



Tagung

Das Alter neu denken.

Über die Notwendigkeit, ein neues Bild vom Alter zu entwerfen.

Wie sehen wir das Alter? Wie möchten wir selbst älter werden? Über das Älterwerden wird viel gesprochen – oft über, aber selten mit älteren Menschen. Genau das möchten wir ändern.

Bei der Tagung kommen Ältere und Jüngere, Fachkräfte und Engagierte miteinander ins Gespräch. Gemeinsam wollen wir über Vorstellungen vom Alter nachdenken, Erfahrungen teilen und Wege entdecken, wie verschiedene Generationen mehr Verständnis füreinander und einen respektvollen Umgang miteinander entwickeln können.

Ein inspirierender Vortrag eröffnet den Nachmittag. Danach laden spannende Workshops zur gesellschaftlichen Teilhabe und zum bürgerschaftlichen Engagement zum Mitdiskutieren und Mitgestalten ein.

Die begleitende Foto- und Videoausstellung „Unser Stuttgart – in jedem Alter“ der Stadt Stuttgart zeigt, wie vielfältig Altern heute aussieht – jenseits von Klischees und Rollenbildern.

Ob Sie schon mittendrin im Älterwerden sind, beruflich mit älteren Menschen arbeiten oder einfach neugierig auf neue Perspektiven sind: Dieser Tag bietet Raum für Begegnung, Austausch und Inspiration. Gemeinsam gestalten wir die Altersbilder von morgen – offener, realistischer und vielfältiger.

 07. Mai 2026, 13:30–18:00 Uhr

 Altes Feuerwehrhaus Süd, Möhringer Straße 56, 70199 Stuttgart

Eine Kooperation der Landeshauptstadt Stuttgart mit dem StadtSeniorenRat Stuttgart e.V. und der Bürgerstiftung Stuttgart.

STUTTGART



Bürgerstiftung Stuttgart
Wir stärken Stuttgart.



**StadtSeniorenRat
Stuttgart e.V.**

PROGRAMM

- 13:30 Uhr Ankommen
- 14:00 Uhr **Grußwort**
Dr. Alexandra Sußmann, Bürgermeisterin für Soziales, Gesundheit und Integration
- Einführung in das Thema Altersbilder**
Gabriele Reichhardt, Abteilung Strategische Sozialplanung
- Vortrag und Diskussion**
Die Notwendigkeit, ein neues Bild vom Alter zu entwerfen
Prof. Dr. habil. Eva-Marie Kessler, MSB Medical School Berlin - Hochschule für Gesundheit und Medizin
- Kaffeepause
- ca. 16:00 Uhr Parallele Workshops
- Warum uns Altersbilder gesund machen**
Prof. Dr. Verena Klusmann-Weißkopf, Hochschule Furtwangen University
- Armut im Alter**
Monika Bradna, Abteilung Strategische Sozialplanung
- Gemeinsam in Vielfalt älter werden - wie können wir zusammenfinden?**
Sara Alterio, Mergime Mahmutaj, Abteilung Integrationspolitik
- „...und die Alten ehren“**
Elisabeth Hege, Dekanin i.R., Evang. Landeskirche in Württemberg
- Engagiert im Alter - was braucht es dafür?**
Katrin Gebicke, Philipp Morath, Bürgerstiftung Stuttgart Alter in der Arbeit
- Anregende Befunde zur Alterssicherung - zur aktuellen rentenpolitischen Diskussion**
Input: Dr. Jendrik Scholz, DGB Bezirk Baden-Württemberg
Workshop: Rosemarie Bolte und Ulrich Petri, StadtSeniorenRat Stuttgart
- Vorstellung der Ergebnisse aus den Workshops**
- ca. 17:00 Uhr Podiumsdiskussion
Unser Bild von Eurem Alter - Wo und wie finden wir zusammen?
mit Jugendlichen des Team Tomorrow und Mitgliedern des StadtSeniorenRat
Moderation: Niclas Dycke, Bürgerstiftung Stuttgart
- Verabschiedung**
- 18:00 Uhr Ende
- Moderation:** Margarete Voll, StadtSeniorenRat Stuttgart e.V.
Margarete Schumm, Bürgerstiftung Stuttgart

VORTRAG

Die Notwendigkeit, ein neues Bild vom Alter zu entwerfen

Prof. Dr. habil. Eva-Marie Kessler, MSB Medical School Berlin – Hochschule für Gesundheit und Medizin, Prorektorin für Interdisziplinarität und Wissenstransfer, Professorin für Gerontopsychologie

Wir alle haben schon einmal erlebt, dass Alter eine Rolle spielt, ob im Job, in den Medien oder im Alltag. Was vielen aber nicht bewusst ist: Ageismus, also Vorurteile und Diskriminierung aufgrund des Alters, ist weit verbreitet. Noch seltener erkennen wir, wie tief diese Haltungen in uns selbst verankert sind. Forschung zeigt deutlich, dass Ageismus ernsthafte Folgen hat – für Einzelne ebenso wie für die Gesellschaft als Ganzes. Besonders beunruhigend ist die Form von Ageismus, die sich gegen uns selbst richtet. Wenn wir Sätze denken wie „Dafür bin ich zu alt“ oder „Das steht mir nicht mehr zu“, schränken wir uns selbst ein – oft, ohne es zu merken.

PARALLELE WORKSHOPS

Warum uns Altersbilder gesund machen

Prof. Dr. Verena Klusmann-Weißkopf, Hochschule Furtwangen University, Professur für Gesundheitsförderung und Prävention

Welche Altersbilder trage ich in mir – bewusst oder unbewusst? Und wie wirken sie sich auf meine Gesundheit, mein Wohlbefinden und mein Verhalten aus? Und wie kann ich sie verändern? Aktuelle Forschungsergebnisse zu Altersbildern und Gesundheit zeigen, wie eigene Altersbilder reflektiert und verändert werden können. Mit einfachen Strategien für den Alltag lässt sich das eigene Selbstbild stärken und das Altern positiv gestalten.

Armut im Alter

Monika Bradna, Landeshauptstadt Stuttgart, Strategische Sozialplanung

Altersarmut nimmt zu und damit auch ein neues, oft stigmatisiertes Altersbild. Viele ältere Menschen mit geringem Einkommen ziehen sich zurück aus Scham, aus sozialer Unsicherheit und wegen fehlender materieller Ressourcen. Armut im Alter zeigt sich nicht nur in fehlendem Geld, sondern auch in weniger sozialen Kontakten, geringerer Teilhabe und dem Gefühl, „nicht mehr dazuzugehören“. Wie erreichen wir arme ältere Menschen und wie können wir sie in gesellschaftliche Angebote einbeziehen? Wie verändert das Altersbilder?

Gemeinsam in Vielfalt älter werden - wie können wir zusammenfinden?

Sara Alterio, Mergime Mahmutaj, Landeshauptstadt Stuttgart, Abteilung Integrationspolitik

Die Situation älterer Bürger*innen mit Migrationshintergrund rückt immer mehr in den Fokus engagierter Seniorengruppen. Wir wissen heute - auch dank der Wangener Studie - deutlich mehr über die sich verändernde Lebenssituation der Menschen, die vor vielen Jahren nach Deutschland kamen. Aus verschiedensten Gründen wird es immer notwendiger, die Kooperation mit Menschen migrantischen Hintergrunds zu suchen und zu pflegen. Wie kann es gelingen? Ein erfolgreiches Beispiel dient als Anregung dafür, was es braucht, um zusammenzukommen. Die Überlegungen und Erfahrungen der Workshopteilnehmenden ergänzen den Impuls.

„...und die Alten ehren“

Elisabeth Hege, Dekanin i.R., Evang. Landeskirche in Württemberg

Welche Bilder von Alter (und vom Zusammenspiel der Generationen) sind in der Kirche wirksam, welche Rolle spielen Ältere in der kirchlichen Arbeit faktisch? Den demographischen Wandel spüren die Kirchen besonders stark. Was verändert sich derzeit durch den Rückgang an Gemeindegliedern und Ressourcen? Der Workshop bietet nach einem kurzen Impuls Raum zum Austausch über die Rolle der Kirchen in der Seniorenarbeit – und welchen Beitrag die Kirchen zu veränderten Altersbildern leisten können.

Engagiert im Alter – was braucht es dafür?

Katrin Gebicke, Philipp Morath, Bürgerstiftung Stuttgart

Engagement federt für viele Menschen den Übergang vom Erwerbsleben in den Ruhestand ab. Motivation geben z. B. Sinnhaftigkeit, soziale Kontakte, Tagesstruktur, intellektuelle Anregungen und Gestaltungsmöglichkeiten. Wir erleben täglich Menschen, die 70, 80 oder älter sind und eine Engagementgruppe leiten. Für andere ist die Vorstellung, sich zu engagieren nicht wünschenswert, möglich oder sie wissen nicht, wohin sie sich wenden können.

Das Altersbild der / des „älteren Engagierten“ ist also Realität. Wie lässt es sich stärken? Was brauchen Sie, um sich zu engagieren? Was vermissen Sie? Welche Ideen und Gedanken haben Sie zu diesem Thema?

Anregende Befunde zur Alterssicherung – zur aktuellen rentenpolitischen Diskussion

Input: Dr. Jendrik Scholz, DGB Bezirk Baden-Württemberg

Workshop: Rosemarie Bolte und Ulrich Petri, StadtSeniorenRat Stuttgart

Erwerbstätigkeit endet für gesetzliche Versicherte idealtypisch nach 45 Versicherungsjahren und (derzeitig) nach dem vollendeten 65. Lebensjahr. Wegen der oftmals unterbrochenen und nicht durchgängigen Erwerbsbiographien erreichen aktuell fast keine der erwerbstätigen Frauen und wenige der erwerbstätigen Männer die 45 Versicherungsjahre. Dies hat Folgen / Auswirkungen bei Neu-Rentner/innen für die aktuelle Rentenhöhe.

Nach einem Informationsteil durch Dr. Jendrik Scholz gibt es Gelegenheit zum Austausch zur Frage: Möchte ich noch weiterarbeiten – oder muss ich noch weiterarbeiten? Welche Erfahrungen habe ich gemacht?

PODIUMSDISKUSSION

Unser Bild von Eurem Alter – Wo und wie finden wir zusammen?

mit Jugendlichen des Team Tomorrow und Mitgliedern des StadtSeniorenRat Stuttgart

Moderation: Niclas Dycke, Bürgerstiftung Stuttgart

Wie viele Vorurteile stecken in den Aussagen, die junge Menschen über ältere Menschen machen - und umgekehrt? Wie können die Generationen einander besser verstehen, wertschätzender übereinander reden und gemeinsam die Welt von morgen gestalten? Denn die Initiative beider Generationen wird gebraucht werden für eine lebenswerte Zukunft.

Auf dem Podium tauschen sich junge Menschen aus dem Team Tomorrow und dem Jugendbeirat Stuttgart mit Mitgliedern des StadtSeniorenRats aus.



ANMELDUNG ZUR TAGUNG

Anmeldung bitte bis spätestens **16.04.2026** online unter:
<https://www.domino1.stuttgart.de/web/refsgi/einladung.nsf>

Bitte beachten Sie: Nach erfolgreicher Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung. Die Teilnehmerzahl der Tagung ist begrenzt. Die Teilnahmezusage erfolgt separat nach Anmeldeschluss.