalle in Brebach-Fechingen werden Aquajogging, Boule, Muskelaufbau-Sturzprophylaxe, Seniorentanz und Wandern angeboten. Die sportbegeisterten Senioren und Seniorinnen treffen sich an jedem ersten Dienstag im Monat.

### Weitere Termine 2022 in Fechingen (jeweils 10.30 Uhr):

Ort: Fest-, Mehrzweck und Schwimmhalle, Erreichbarkeit: Saarbahn und Buslinie 120

**5. Juli**  
**2. August**

**6. September**  
**4. Oktober**

**8. November**  
**6. Dezember**

### In Dudweiler (jeweils 10.30 Uhr):

Ort: Bürgerhaus Dudweiler, Erreichbarkeit: Bus 101, 102, 133

**7. Juli**  
**6. Oktober**

**11. August**  
**3. November**

**8. September**  
**1. Dezember**

### Ansprechpartner:



Herr Walter Kessler  
Tel.: 0171 3759645



Herr Jürgen Friedrich  
Tel.: 0163 7914503

## Wenn Jung und Alt zusammenkommen

Geschichten vom Leben werden Geschichten fürs Leben.

Wenn Jung und Alt sich vernetzen, können beide Generationen voneinander lernen und profitieren. Die Geschichten der Alten können die Jungen inspirieren, sie können aus ihnen lernen und sie können sie zum eigenen Leben nutzen.

Viele Junge haben bis auf die eigenen Großeltern kaum Kontakt zu der Generation. Was ich gelernt habe: Jeder verpasst was. Wir unterschätzen die Begegnungen mit älteren Menschen. Wir können die Themen der Geschichte aus der Schule mit persönlichen Geschichten verknüpfen und aus diesen Geschichten lernen. Wir können lernen, für jeden Moment des Lebens dankbar zu sein und Dinge zu tun, wenn wir die Gelegenheit dazu haben. Wir lernen für die kleinen Dinge im Leben dankbar zu sein und nicht Lebenszeit zu verschwenden. Wir lernen das Leben auszukosten und zu genießen, denn es ist endlich. Wir lernen, dass ein Lächeln reicht, um einen Menschen glücklich zu machen und es nur eine Kleinigkeit braucht, um große Dankbarkeit auszulösen.

Aber das Lernen kann auf beiden Seiten stattfinden. Ältere Menschen können von Jungen nochmal neuen Lebensmut gewinnen, aufblühen und sich nochmal lebendig fühlen. Wir können ihnen ein Ohr zum Zuhören bieten und gesellschaftliche Teilhabe ermöglichen. In Bezug auf Digitalisierung, können wir Chancen schaffen und so Gelegenheiten bieten, Kontakte zu halten und zu pflegen.

Es ist viel passiert zwischen den Generationen. Aber wir können uns gegenseitig die Welt von gestern und von heute erklären und über die morgige philosophieren.

Wir lernen das Leben nochmal von anderen Seiten zu betrachten und es zu leben, auf eine andere, dankbarere Weise, denn nichts ist selbstverständlich.



Viola Schott  
Studentin



Saarland

Wohin? Was nun? Wer hilft?

## Die AWO-Pflegenotaufnahme

Plötzlicher Pflegeengpass?

Die AWO-Pflegenotaufnahme hilft sofort und unbürokratisch.  
Rufen Sie uns an unter unserer kostenfreien Servicenummer.  
**24 Stunde, 7 Tage die Woche:**

Soforthilfe  
bei Pflege-  
Engpass zu  
Hause!

**0800 / 255 255 8**

Wir beraten Sie auch gerne kostenlos und kompetent zu allen Fragen und Dienstleistungen der häuslichen Pflege. Rufen Sie uns an und vereinbaren einen Termin unter 0681 / 85 78 40.

Mehr Informationen auf  
[www.pflegenotaufnahme-saar.de](http://www.pflegenotaufnahme-saar.de)

# Netzwerk gute Nachbarschaft

Im Mai 2011 wurde das erste „Netzwerk gute Nachbarschaft“ auf dem Winterberg gegründet. Unterstützt vom Seniorenbeirat haben sich ältere Bewohnerinnen und Bewohner zusammengefunden mit dem Ziel, den Nachbarschaftsgeist zu wecken und zu pflegen. Ziel der Netzwerke ist es, den Seniorinnen und Senioren die Möglichkeit zu bieten, möglichst lange im vertrauten Umfeld verweilen zu können und einer oft ungewollten Vereinsamung entgegenzuwirken. Dies schließt die Unterstützung bei der Bewältigung von Alltagsproblemen im Rahmen der Nachbarschaftshilfe ein. Wenn man den Nachbarn kennt, hilft man ihm auch.

Gemeinsam werden Fahrten organisiert, kulturelle Veranstaltungen besucht, zusammen sportlichen Aktivitäten nachgegangen oder auch Vortragsveranstaltungen organisiert. Mehr Informationen finden Sie auf unserer Website [www.ngntriller.wordpress.com](http://www.ngntriller.wordpress.com).

## Netzwerk Winterberg

### **Ansprechpartner:**

Herr Hans-Joachim Weber

Tel.: 015257924249

[post@prof-weber.de](mailto:post@prof-weber.de)

Herr Herbert Alt

Tel.: 0681 583967

E-Mail: [herb.alt@t-online.de](mailto:herb.alt@t-online.de)

## Netzwerk St. Arnual

### **Ansprechpartner:**

Herr Michael Klotz

Tel.: 0681-854659

[Klotz.mi@gmx.de](mailto:Klotz.mi@gmx.de)

## Netzwerk Am Homburg

### **Ansprechpartner:**

Herr Jürgen Friedrich

Tel.: 0163 7914503

[friedrichjrf@web.de](mailto:friedrichjrf@web.de)

Herr Ernst Prey

Tel.: 0681 371600

[ernstprey@gmx.de](mailto:ernstprey@gmx.de)

## Netzwerk Unterer Rotenbühl

### **Ansprechpartner:**

Herr Rüdiger Blies

Tel.: +49 681 398579

E-Mail: [ruebir@t-online.de](mailto:ruebir@t-online.de)

### **Netzwerk Alt Saarbrücken**

**Ansprechpartner:**

Herr Winfried Naumann  
Tel.: 0681 57352  
Will-naumann@t-online.de

### **Netzwerk Triller**

**Ansprechpartner:**

Herr Robert Kniebe  
Tel.: 0681 57352  
Robert.kniebe@t-online.de

### **Netzwerk Unterer Rodenhof**

**Ansprechpartner:**

Herr Günter Hübner  
Tel.: 0681 45672  
Frau Doris Herber  
Doris.herber@t-online.de

### **Netzwerk Fechingen**

**Ansprechpartner:**

Frau Renate Theobald  
Tel.: 0681 68829141  
Herr Wolfgang Selke  
Tel.: 06893 2264

### **Netzwerk Dudweiler-Nord**

**Ansprechpartner:**

Herr Peter Weyand  
Tel.: 0680 64978999  
peterweyand@icloud.com

### **Netzwerk Oberer Rotenbühl**

**Ansprechpartner:**

Herr Bertold Bahner  
Tel.: 0681 854659  
LBBahner@t-online.de

### **Netzwerk Herrensohr**

**Ansprechpartner:**

Herr Horst Junker  
Tel.: 06897 75685  
Horst.junker@gmx.com

### **Netzwerk am Eschberg**

**Ansprechpartnerin:**

Frau Irene Scheidgen  
Tel.: 0681 8919634  
ischeidgen@web.de



## Senioren-sicherheitsberater\*innen



Im Februar 2011 startete unter der Federführung des Landesseniorenbeirates in Zusammenarbeit mit dem Sozialministerium und der Polizei die Ausbildung der Senioren-sicherheitsberater\*innen in der LHS. Sie werden stets über neue Kriminalitätsformen informiert, so dass diese wiederum Senioren „auf Augenhöhe“ über die Vermeidung von Kriminalität im eigenen Umfeld aufklären können.

Neben der regelmäßigen Teilnahme an „Mobilen Wachen“ der zuständigen Kontaktpolizisten, finden auch viele Informationsveranstaltungen für Seniorinnen und Senioren in den Stadtbezirken über das Jahr verteilt statt.

### Ansprechpartner:

Herr Wolfgang Gelff  
Tel.: 0681-872386  
wolfgang.gelff@gmx.de



### Weitere Adressen

Ahr, Vera 0157 77888132  
Arndt, Heike 0681 52440  
Bund, Carmen 0681 5959373  
Fries, Hans 0681 780589  
Gergen, Rolf 0681 52225  
Haas, Marco 0681 94587339  
Kaspar, Werner 0151 55164744  
Lissmann, Gisela 06814 754665  
Meier, Johannes  
Rauen, Detlef 0681 814141  
Schiebahn, Helmut 0681 59097644  
Schulze, Dorothe 0152 3384019  
Stein, Bernd 06897 9522125  
Thome, Günter 0681 700410

Appel, Heinz Dieter 0681 8815580  
Becker, Claudia 0681 76181919  
Feneis, Gunter 0681 45629  
Gerber, Jürgen  
Göritz, Axel 0176 38378086  
Hary, Hans Joachim 0681 878826  
Kuhn, Klaus Jürgen 0681 5882095  
Mang, Heinz 0681 702780  
Morschette-Sarg Martina 0681 71791  
Schäfer, Martina 0681 5869161  
Schneider  
Sold, Dirk 0681 46512  
Teschke, Jutta 0681 55708  
Woerner, Michael 0681 52704

# **Weitere Arbeit des Seniorenbeirates**

## **Arbeitskreis 1: Gesundheit und Soziales**

Die Themen des Arbeitskreises „Gesundheit und Soziales“ umfassen u.a. die Pflege, die Gesundheit, das Wohnen und das soziale Zusammenleben älterer Menschen. Weiterhin werden Gespräche mit Bewohnern, Heimbeiräten und Leitungen von Senioreneinrichtungen geführt, um die tatsächlichen Gegebenheiten vor Ort hinsichtlich der „Pflege“ zu erfahren und um auf eventuelle Verbesserungen hinzuwirken.

Neben der Erhöhung der Renten – aber auch der Kranken- und Pflegeversicherungsbeiträgen, den Entgelten bei stationären Kosten und den steigenden Preissteigerungen in den verschiedenen Bereichen (Energie und Lebensmittel) wird es für manche Senior\*innen sowie der Gesamtbevölkerung ein finanzieller Kraftakt werden, mit dem Einkommen auszukommen. So wird sich aus dem Arbeitskreis heraus der Seniorenbeirat mit den Neuerungen rund um die gestiegenen Energiekosten beschäftigen müssen, da diese vor allem die ältere Bevölkerung hart treffen.

Wir machen uns zur Aufgabe, auch hier Sprachrohr für die Betroffenen zu sein, um die Politik und Förderungsbedingungen zu überdenken.

Wir versuchen auch in der aktuellen Situation Kontaktmöglichkeiten in Präsenz zu schaffen und können zu Not auf digitale Möglichkeiten ausweichen.

Es gibt viel zu tun und Jede und Jeder ist herzlich eingeladen, hier im Arbeitskreis daran mitzuwirken.

### **Ansprechpartnerin:**

Frau Ulrike Heydt  
Tel: 06897-6858551



Unter uns:  
**Ich fühl' mich wohl!**



**Individuelles Wohnen – erstklassiger Service  
für die Ansprüche der Senioren von heute**

**Egon-Reinert-Haus**

Königsberger Straße 43 • Tel. 0681 8107-0

**Wohnstift Reppersberg**

Nussbergterre 10 • Tel. 0681 5009-0

[www.saarbruecker-altenwohntift.de](http://www.saarbruecker-altenwohntift.de)



# Bürgersprechstunde

Die Bürgersprechstunde ist eine sinnvolle Ergänzung zu bestehenden Beratungsangeboten in der Landeshauptstadt und gleichzeitig eine neue Form der Ansprache. Einmal pro Monat können Seniorinnen und Senioren ihre Anliegen gegenüber Senior\*innen vortragen und auf Probleme und Hindernisse in ihrem persönlichen Umfeld und Alltag hinweisen.

Die konkreten Anliegen aus den Bürgersprechstunden werden vom Seniorenbeirat in die hierfür zuständigen Stellen der Stadtverwaltung oder anderer Behörden vorgetragen.

Die Sprechstunden finden jeweils am ersten Mittwoch im Monat von 10 bis 12 Uhr im Rathaus St. Johann, Raum 312 statt. Eine vorherige Anmeldung ist nicht notwendig.

**Weitere Termine in: Rathaus St. Johann, Saarbrücken, Raum Nr.: 312, Uhrzeit: 15.00 bis 16.00 Uhr**

**5. September 2022**

**3. Oktober 2022**

**7. November 2022**

**5. Dezember 2022**

## **Ansprechpartnerin:**

Frau Erica Carganico

E-Mail.: [carganico-wobedo@schlau.com](mailto:carganico-wobedo@schlau.com)



## Leben zu Hause, Leben im Quartier

Das wünschen sich die meisten Menschen im Alter. Sie möchten ihren Lebensabend in den eigenen vier Wänden verbringen.

Dafür muss die häusliche Umgebung so umgestaltet werden, dass ein selbstbestimmtes Leben zuhause auch bei körperlichen Einschränkungen möglich ist.

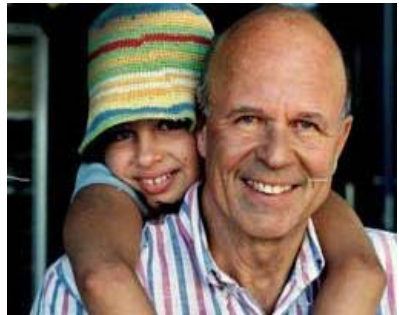
Unter dem Begriff „Barrierefreiheit“ werden bauliche Gegebenheiten und Installationen in der Wohnung unter die Lupe genommen, vom Eingang über Küche, Wohnzimmer, Schlafzimmer bis zum Bad. Technische Neuerungen können hier sehr hilfreich sein.

Ergänzend braucht es wohnortnahe Versorgung, ärztliche Betreuung und Pflege, Haushaltshilfe, Essen auf Rädern, Begleit- und Besuchsdienste. Aufgabe der Kommunen ist es, sich um Barrierefreiheit im öffentlichen Raum zu kümmern, bei Straßen, Bürgersteigen, Treppen, auch in öffentlichen Gebäuden, bei Informationsmitteln und im öffentlichen Nahverkehr.

Einsamkeit ist das Schlimmste im Alter. Deshalb brauchen ältere Menschen Orte, wo sie sich zwanglos treffen können: Begegnungsstätten, Räume für Seniorentreffs. Die Landeshauptstadt ist vom demografischen Wandel besonders betroffen. Solche Möglichkeiten zu schaffen, ist eine vordringliche Aufgabe Saarbrücker Kommunalpolitik.

### Ansprechpartner:

Herr Berthold Bahner  
Tel.: 0681 34173



**Wir versichern das Saarland.**  
Verlässlich. Fair. Begeistertnd.

**SAARLAND**  
Versicherungen

Finanzgruppe

**Wir sind für Sie nah.**



**KOMMEN SIE ZU UNS,  
WENN ZU HAUSE ALLE  
MÖGLICHKEITEN  
AUSGESCHÖPFT SIND!**

**Haus am Steinhübel**

Meißenwies 16 · 66123 Saarbrücken  
Tel. 0681/6650312  
[www.kreuznacherdiakonie.de/  
seniorenhilfe](http://www.kreuznacherdiakonie.de/seniorenhilfe)

  
**Stiftung  
kreuznacher diakonie**  
[www.kreuznacherdiakonie.de](http://www.kreuznacherdiakonie.de)



## **Förderverein „Senioren in der Kommune Saarbrücken e.V.**

Der Verein „Senioren in der Kommune Saarbrücken e.V.“ will den Erfahrungsaustausch älterer Bürgerinnen und Bürger intensivieren, damit diese ihr Wissen, ihre Erfahrungen und ihre Zeit für ehrenamtliche Tätigkeit in Städten und Gemeinden einsetzen.

Dies soll erreicht werden durch Veranstaltungen und Seminare für sinnerfülltes Altern und zur Vorbereitung auf ehrenamtliche Tätigkeit und durch Mitarbeit in der Kommunalpolitik auf Landes-, Kreis- und Gemeindeebene, insbesondere durch Mitwirkung in den Seniorenbeiräten unseres Bundeslandes. Im Sommer 2015 wurde der Förderverein „Senioren in der Kommune Saarbrücken e.V.“ gebildet, der im Vereinsregister eingetragen ist und auch vom Finanzamt als gemeinnützig anerkannt wurde. Falls Sie uns eine Spende zukommen lassen wollen, können Sie überweisen auf das Konto

**Senioren in der Kommune Saarbrücken e.V.**  
**Bankverbindung: Sparkasse Saarbrücken**  
**BIC-Code: SAKSDE55XXX**  
**IBAN: DE70 590501010067080663**

Sie erhalten selbstverständlich eine Spendenbescheinigung, wenn auf der Überweisung eine vollständige Anschrift angegeben ist. Bei weiteren Fragen können Sie sich vertrauensvoll an den Seniorenbeirat wenden.

### **Ansprechpartnerin:**

Martina Schäfer  
Tel: 0681 - 5896161 oder  
Seniorenbeirat Saarbrücken unter:  
E-Mail: [seniorenbeirat@saarbruecken.de](mailto:seniorenbeirat@saarbruecken.de)





**Gemeinsam.  
Respektvoll.  
Erfolgreich.**

[www.sparkasse-saarbruecken.de](http://www.sparkasse-saarbruecken.de)

**Weil's um mehr als Geld geht.**



**Sparkasse  
Saarbrücken**