

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: die Sparkasse
Saarbrücken, der EGO Saar, das AAL-Netzwerks und die
Ärzttekammer 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**
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 welche Lernsituation zu Ihnen passt.

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

Wer zu 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

Moderation: Jürgen Friedrich

Hier können Sie alles loswerden was ihnen auf der Seele brennt und alle Fragen stellen, die Sie haben.

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“