

SENIORENBEIRAT

der Landeshauptstadt
Saarbrücken




Informationsbroschüre


INHALTSVERZEICHNIS

01 DER SENIORENBEIRAT.....	5
02 ARBEITSKREISE	
+ GESUNDHEIT UND SOZIALES.....	7
+ BAUEN UND STADTENTWICKLUNG.....	8
+ WEITERBILDUNG, KULTUR UND FREIZEIT.....	10
+ SENIORENPOLITISCHER ARBEITSKREIS.....	14
03 ANGEBOTE UND AKTIVITÄTEN	
+ SENIOREN-FITNESS-TAGE.....	15
+ SENIORENSICHERHEITSBERATER.....	17
+ NETZWERK GUTE NACHBARSCHAFT.....	19
04 BERATUNG UND UNTERSTÜTZUNG	
+ BÜRGERSPRECHSTUNDE.....	22
+ SOZIALAMT.....	22
+ GESUNDHEITSAMT.....	23
+ NETZWERK DEMENZ.....	24
+ BONI UND VERGÜNSTIGUNGEN.....	24
05 STELLUNGNAHMEN UND WISSENSWERTES	
+ DIGITALISIERUNG.....	25
+ VERKEHRSPOLITIK.....	26
+ FAHRGASTBEIRAT DER SAARBAHN.....	27
+ SENIOREN IN DER KOMMUNE E.V.....	28
+ CONSEILS DES SENIORS DE LA GRANDE RÉGION.....	29
06 WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN.....	30



Vorsitzender des Seniorenbeirates
Lothar Arnold

 0681 572 53

 seniorenbeirat@saarbruecken.de

SEHR GEEHRTE BÜRGERINNEN UND BÜRGER,

der demographische Wandel macht es erforderlich, dass die Interessen der älteren Menschen verstärkt wahrgenommen werden müssen. Dafür ist es wichtig, sie aktiv an den kommunalen Entscheidungsprozessen zu beteiligen. Eine Chance bietet sich durch die Einbeziehung der Fähigkeiten und Kompetenzen der älteren Bürgerinnen und Bürger als Sprachrohr der älteren Generation. Daher wurde 2009 unter Beteiligung von Stadtrat und Verwaltung eine Seniorenvertretung gegründet, die den Namen Seniorenbeirat der Landeshauptstadt Saarbrücken führt.

Besonders wichtig für den älteren Menschen ist seine Wohnung, das Umfeld und die gesamten alltäglichen Lebensbedingungen. Diese sollten sich so gestalten, dass er in dieser Wohnung oder in seinem Haus auch noch in zehn oder 20 Jahren in vertrauter Umgebung wohnen kann.


Wir rufen nicht nur nach dem Staat, sondern sind auch bereit, in eigenen Projekten wie unseren Netzwerken Gute Nachbarschaft, den Seniorensicherheitsberater*innen, den Senioren-Fitness-Tagen, der monatlichen Bürgersprechstunde sowie unseren Arbeitskreisen Angebote zu vielfältigen Themen anzubieten. Auch im Bereich „Digitalisierung“ sind wir und weitere Partner aktiv, um Hilfestellungen zu leisten und auch der Generationendialog ist ein wichtiger Punkt unserer Arbeit.


Hier können Sie aktiv mitwirken und mitgestalten. Wir hoffen, Sie bei einer unserer vielfältigen Veranstaltungen begrüßen zu dürfen.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Lothar Arnold'.

Lothar Arnold
Vorsitzender des Seniorenbeirates Saarbrücken

Landeshauptstadt Saarbrücken
Amt für Gesundheit, Prävention und Soziales

 0681 905-3330

 soziales@saarbruecken.de

**SEHR GEEHRTE BÜRGERINNEN UND BÜRGER,
LIEBE SENIORINNEN UND SENIOREN,**

die Seniorenpolitik ist für die Landeshauptstadt Saarbrücken (LHS), im Rahmen der gesamtstädtischen Entwicklungspolitik, ein Herzensthema. Meine Kolleginnen und Kollegen erarbeiten tagtäglich neue Ideen und Strategien, um die LHS für Sie noch lebenswerter zu gestalten. Der Seniorenbeirat und das Amt für Gesundheit, Prävention und Soziales unterstützen u.a. auch die ehrenamtliche Arbeit der 14 Netzwerke Gute Nachbarschaft in den verschiedenen Quartieren. Zusätzlich organisieren wir im Amt gemeinsam mit den Bezirksbürgermeisterinnen und Bezirksbürgermeistern vielfältige Seniorenkulturveranstaltungen.

Das Älterwerden bringt viele Chancen und Herausforderungen mit sich. Umso wichtiger ist es, dass wir seit Jahren mit den oben genannten Vertreterinnen und Vertretern vertrauensvoll in einem „Bündnis für altengerechte Stadtentwicklung“ zusammenarbeiten, um gemeinsam Schwerpunkte in der Seniorenarbeit zu entwickeln und passgenaue Angebote zu koordinieren.

Regelmäßig veranstalten wir in Saarbrücken die Seniorentage, an denen Sie sich zu vielfältigen Themen informieren und austauschen können. Das hier vorgestellte neue Aktionsprogramm des Seniorenbeirates bietet Ihnen einen guten Überblick zu Aktivitäten, Veranstaltungen und Kontaktdaten.

Ich möchte auch gerne noch die Gelegenheit nutzen, allen Mitgliedern des Seniorenbeirates für ihr großes ehrenamtliches Engagement zu danken und blicke einer weiterhin guten Zusammenarbeit entgegen. Lassen Sie uns gemeinsam dafür sorgen, dass das Älterwerden eine Zeit der Möglichkeiten, der Begegnungen und des Miteinanders bleibt.



Ilka Borr
Leiterin des Amtes für Gesundheit, Prävention und Soziales

DER SENIORENBEIRAT DER LANDESHAUPTSTADT SAARBRÜCKEN

ÜBER UNS

Der Seniorenbeirat ist ein unabhängiges, parteipolitisch und konfessionell neutrales Gremium der Landeshauptstadt Saarbrücken. Er vertritt die Interessen der älteren Bevölkerung und fördert deren Teilhabe am gesellschaftlichen Leben. Der Beirat berät die Kommunalpolitik und Verwaltung in allen seniorenspezifischen Fragen und bringt die Belange und Bedürfnisse älterer Menschen in Saarbrücken in kommunale Entscheidungsprozesse ein. Zudem dient er als Sprachrohr für die Anliegen von Seniorinnen und Senioren und schafft eine gemeinsame Plattform, die es Betroffenen ermöglicht, in einen Dialog zu treten und Lösungen für anstehende Fragen zu erarbeiten.

Durch die Entwicklung von Ideen in allen altersbedeutsamen Bereichen der Stadt trägt der Beirat zur Verbesserung der Lebensverhältnisse von Seniorinnen und Senioren in Saarbrücken bei. In Zusammenarbeit mit den hauptamtlichen Mitarbeiterinnen des Amts für Gesundheit, Prävention und Soziales initiiert der Beirat verschiedene Projekte, organisiert Informationsveranstaltungen und Sprechstunden und wirkt an der Entwicklung altersgerechter Strukturen in der Kommune mit.



Der Vorstand des Seniorenbeirates Saarbrücken
Thomas Emsler, Gabriele Ungers, Lothar Arnold und Bertold Bahner

DIE MITGLIEDER DES SENIORENBEIRATES

Der **Vorstand** des Seniorenbeirates besteht derzeit aus vier Personen:

- 1. Vorsitzender: Lothar Arnold
- Stellvertretender Vorsitzender: Bertold Bahner
- Weitere Stellvertreter*innen: Thomas Emser und Gabriele Ungers

Der **Beirat** umfasst darüber hinaus Vertreter folgender Institutionen:

- Stadtratsfraktionen
- Seniorenorganisationen einzelner Parteien
- Caritasverband für Saarbrücken und Umgebung
- Diakonisches Werk an der Saar
- Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Saarbrücken
- Integrationsbeirat der Landeshauptstadt
- Behindertenbeirat der Landeshauptstadt
- Städtisches Amt für Gesundheit, Prävention und Soziales

MITMACHEN UND AKTIV WERDEN

Der Seniorenbeirat führt jährlich bis zu fünf **Sitzungen** durch, zu denen alle Interessierten herzlich eingeladen sind. Die Sitzungen sind öffentlich, die Termine und Tagesordnungen werden jeweils im Mitteilungsblatt der Landeshauptstadt Saarbrücken veröffentlicht. In vier **Arbeitskreisen** werden konkrete Projekte geplant und Stellungnahmen für die Sitzungen des Seniorenbeirates vorbereitet. Alle altersrelevanten Vorlagen und Berichte des Stadtrates und seiner Ausschüsse werden beraten und ggf. mit einer Stellungnahme versehen.

Aktuelle Informationen sind jederzeit abrufbar unter:

www.saarbruecken.de/seniorenbeirat

KONTAKT

Seniorenbeirat Saarbrücken

Vorsitzender: Lothar Arnold

Birkenstraße 77, 66117 Saarbrücken

Telefon: 0681 572 53

E-Mail: seniorenbeirat@saarbruecken.de

ARBEITSKREISE DES SENIORENBEIRATS SAARBRÜCKEN

Der Seniorenbeirat Saarbrücken lädt alle interessierten Seniorinnen und Senioren dazu ein, in seinen eingerichteten Arbeitskreisen mitzuarbeiten. Das Engagement ist ehrenamtlich und kann zeitlich flexibel gestaltet werden. An dieser Stelle finden Sie nützliche Informationen, Positionierungen und Aktivitäten der einzelnen Arbeitskreise.

ARBEITSKREIS 1: GESUNDHEIT UND SOZIALES

Der Arbeitskreis 1 setzt sich für die sozialen Belange älterer Menschen in Saarbrücken ein. Die meisten Menschen wünschen sich ein **selbstbestimmtes Leben im Alter** – idealerweise in der eigenen Wohnung, auch bei Hilfebedarf. Dafür gibt es zahlreiche Unterstützungsangebote, doch oft fehlt das nötige Wissen darüber.

Wir finden es gut, dass Hilfen nicht automatisch gewährt werden – denn das bedeutet Wahlfreiheit und Selbstbestimmung. Allerdings muss man sich selbst informieren, was nicht immer einfach ist. Genau dabei möchten wir Sie unterstützen! Zwar bieten wir keine rechtliche Beratung an, aber wir helfen Ihnen, sich zurechtzufinden, informieren über Möglichkeiten und vermitteln Sie an die richtigen Stellen.

Besonders wichtig ist vorausschauende Planung: **Welche Hilfen gibt es? Wie beantrage ich sie? Was kostet das?** Wir hören Ihnen zu und geben Ihnen wertvolle Tipps.

Häufige Themen in unseren Sprechstunden sind Vorsorgevollmachten, Betreuungsverfügungen und häusliche Pflege. Auch Altersarmut wird zunehmend relevant. Bei all diesen Fragen stehen wir Ihnen zur Seite.

Wir freuen uns auf den Austausch mit Ihnen!

KONTAKT

Arbeitskreis 1: Gesundheit und Soziales

Ansprechpartnerin: Stefanie Bonerth

Telefon: 0681 853 289

E-Mail: stefanie.bohnert@outlook.de



ARBEITSKREIS 2: BAUEN UND STADTENTWICKLUNG

Leben zu Hause

Selbstbestimmtes Wohnen im Alter betrifft zwei Bereiche: das private Zuhause und das Wohnumfeld im Quartier, in der Kommune. Beides muss altersgerecht gestaltet sein.

Damit ältere Menschen möglichst lange selbstbestimmt in ihrer Wohnung leben können, müssen Wohnraum und Ausstattung barrierefrei sein. Dabei helfen technische Neuerungen, die sich unter dem Begriff „**Ambient Assisted Living**“ (**AAL**) sammeln, dazu gehören unter anderem:

- Stufenfreie, rutschfeste Böden
- Bodengleiche Duschen
- Hohe Sitzmöglichkeiten und griffnahe Schränke
- Technische Assistenzsysteme wie Smart-Home-Sprachsteuerung

Zusätzlich sind **ambulante Dienste** wie häusliche Pflege, Arztbesuche, Haushaltshilfen, Begleit- und Besuchsdienste oder Essen auf Rädern entscheidend.

Leben im Quartier

Für ein altersgerechtes Wohnumfeld müssen Kommune und Land sorgen. Dazu gehören:

- Eine gute Nahversorgung
- Barrierefreier öffentlicher Raum (Trottoirs, Haltestellen, Gebäude, Treppen) und öffentliche Toiletten
- Seniorengerechte Sitzgelegenheiten im Freien
- Ein gut erreichbarer öffentlicher Nahverkehr

Um dem besonderen Problem der Alterseinsamkeit zu begegnen, sollte die Kommune Begegnungsstätten zur Verfügung stellen, wo Seniorinnen und Senioren sich treffen und kennenlernen können.

Weiterer Bestandteil allgemeiner Daseinsvorsorge ist der **Ausbau öffentlicher Altersheime**, zusätzlich zu den bestehenden privaten oder kirchlichen Einrichtungen.

Unser Arbeitskreis setzt sich dafür ein, dass die **Bedürfnisse und Ansprüche älterer Menschen an ihr direktes Wohnumfeld fester Bestandteil der Saarbrücker Stadtpolitik** sind und in den Tagesordnungen aller städtischer Gremien zu finden sind.

Daneben veranstalten wir in Zusammenarbeit mit den Bezirksräten Halberg, Mitte, Dudweiler und West **jährliche Aktions- und Informationstage** zum Thema „**Leben und Wohnen im Alter**“. Mit dabei sind Vertreter folgender Organisationen:

AWO Saarland, VdK Saarland, Weißer Ring, Handwerkskammer des Saarlandes, Diakonisches Werk an der Saar, Mobia-Lotsenservice der Saarbahn GmbH, Kulturschlüssel e.V., Landesmedienanstalt, AAL-Netzwerk des Saarlandes, Seniorensicherheitsberater*innen und Kontaktpolizei.

Termine & Informationen

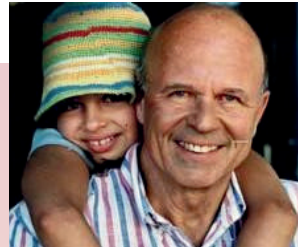
Details zu Veranstaltungen und Terminen werden rechtzeitig per Einladung oder auf der Website der Stadt bekannt gegeben.

KONTAKT

Arbeitskreis 2: Bauen und Stadtentwicklung

Ansprechpartner: Bertold Bahner

Telefon: 0681 341 73



AAL-Netzwerk Saar – Länger selbstbestimmt zuhause leben

Das AAL-Netzwerk Saar e.V. ist die zentrale Anlaufstelle im Saarland für Alltagsunterstützende Assistenz-Lösungen (AAL). Ziel ist es, durch den Einsatz moderner Technik und Dienstleistungen den Alltag zu erleichtern und Menschen dabei zu helfen, möglichst lange selbstbestimmt in den eigenen vier Wänden zu leben.

Ein besonderes Angebot ist die **AAL-Musterwohnung** in der Saarbrücker Hohenzollernstraße 113. Auf rund 100 m² können Interessierte sich herstellerunabhängig und neutral beraten lassen, wie technische Lösungen den Alltag erleichtern können.

Dieses einzigartige Vorzeigeprojekt entstand in Zusammenarbeit mit der WOG Saar, der Hochschule für Technik und Wirtschaft des Saarlandes (htw saar) und weiteren Netzwerkpartnern.

KONTAKT

Besichtigungen der AAL-Musterwohnung sind nach Anmeldung möglich

Telefon: 0681 5867 444

E-Mail: musterwohnung@aal-saar.de



ARBEITSKREIS 3: WEITERBILDUNG, KULTUR UND FREIZEIT

Die Frage nach dem Sinn des Lebens begleitet uns – besonders an Wendepunkten wie dem Ruhestand, dem Älterwerden, dem Verlust eines geliebten Menschen oder bei Krankheit.

Unser Arbeitskreis bietet Seniorinnen und Senioren verschiedene Formate, um diese Übergänge gemeinsam zu reflektieren, Veränderungen zu bewältigen und eine **erfüllte Freizeitgestaltung im Alter** zu fördern.

Gesprächskreis: Lust auf ein erfülltes Leben auch im Ruhestand - Älter werden ist nichts für Feiglinge

Der monatliche Gesprächskreis des Seniorenbeirats richtet sich an Menschen im Ruhestand. Der Übergang in die Rente ist nicht für alle einfach – viele empfinden den Wegfall von Arbeit auch als Verlust von Verantwortung und gesellschaftlicher Teilhabe. In unserem Gesprächskreis tauschen wir uns darüber aus, wie wir diesen neuen Lebensabschnitt sinnvoll und erfüllt gestalten können.

Der **Gesprächskreis** wird moderiert von Dr. Christel Weins und findet statt an:

- jedem **zweiten Montag im Monat** um **11:00 Uhr** in der **Stadtbibliothek Saarbrücken**, Rathausplatz 1, 66111 Saarbrücken
- jedem **dritten Montag** im Monat um **11:00 Uhr** im **Kultur- und Lesetreff Dudweiler**, Bürgerhaus Dudweiler.

Reflektion der eigenen Biografie mit jungen Menschen

Junge Menschen sind nach Beendigung ihres Schulabschlusses oft noch orientierungslos, wenn es um die Planung ihrer Zukunft geht. Das Wissen von älteren Menschen kann für diese Jugendlichen hilfreich sein. In sogenannten **Generationsdialogen** können Seniorinnen und Senioren ihre Kompetenzen und Lebenserfahrungen mit jungen Menschen reflektieren und durch die Sichtweise der jüngeren Generation auch selbst neue Impulse für ihr eigenes Leben erfahren.

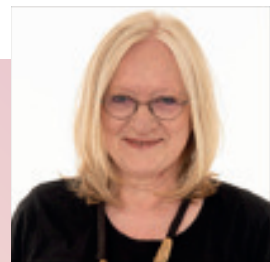
KONTAKT

Arbeitskreis 3: Weiterbildung, Kultur und Freizeit

Ansprechpartnerin: Dr. Christel Weins

Telefon: 0177 436 51 07

E-Mail: c.weins@weins.de



Lernen, Weiterbilden, Erleben

Bildung und Kultur spielen eine entscheidende Rolle für ein erfülltes Leben im Alter. Lernen, Weiterbilden, Erleben, Austauschen, Diskutieren und Handeln fördern die geistige Fitness und das soziale Miteinander.

Ältere Menschen profitieren besonders von speziellen Weiterbildungsangeboten und generationsübergreifendem Lernen. An der Volkshochschule (VHS), der Universität des Saarlandes (UdS) und der Hochschule für Technik und Wirtschaft des Saarlandes (HTW) gibt es altersgemischte Lerngruppen, die diesen Austausch ermöglichen.

Besonders attraktiv: Ringvorlesungen sind für Seniorinnen und Senioren kostenfrei.

Sie sind neugierig auf Angebote im Bereich Weiterbildung, dann informieren Sie sich gern bei den entsprechenden Stellen:

VHS Saarbrücken
Telefon: 0681 506 4323

Universität des Saarlandes
Telefon: 0681 302 3533
E-Mail: zell@uni-saarland.de

Veranstaltungskalender der Landeshauptstadt Saarbrücken
www.saarbruecken.de/leben_in_saarbruecken/veranstaltungskalender

Evangelische Familienbildungsstätte Saarbrücken
Telefon: 0681 61 348
Internet: www.familienbildung-saar.de

Katholische Familienbildungsstätte Saarbrücken
Telefon: 0681 906 8191
Internet: www.fbs-saarbruecken.de



Deine
Energie

#vonhier für morgen



Energie  SaarLorLux

„Filmreif“: Kino für Menschen in den besten Jahren

Das Saarbrücker Filmhaus und das Kino 8 ½ laden zu besonderen Filmserien ein, für alle, die sich in den besten Jahren fühlen, unabhängig vom Alter.

Neben unterhaltsamen und bewegenden Filmen bietet „Filmreif“ die Gelegenheit, soziale Kontakte zu pflegen und neue Bekanntschaften zu knüpfen.

- zwei bis drei Filme pro Monat im Filmhaus
- ein Film pro Monat im Kino 8 ½
- Eintritt: 5,00 Euro
- Vor dem Film: Kaffee, Gebäck & gelegentlich Kuchen

Ein Treffpunkt für Filmfreunde und alle, die Gemeinschaft schätzen!

KONTAKT

Filmhaus

Mainzer Straße 8, 66111 Saarbrücken

Telefon Kinokasse: 0681 905 4800

Telefon Büro: 0681 905 4803

E-Mail: filmhaus@saarbruecken.de

Programm: www.filmhaus-sb.de/reihe/sonderprogramm/filmreif

Kino 8 ½

Nauwieser Str. 19, 66111 Saarbrücken

Telefon: 0681 390 88 80

E-Mail: info@kinoachteinhalb.de

Der Kulturschlüssel-Saar öffnet Türen

Saarländische Städte und Gemeinden bieten ein vielfältiges Kulturprogramm. Doch für viele bleiben die Türen zu Theater, Oper, Kino oder Sportveranstaltungen verschlossen – aus finanziellen Gründen oder weil die Menschen ungern allein hingehen. Mit dem Projekt „Kulturschlüssel-Saar“ schafft der Verein „passgenau e.V.“ Abhilfe: Er vermittelt ehrenamtliche Begleiter und Freikarten, damit jeder am kulturellen Leben teilhaben kann.

Für Kulturgenießer:

Sie möchten oder können nicht allein ins Theater, Kino oder Konzert? Der Kulturschlüssel-Saar vermittelt Ihnen eine Begleitung und, falls nötig, eine Frei- oder ermäßigte Karte.

Für Kulturbegleiter:

Sie besuchen gern gemeinsam mit anderen kulturelle Veranstaltungen?

Die ehrenamtlichen Kulturbegleiter holen Kulturgenießer von zu Hause oder einem Treffpunkt ab und bringen sie nach der Veranstaltung zurück. Das Jahresticket für die Teilnahme als Kulturbegleiter oder Kulturgenießer beträgt 40,00 €. Der Beitrag schließt eine Mitgliedschaft bei „passgenau e.V.“ und die Versicherung bei der Tätigkeit ein. Eine Kündigung ist jederzeit zum Jahresende möglich.

KONTAKT

Kulturschlüssel-Saar

Projektleiterin: Ingrid Grenon

Dudweilerstr. 72, 66111 Saarbrücken

Bürozeiten: Mo, Di, Do, Fr von 11.00 bis 15.30 Uhr

Telefon: 0681 844 918 oder 0151 4163 5079

ARBEITSKREIS 4: SENIORENPOLITISCHER ARBEITSKREIS

Der Seniorenbeirat lädt in unregelmäßigen Abständen zum seniorenpolitischen Arbeitskreis ein, um überparteilich Strategien und Maßnahmen zu entwickeln, die die Lebensqualität älterer Menschen in unserer Stadt verbessern.

Im Mittelpunkt stehen Themen wie **Wohnen, Sicherheit, Pflege, Gesundheit und soziale Teilhabe**. Angesichts des demografischen Wandels gewinnt die Seniorenpolitik zunehmend an Bedeutung. Ein zentrales Ziel ist der Ausbau seniorengerechten Wohnraums, um älteren Menschen ein sicheres und selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen. Gleichzeitig geht es darum, die gesellschaftliche Integration zu fördern, denn **soziale Teilhabe ist essenziell für ein erfülltes Altern**.

Auch die **Digitalisierung** spielt eine wichtige Rolle. Der Zugang zu neuen Technologien soll erleichtert werden, damit Seniorinnen und Senioren die Chancen der digitalen Welt nutzen können. **Eine nachhaltige Seniorenpolitik schafft eine altersfreundliche Stadt, sorgt für Barrierefreiheit und stärkt den Zusammenhalt zwischen den Generationen**. Sie trägt dazu bei, dass ältere Menschen in Würde und Selbstbestimmung leben können.

KONTAKT

Seniorenpolitische Arbeitskreis

Moderation: Dr. Christel Weins

Telefon: 0177 436 51 07

E-Mail: c.weins@weins.de

ANGEBOTE UND AKTIVITÄTEN DES SENIORENBEIRATES SAARBRÜCKEN

Der Seniorenbeirat Saarbrücken lädt alle interessierten Bürgerinnen und Bürger dazu ein, an seinen vielfältigen Informations-, Beratungs- und Freizeitangeboten teilzunehmen und auch mitzuwirken.

SENIOREN-FITNESS-TAGE: AKTIV UND GESUND IM ALTER

Das **Sportangebot** richtet sich an Seniorinnen und Senioren, die etwas für ihre Gesundheit und Fitness tun möchten – ganz ohne Leistungsdruck. Die Veranstaltungen sind niedrigrschwellig und sollen dazu motivieren, sich auch über die Fitnessstage hinaus sportlich zu betätigen, sei es allein oder gemeinsam mit anderen in Vereinen.

Seit 2011 finden die Senioren-Fitness-Tage statt – zunächst in **Brebach-Fechingen**, später auch in **Saarbrücken-Dudweiler**. Sie bieten eine ideale Gelegenheit, neue Bewegungsformen auszuprobieren und aktiv zu bleiben.

Ablauf der Senioren-Fitness-Tage

Die Senioren-Fitness-Tage beginnen um 10.30 Uhr mit dem Eintreffen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Nach einem kurzen gemeinsamen Aufwärmtraining startet um 10.45 Uhr das sportliche Programm. **Verschiedene Aktivitäten** stehen zur freien Wahl, darunter bspw. Aquajogging im jeweiligen Hallenbad, Wirbelsäulengymnastik für eine gesunde Haltung, Tanz, Boule als geselliges Präzisionsspiel oder Wandern/Spazieren – gerne auch mit Hund.

Im Anschluss gibt es die Möglichkeit, bei einer Tasse Kaffee oder einem gemeinsamen Mittagessen ins Gespräch zu kommen. Der soziale **Austausch** ist ein wichtiger Bestandteil der Seniorenfitnessstage und trägt zur Lebensqualität bei.

KONTAKT

Senioren-Fitness-Tage

Ansprechpartner: Jürgen Friedrich

Telefon: 0163 791 4503

E-Mail: friedrichjrf@web.de



ALLES



LOTTO
6 aus 49®

IST

MÖGLICH!



Ø
**2 Millionäre
pro Woche!**



 **LOTTO®**
Saartoto

Spielteilnahme ab 18 Jahren · Glücksspiel kann süchtig machen · Infos unter check-dein-spiel.de
Lizenzierter Glücksspielanbieter · www.saartoto.de ·   · Gewinnwahrscheinlichkeit Gewinnklasse 1 = 1 : 140 Mio.

DIE SAARBRÜCKER SENIORENSICHERHEITSBERATER*INNEN

In Saarbrücken werden auf Initiative des Landesseniorenbeirates und des städtischen Seniorenbeirats sogenannte Seniorensicherheitsberater*innen ausgebildet. Diese **ehrenamtlich engagierten Berater und Beraterinnen** informieren ältere Bürgerinnen und Bürger über Gefahren und Betrugsmaschen, um diesen ein sicheres und unbeschwertes Leben zu ermöglichen. Sie werden regelmäßig zu **neuen Betrugsmaschen und Gefahren** geschult und teilen die Sorgen ihrer Altersgruppe.

Beratungsleistungen

Die Seniorensicherheitsberater*innen teilen ihr Wissen im persönlichen **Einzelgespräch** oder bei speziellen **Informationsveranstaltungen**, die meist in Kirchengemeinden, Nachbarschaftsnetzwerken oder Vereinen abgehalten werden. Dabei beraten sie z.B. zu folgenden Themen: Sicherheit im Straßenverkehr, Sicherheit im Haushalt (Stolperstellen), Verhalten am Kassenautomaten, Rauchmelder und Notrufanlagen. Zudem informieren sie über **aktuelle Betrügertricks**, wie Schockanrufe, unseriöse Kaffeefahrten, betrügerische Haustürgeschäfte und Internetkriminalität.

Ausbildung Seniorensicherheitsberatung

Bürgerinnen und Bürger, die über 55 Jahre alt und nicht vorbestraft sind, können sich zu Seniorensicherheitsberatern ausbilden lassen. Die Ausbildung ist kostenlos und die ehrenamtliche Tätigkeit ist zeitlich nach freiem Ermessen flexibel planbar. Die Ausbildungslehrgänge werden organisiert von der Polizei, dem Saarbrücker Seniorenbeirat und dem Ministerium für Arbeit, Soziales, Frauen und Gesundheit. Auch nach der Ausbildung gibt es eine enge Zusammenarbeit und Betreuung durch die Kontaktpolizei.

KONTAKT

Zentraler Ansprechpartner aller Seniorensicherheitsberater in Saarbrücken

Gunter Feneis

Telefon: 0681 456 29

E-Mail: gfeneis@t-online.de



Landesbeauftragter für Seniorensicherheitsberater

Fred Kreutz

Ministerium für Arbeit, Soziales, Frauen und Gesundheit

Telefon: 0681 501-3321

E-Mail: f.kreutz@soziales.saarland.de

AKTIVE SENIORENSICHERHEITSBERATER IN DEN EINZELNEN STADTBEZIRKEN

Stadtbezirk Mitte

Ahr, Vera - Tel.: 0157 77 888 132
Arndt, Heike - Tel.: 0681 52 440
Becker, Claudia - Tel.: 0681 761 81 919
Feneis, Gunter - Tel.: 0681 456 29
Haas, Marco - Tel.: 0681 945 87 339
Kaas-Ando, Gabriele - Tel.: 0177 774 83 50
Kuhn, Klaus-Jürgen - Tel.: 0681 588 2095
Morschette-Sarg, Anita - Tel.: 0681 717 91
Schäfer, Martina - Tel.: 0681 589 6161
Schäfer, Stefan - Tel.: 0171 335 98 71
Sold, Dirk - Tel.: 0681 465 12
Woerner, Michael - Tel.: 0681 52704

Stadtbezirk Halberg

Appel, Heinz Dieter - Tel.: 0681 881 55 80
Hary, Hans Joachim - Tel.: 0681 87 88 26
Hoffstetter, Gisela - Tel.: 06805 1583
Meiers, Johannes - Tel.: 0163 122 27 99
Rauen, Detlef - Tel.: 0681 814 141
Kreutz, Fred - Tel.: 0177 203 7859

Stadtbezirk West

Fries, Hans - Tel.: 0681 780 589
Gerber, Jürgen - Tel.: 0171 150 3340
Kreber, Michael - Tel.: 0681 970 4975
Mang, Heinz - Tel.: 0681 702 780
Schiebahn, Helmut - Tel.: 06898 307 7827
Strauf, Karin - Tel.: 0176 844 041 56
Thome, Günther - Tel.: 0681 700 410

Stadtbezirk Dudweiler

Göritz, Axel - Tel.: 0176 383 780 86
Schneider, Karl-Heinz - Tel.: 0681 813 965
Schulze, Dorothee - Tel.: 0152 533 840 19
Stein, Bernd - Tel.: 06897 952 21 25

NETZWERK GUTE NACHBARSCHAFT: GEMEINSCHAFT UND UNTERSTÜTZUNG IM ALLTAG

Die Netzwerke Gute Nachbarschaft sind eine **ehrenamtliche Initiative älterer Bürgerinnen und Bürger**, die in verschiedenen Wohngebieten aktiv sind. Begleitet vom Seniorenbeirat stärken sie den **nachbarschaftlichen Zusammenhalt** und fördern gegenseitige Unterstützung im Alltag.

Durch regelmäßigen **Austausch und gemeinsame Aktivitäten** wie kulturelle Veranstaltungen, sportliche Angebote oder Vorträge entsteht eine lebendige Gemeinschaft in der Nachbarschaft. Die Netzwerke bieten nicht nur soziale Kontakte, sondern erleichtern auch den Zugang zu relevanten Informationen und Dienstleistungen, da sie eng mit dem Amt für Gesundheit, Prävention und Soziales sowie der Ehrenamtsbörse zusammenarbeiten.

Die Initiative startete 2011 auf dem Winterberg und Am Homburg. Aufgrund des großen Erfolgs wurden bald weitere Netzwerke in Stadtteilen wie Eschberg, Triller und Alt-Saarbrücken gegründet – und das Engagement wächst weiter.

Wenn Sie bei einem der Netzwerke mitmachen oder deren Angebote nutzen möchten, wenden Sie sich an die jeweiligen **Ansprechpartner**, die nachfolgend aufgeführt sind. Möchten Sie selbst ein Netzwerk in Ihrem Wohngebiet gründen, unterstützen wir Sie gerne.



ANSPRECHPARTNER DER NETZWERKE GUTE NACHBARSCHAFT

Winterberg

Prof. Hans-Joachim Weber
Telefon: 0681 970 457 38
E-Mail: post@prof-weber.de



Am Homburg

Jürgen Friedrich
Telefon: 0163 791 4503
E-Mail: friedrichjrf@web.de



Eschberg

Irene Scheidgen
Telefon: 0171 281 38 25
E-Mail: ubscheidgen@aol.com



Alt-Saarbrücken

Herbert Jacob
Telefon: 0170 811 2674
E-Mail: Jacobhe@gmail.com



Am Triller

Robert Kniebe
Telefon: 0681 573 52
E-Mail: robert.kniebe@t-online.de



Rodenhof

Doris Herber
Telefon: 0681 447 62
E-Mail: doris.herber@t-online.de



ANSPRECHPARTNER DER NETZWERKE GUTE NACHBARSCHAFT

Fechingen

Renate Theobald
Telefon: 06893 18 02
E-Mail: krtheobald@googlemail.com



Dudweiler Nord

Peter Weyand
Telefon: 06806 497 89 99
E-Mail: peterweyand@icloud.com



Herrensohr-Jägersfreude

Gabriele Ungers
Telefon: 0160 813 61 25
E-Mail: gabriele-ungers@web.de



Unteres St. Arnual

Dr. Michael Klotz
Telefon: 0681 854 659
E-Mail: klotz.mi@gmx.de



Oberer Rotenbühl

Bertold Bahner
Telefon: 0681 341 73
E-Mail: LBBahner@t-online.de

Ensheim-Eschringen

Gabriele Avila
Telefon: 06893 73 56
E-Mail: gabi.avila@web.de

Dudweiler Mitte-Süd

Gudrun Koch
Telefon: 06897 729 518
E-Mail: gudrun@koch-dudweiler.de

Unterer Rotenbühl

Ursula Gogler-Meletzky
Telefon: 0151 263 873 86
E-Mail: gogleru@t-online.de

ANLAUFSTELLEN FÜR BERATUNG UND UNTERSTÜTZUNG

Wohin wende ich mich, wenn ich auf ein konkretes Hindernis für Seniorinnen und Senioren in der Stadt stoße? Wer berät zum Thema Pflege und häusliche Versorgung? Was, wenn das Geld nicht mehr zum Wohnen reicht? An dieser Stelle finden Sie einige Ansprechpartner und Beratungsstellen in Saarbrücken, die bei Fragen rund ums Älterwerden in der Landeshauptstadt helfen und informieren.

EIN OFFENES OHR: BÜRGERSPRECHSTUNDE DES SENIORENBEIRATES

Im Rahmen der Seniorensprechstunde können Bürgerinnen und Bürger der Landeshauptstadt Saarbrücken ihre Anliegen vortragen und auf Probleme und Hindernisse in ihrem persönlichen Umfeld und Alltag hinweisen.

Die konkreten Anliegen werden vom Seniorenbeirat bei den hierfür zuständigen Stellen der Stadtverwaltung vorgetragen bzw. fließen in die Gremienarbeit im Stadtrat und in dessen Ausschüssen mit ein.

Die offene Bürgersprechstunde für Seniorinnen und Senioren findet **jeden ersten Montag im Monat von 15:00 bis 16:00 Uhr im Rathaus St. Johann, Raum Nr. 312** statt.

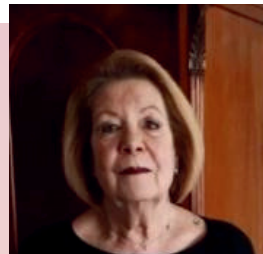
KONTAKT

Bürgersprechstunde für Seniorinnen und Senioren

Erika Carganico

Telefon: 0681 905 1552 oder 0162 941 77 39

E-Mail: carganico-wobedo@web.de



SOZIALE FRAGEN: SOZIALAMT DES REGIONALVERBANDS SAARBRÜCKEN

Das Sozialamt ist die zentrale Anlaufstelle für Bürgerinnen und Bürger im Regionalverband Saarbrücken, wenn es um soziale Unterstützung geht. Hier erhalten Menschen Beratung und finanzielle Hilfe, wenn sie ihre Lebensgrundlage nicht selbst sichern können.

Das Amt bietet Unterstützung in den Bereichen **Sozialhilfe, Grundsicherung, Wohngeld, Pflege und Leistungen für Asylbewerber**. Dabei steht eine kom-

petente und umfassende Beratung im Mittelpunkt, um hilfesuchende Menschen bestmöglich zu unterstützen.

KONTAKT

Sozialamt des Regionalverbands Saarbrücken

Europaallee 1, 66113 Saarbrücken

Telefon: 0681 506-4949

Persönliche Vorsprache nur nach vorheriger Terminvereinbarung!

BERATUNGSSTELLE FÜR SENIOREN UND MENSCHEN MIT BEHINDERUNG

Die Beratungsstelle bietet für Seniorinnen und Senioren sowie Menschen mit chronischen, körperlichen oder geistigen Einschränkungen im Regionalverband Saarbrücken eine kompetente, qualifizierte und unabhängige **Beratung und Unterstützung bei allen Fragen rund um die Senioren- und Behindertenhilfe** an.

KONTAKT

Gesundheitsamt des Regionalverband Saarbrücken

Beratungsstelle für Senioren und Menschen mit Behinderungen

Stengelstraße 10-12, 66117 Saarbrücken

Telefon: 0681 506-5445

E-Mail: gesundheitsberatung@rvsbr.de

PFLEGESTÜTZPUNKT IM RVSBR

Die Pflegestützpunkte informieren über wichtige **medizinische und pflegerische Angebote in der Region**, über alle Möglichkeiten der ambulanten oder stationären Versorgung im Pflegefall sowie über Alltagshilfen in Ihrer Nähe.

KONTAKT

Gesundheitsamt des Regionalverbands Saarbrücken

Stengelstraße 12, 66117 Saarbrücken

Telefon: 0681 506-5322

E-Mail: sb-mitte@psp-saar.de

NETZWERK DEMENZ IM RVSBR

Das Netzwerk Demenz im Regionalverband Saarbrücken ist ein Zusammenschluss vieler Partner, die sich für eine bessere Versorgung und Pflege von Menschen mit Demenz einsetzen.

KONTAKT

Netzwerk Demenz

Ansprechpartnerin: Martina Stapelfeldt-Fogel

Stengelstraße 10-12, 66117 Saarbrücken

Telefon: 0681 506-5325

E-Mail: martina.stapelfeldt-fogel@rvsbr.de

SOZIALCARD: VERGÜNSTIGUNGEN FÜR SENIORINNEN UND SENIOREN

Seniorinnen und Senioren mit Wohnsitz in Saarbrücken können die **SozialCard** erhalten, wenn sie Grundsicherung im Alter oder bei Erwerbsminderung nach dem Sozialgesetzbuch XII beziehen. Genauere Informationen dazu erhalten diese Berechtigten bei ihrer zuständigen Sachbearbeitung.

Mit der SozialCard profitieren Sie von **vergünstigten Fahrpreisen** im öffentlichen Nahverkehr sowie **Ermäßigungen für Freizeitaktivitäten und kulturelle Veranstaltungen**.

KONTAKT

SozialCard

Ansprechpartnerin: Jennifer Henkes

Telefon: 0681 905-3485

E-Mail: jennifer-henkes@saarbruecken.de

WINDELBONUS

Seniorinnen und Senioren mit Wohnsitz in Saarbrücken, die dauerhaft an Inkontinenz leiden, können den Windelbonus beantragen. Dafür ist ein ärztliches Attest erforderlich.

Der **Antrag** kann beim **Bürgeramt der Landeshauptstadt Saarbrücken** oder online unter **www.saarbruecken.de/windelbonus** gestellt werden. Berechtigte erhalten einmal pro Jahr eine Pauschale von 55,00 €, um die höheren Entsorgungskosten auszugleichen.

STELLUNGNAHMEN & WISSENSWERTES

TEILHABE AN DIGITALISIERUNG

Die Digitalisierung verändert unsere Gesellschaft und bietet auch älteren Menschen neue Möglichkeiten, etwa um Einsamkeit zu vermeiden oder soziale Kontakte zu pflegen. **Dennoch sind 26 % der über 60-Jährigen im Saarland – das sind rund 83.500 Menschen – nie im Internet unterwegs.**

Es besteht daher dringender Handlungsbedarf, um älteren Menschen **unabhängig von sozialem Status, Bildung oder Einkommen** den Zugang zur digitalen Welt zu erleichtern.

Der Seniorenbeirat setzt sich für folgende Maßnahmen ein:

- **Flächendeckender Mobilfunk- und Internetzugang**, damit alle von digitalen Angeboten profitieren können.
- **Freies WLAN an öffentlichen Plätzen und in Pflegeeinrichtungen**, um den Zugang zu erleichtern.
- **Einfache, intuitiv bedienbare Geräte**, die speziell auf die Bedürfnisse älterer Menschen zugeschnitten sind.
- **Finanzielle Unterstützung** für Menschen mit geringem Einkommen, damit sie sich digitale Technik leisten können.
- **Dauerhafte, kompetente Begleitung** in der digitalen Welt, damit niemand allein gelassen wird.
- **Schulungen für digitale Kompetenzen**, um die Sicherheit und Selbstständigkeit im Umgang mit Technik zu fördern.
- **Einbindung älterer Menschen in Forschung und Entwicklung**, um seniorengerechte Technologien aktiv mitzugestalten.

Unser Ziel ist es, allen älteren Menschen den **Zugang zur digitalen Welt** zu ermöglichen und sie dabei zu unterstützen, digitale Angebote sicher und selbstständig zu nutzen.

KONTAKT

Ansprechpartner für Digitale Teilhabe von Seniorinnen und Senioren

Peter Weyand

Telefon: 06806 497 89 99

E-Mail: peterweyand@icloud.com

Mauritius Weiten

Telefon: 0152 282 702 81

E-Mail: m.weiten@freenet.de

AKTUELLES ZUR VERKEHRSPOLITIK von Thomas Emser

Liebe Seniorinnen und Senioren,

in meinem letzten Bericht zur **Situation des Nahverkehrs** in Bezug auf die Gruppe der älteren Menschen in Saarbrücken war ich intensiv auf die Mängel des ÖPNV und damit verbunden auf die barrierefreien Haltestellen eingegangen. Ferner hatte ich die Problematik des Roller- und Radverkehrs in Saarbrücken angesprochen. Was hat sich nun nach einem Jahr getan?

Als Ergebnis der Anhörung über den aktuellen **Nahverkehrsplan** (NVP) für 2024, haben die Verantwortlichen für die Planung insgesamt 284 Vorschläge erhalten. Davon sind 122 Anregungen innerhalb des NVP grundsätzlich regelbar. Die Übrigen sind entweder zu detailliert für die Festlegungen innerhalb des NVP oder aber sie sind umgekehrt der übergeordneten strategischen Verkehrsplanung des Verkehrsentwicklungsplanes (VEP) zuzuordnen. Diese Anregungen werden daher gesammelt und werden in der Folge bei den jeweiligen passenden Planungen berücksichtigt. Die einzelnen Anregungen aufzuführen, würde den Rahmen sprengen, deshalb gehe ich lediglich auf die wesentlichen Eckdaten ein, die als Verbesserungen an die Planer*innen weitergegeben wurden.

Neben klimarelevanten Themen ging es im Wesentlichen auch um die Nutzung des ÖPNV innerhalb des von der Saarländischen Nahverkehrs-Service GmbH angefahrenen **Haltepunkte**. Dabei waren Auslastung und Taktung ein wichtiger Faktor. Auch waren die oftmals notwendigen Anschlüsse zur Erreichung der individuellen Ziele relevant. Die barrierefreien Haltepunkte standen ebenso im Fokus wie die Erreichbarkeit von **Fahrkartenautomaten** und damit auch verbunden der Erwerb von Fahrkarten.

Des Weiteren stellte sich die Frage, wie man im ÖPNV mit dem **Fahrrad** oder mit dem **Roller** unterwegs sein kann. Alles wichtige Detailfragen, welche es gilt, optimal zu lösen. Zur Problematik von Rollern und Fahrrädern kann festgehalten werden, dass zum einen der Ausbau von Fahrradstraßen und Fahrradwegen kontinuierlich fortgesetzt wird, zum anderen wurden mit dem Betreiber des Rollerverleihs TIER Gespräche geführt, um eine bessere Qualität bei der Einsammlung von Rollern zu erreichen. Damit erhofft man sich eine bessere Situation in Bezug auf die Sicherheit auf den Bürgersteigen, wo oft die Roller Stolperfallen und somit eine Gefährdung von Seniorinnen und Senioren darstellen.

Insgesamt ist festzustellen, dass es **leichte Verbesserungen im Nahverkehr** gibt. Für die ältere Generation ist dies aber auf keinen Fall ausreichend. Der Seniorenbeirat wird darum auch künftig die Belange der Seniorinnen und Senioren kritisch betrachten und versuchen, in deren Sinne weitere Verbesserungen im Nahverkehr zu erreichen.

Ihr Thomas Emser

KONTAKT

Ansprechpartner: Thomas Emser
(Stellv. Vorsitzender des Seniorenbeirates)
E-Mail: tom.emser@t-online.de



DER FAHRGASTBEIRAT DER SAARBAHN

Zwölfte Tätigkeitsperiode gestartet

Bereits zum zwölften Mal hat er sich neu konstituiert: der Fahrgastbeirat der Saarbahn. Zum Start der neuen Amtsperiode hat das beratende Gremium in seiner Sitzung im September 2024 den 24-jährigen Einzelhandelskaufmann Lukas Pein als Sprecher und den 69-jährigen Rentner Gerhard Zimmermann als seinen Stellvertreter gewählt. Das Gremium versteht sich als Bindeglied zwischen den Fahrgästen auf der einen, und der Saarbahn als Verkehrsunternehmen auf der anderen Seite.

Der **Fahrgastbeirat**, der für zwei Jahre berufen wird, beschäftigt sich mit allen Themen rund um Saarbahnen und Busse, beispielsweise Linienführung, Haltestellen, Fahrpläne, Fahrgastinformation und Kundenservice. Die 17 Mitglieder des Laiengremiums repräsentieren die Fahrgäste der Saarbahn, wie etwa Berufspendler, Senior*innen, Schüler, Studenten oder mobilitäts-

eingeschränkte Menschen. Daneben werden ständige Gastmitglieder in den Beirat entsandt, auch ein Mitglied des Seniorenbeirats.



Pro Jahr gibt es bei der Saarbahn zwei **Fahrgastbeiratssitzungen**, in denen sich die gewählten Nahverkehrsnutzer und Fachleute des Verkehrsunternehmens zum Nahverkehrsangebot austauschen. Darüber hinaus bringen die Mitglieder des Fahrgastbeirates ihre Einschätzungen und Vorschläge im Rahmen von schriftlichen Abfragen ein. Fahrgäste, die Fragen haben, können sich an die Ansprechpartnerin der Saarbahn wenden.

KONTAKT

Stabsstelle Strategische Projekte

Leiterin: Katharina Meßner-Schalk

Telefon: 0681 5003-170

E-Mail: fahrgastbeirat@saarbahn.de

weitere Infos unter: www.saarbahn.de/fahrgastbeirat



SENIOREN IN DER KOMMUNE SAARBRÜCKEN E.V.

Der Verein „Senioren in der Kommune Saarbrücken e.V.“ hat das Ziel, den Erfahrungsaustausch älterer Bürgerinnen und Bürger zu fördern. So können sie ihr Wissen, ihre Fähigkeiten und ihre Zeit für ehrenamtliche Tätigkeiten in Städten und Gemeinden einbringen. Im Sommer 2015 wurde der Förder-

verein gegründet. Der Verein freut sich über jede Unterstützung – sei es finanziell oder durch persönliches Engagement.

Wenn Sie den Verein unterstützen möchten, können Sie eine Spende auf folgendes Konto überweisen:

Bank: Sparkasse Saarbrücken
BIC: SAKSDE55XXX
IBAN: DE70 5905 0101 0067 0806 63

Geben Sie bitte Ihre vollständige Anschrift an, damit Ihnen eine Spendenbescheinigung ausgestellt werden kann.



KONTAKT

Ansprechpartnerin: Martina Schäfer
Telefon: 0681 589 6161

CONSEIL DES SENIORS DE LA GRANDE RÉGION (CSGR)

Der 2023 gegründete Verein hat seinen Sitz in Luxemburg und setzt sich dafür ein, politische Entscheidungsträger für eine interregionale Perspektive in der Seniorenpolitik zu gewinnen. Ziel ist es, gemeinsame Meinungen und Empfehlungen zu formulieren, um die gesellschaftliche Teilhabe und älterer Menschen in der Großregion zu stärken und deren Wohlbefinden zu verbessern.

Der **CSGR** arbeitet an lösungsorientierten Ansätzen für seniorenpolitische Herausforderungen in der Großregion und fördert den Austausch bewährter Verfahren in der Großregion.

KONTAKT

Seniorenbeirat Saarbrücken

Lothar Arnold
Telefon: 0681 572 53
E-Mail: seniorenbeirat@saarbruecken.de

WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN

BROSCHÜRE „ÄLTER WERDEN IN SAARBRÜCKEN“

Die **Broschüre** des städtischen Amtes für Gesundheit, Prävention und Soziales „Älter werden in Saarbrücken“ bietet umfassende Informationen und hilfreiche Kontakte für Seniorinnen, Senioren und ihre Angehörigen.

Interessierte Bürger erhalten die Broschüre kostenlos an folgenden Stellen:

- Infotheke im Rathaus St. Johann
- Kulturinfo am St. Johanner Markt
- Bezirksbürgermeister*innen West, Mitte, Halberg und Dudweiler

Zusätzlich kann der Seniorenratgeber beim Amt für Gesundheit, Prävention und Soziales angefordert oder auf der städtischen Website in digitaler Form heruntergeladen werden.

Impressum

Herausgeber

Seniorenbeirat Saarbrücken

Redaktion

Seniorenbeirat Saarbrücken, Amt für Gesundheit, Prävention und Soziales

Layout & Satz

Amt für Gesundheit, Prävention und Soziales

Druck

Altes-Media, Hochstraße 146, 66115 Saarbrücken, Telefon: 0177 7861305

Mail: altes-media@web.de

Erscheinungsdatum

April 2025



**INFORMIEREN.
BERATEN.
MITGESTALTEN.**



www.saarbruecken.de/seniorenbeirat



Über Kredite sprechen? Besser mit uns.

**Der Sparkassen-
Privatkredit
mit Top-Beratung.**



sk-sb.de/privatkredit

Weil's um mehr als Geld geht.



**Sparkasse
Saarbrücken**