

## **Programm**

**Montag, 22.10.2018**

### **„Brücken bauen zur Nachbarschaft“**

**14.30 Uhr: Eröffnung Lothar Arnold**

Vorsitzender des Seniorenbeirates Saarbrücken

**14:45 Uhr: Grußwort Charlotte Britz**

Oberbürgermeisterin der Landeshauptstadt Saarbrücken

**15:00 Uhr: Grußwort Monika Bachmann**

Ministerin für Soziales, Frauen, Senioren u. Familie im Saarland

**15.15 Uhr: Festvortrag Franz Müntefering**

Minister a.D. und Vorsitzender der BAGSO

**im Anschluss 15:45 Uhr: Jung und Alt – wie verträgt sich das?**

Gespräch zwischen Franz Müntefering und Schülern des Willi-Graf-Gymnasiums

**17:00 Uhr: Podiumsgespräch „Brücken bauen zur Nachbarschaft -  
die Netzwerke Gute Nachbarschaft in Saarbrücken“**

Moderation: Bertold Bahner mit Filmvorführung

Mitwirkende: Herbert Alt, Rüdiger Blies, Jürgen Friedrich, Wilfried Naumann

**18:00 Uhr: Auftritt Heart-Chor**

Anschließend sind Sie herzlich eingeladen zu einem geselligen Beisammensein mit Häppchen und Getränken

**Dienstag, 23.10.2018**

### **„MARKT DER MÖGLICHKEITEN“**

Große Ausstellung mit rund 40 Ständen (Namen siehe unten)

**Ausstellung ab 09.00 Uhr geöffnet bis 16.00 Uhr**

„Pfad der Sinne – Natur spüren und erfahren“ Alexander Deutsch, Pfad der Sinne e.V.

**09:30 Uhr bis 10:30: Kommunale Seniorenarbeit am Beispiel der Stadt Dortmund:** Referent: Reinhard Pohlmann, Leiter des Fachbereichs Senioren in Dortmund

**10.30 Uhr: Gymnastik mit Walter Kessler**

**11.00 Uhr: Von Sorge und Sinn im Alter**

Referent: **Jens-Peter Kruse** (Bundesforum Katholische Seniorenarbeit und Evangelische Arbeitsgemeinschaft für Altenarbeit, EAfA)

**12.00 Uhr: Auftritt Schorsch Seitz, Kinderchor der Kita Schenkelberg**

**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 an drei Thementischen mit Ihnen in einen Dialog eintreten. Nach einem kurzen Impulsreferat von Fachleuten, können Sie dort Ihre Fragen stellen und sich an der Diskussion beteiligen.

**Thementisch: Gesundheit**

Mit zunehmendem Alter und manchmal geringerer Beweglichkeit werden die Wohnung, das Haus und die unmittelbare Umgebung immer mehr zum Lebensmittelpunkt. Deren Qualität ist daher von zentraler Bedeutung für Zufriedenheit und Selbstbestimmtheit.

**13:00 Uhr Beginn des Thementisches: Gesundheit**

**Moderation: Uschi Biedenkopf**

Experten: Dr. med. Claudia Thiel, Schwerpunktpraxis Ernährungs-medizin, Ernährung im Alter, Tipps für eine ausgewogene Ernährung.

Dr. Wolfgang Schulten (im Ruhestand), vermittelt den Besuchern, den Medikamentenbeipackzettel, Angstmacher oder medizinische Hilfe?

Dr. Bernd Gehlen- „Fit im Alter- was wirklich hilft“

### **14:00 Uhr: Besichtigung der Ausstellungen, Teilnahme an Aktivitäten mit Walter Kessler**

#### **Thematisch Aktives Leben**

Die Suche nach dem Sinn unseres Lebens ist ein Teil der menschlichen Existenz. Gerade ältere Menschen fragen sich bisweilen „Für was bin ich hier auf der Welt, für was lohnt es sich zu leben“. An diesem Thementisch wollen wir aufzeigen, dass jedes Lebensalter seinen eigenen Wert hat.

#### **Moderation: Dr. Christel Weins**

Mitwirkende: Landesmedienanstalt, Ehrenamt (Dirk Sold), Seniorenfitness (Walter Kessler), Mobisaar, Kulturschlüssel, Netzwerke Gute Nachbarschaft.

#### **Sorgen und Nöte der Saarbrücker Seniorinnen und Senioren**

Hier können Sie alles loswerden was Ihnen auf der Seele brennt und alle Fragen, die Sie haben, können wir gemeinsam besprechen.

#### **Moderation: Herr Rüdiger Blies**

Mitwirkende: Herr Jürgen Friedrich, Frau Ilona Kerber, Herr Wilfried Naumann

### **Einladung zum Alltags Fitness Test**

Wir laden Sie ein, einmal Ihre Alltagsfitness kennenzulernen. Diesem Test liegt eine Studie von Roberta E. Rikli und C. Jessie Jones zugrunde und wurde vom Deutschen Olympischen Sportbund DOSB in Zusammenarbeit mit dem Institut für Gerontologie der Universität Heidelberg überarbeitet und uns zur Verfügung gestellt. Testen Sie Ihre eigene Beweglichkeit mit Trainern der Saarbrücker Turnvereine.

**Ansprechpartner: Herr Walter Kessler** Tel.: 0171-3759645

### **Austeller**

AWO Landesverband Saar, DRK- Kreisverb. Saarbrücken, Arbeitsgemeinschaft SPD 60plus, Europe'Age Saarbrücken, AAL-Netzwerk Saar, GaliA e.V. Saarbrücken, Haus am Steinhübel, Caritasverband Saarbrücken u. Umgebung, CDU Seniorenunion, AG pro Ehrenamt Saarbrücken, Diakonisches Werk an der Saar, Handwerkskammer des Saarlandes, Die Linke, LV Saarland, Senioren, Hörgeräte Nalbach Saarbrücken, Gemeinnütz. Gesellsch. f. paritätische Sozialarbeit mbH, Stadtbibliothek Saarbrücken, Liberale Senioren, SHG Kliniken, Medien Netzwerk SaarLorLux e.V. (MNS), Saarbrücker Immobilienverwaltungs- und Baubetreuungsgesellschaft mbH, Mobia - Saarbahn GmbH, Saarbrücker Pflege gGmbH, Malteser Hilfsdienst e.V./ Demenzdienste, Seniorenfitnessstage, Seniorensicherheitsberater, Netzwerke Gute Nachbarschaft, Netzwerk Demenz im Regionalverband Saarbrücken, Senioren Informationszentrum gGmbH Saarbrücken, VHS Saarbrücken/ Regionalverband, Pflegestützpunkt im Regionalverband Saarbrücken, Sozialpsychiatrischer Dienst und Seniorenberatung/RV, Polizei, St. Jakobus Hospiz, Weißer Ring Saarbrücken, Saarbrücker Seniorenbildungsreisen e.V., Teilhabeberatung Saarland/KISS, Senioren der IG Bauen, Agrar Umwelt, Saar., Stiftung Saarbrücker Altenwohnstift, Sozialverband VdK Saarbrücken, Stadtamt 50 Amt für Soziale Angelegenheiten