

**MINISTERIN FÜR FAMILIE, SOZIALES,
WOHNEN UND GESUNDHEIT**

LYDIA KLINKENBERG

Eupen, 03.09.2026

Seniorentagung „Altern ist gesund“

Impulse, Austausch und praktische Anregungen für ein erfülltes Leben im Alter

Wie gelingt es, gesund, selbstbestimmt und mit Lebensfreude älter zu werden? Welche Wohnformen bieten Perspektiven für die Zukunft? Wie kann der Alltag mit Demenz gelingen? Und welche Rolle spielen Bewegung, Ernährung und die eigene Lebensgeschichte für das Wohlbefinden im Alter?

Mit diesen und weiteren Fragen beschäftigt sich die Seniorentagung „**Altern ist gesund**“, zu der die Deutschsprachige Gemeinschaft alle Seniorinnen und Senioren, Angehörigen sowie interessierte Familienmitglieder herzlich einlädt.

Die Tagung findet an zwei Terminen statt:

22. September 2026 im Kloster Heidberg, Eupen
20. Oktober 2026 im Triangel, St. Vith

Das Programm ist an beiden Tagen identisch. Die Teilnehmenden können ihr persönliches Tagesprogramm zusammenstellen und zwischen verschiedenen Themenangeboten wählen.

Spannende Vorträge und praxisnahe Workshops:

Den Auftakt macht die renommierte Altersforscherin **Dr. Stefanie Wiloth** mit einem inspirierenden Impulsreferat über positives Altern. Dabei zeigt sie auf, wie körperliche, geistige und soziale Ressourcen zu einem erfüllten Leben im Alter beitragen können.

Anschließend können die Teilnehmer zwischen den Bereichen Wohnen oder Demenz und zwischen Gesundheitsförderung oder Biographiearbeit ihre Schwerpunkte auswählen.

- **Wohnen im Alter:** Vortrag und Workshop zu gemeinschaftlichen Wohnformen mit der ASBL *Habitat & Participation*
- **Demenz:** Tipps für den Alltag, Informationen zum Umgang mit Betroffenen und Möglichkeiten der Unterstützung mit *Frau Wiloth und Frau Mathonet*

Pressekontakt:
Maret van Stiphout
maret.vanstiphout@dgov.be
+32 490 32 04 51

Regierung der Deutschsprachigen Gemeinschaft
Kabinett Ministerin Klinkenberg
Klötzerbahn 32, 4700 Eupen
www.lydiaklinkenberg.be

- **Gesundheitsförderung:** Vortrag und Bewegungsworkshop mit *Annette Gall* rund um Bewegung, Ernährung und gesundes Altern
- **Biographiearbeit & Lebensverfügung:** Reflexion über persönliche Werte, Wünsche und Vorstellungen für das eigene Älterwerden mit *Daniela Grün und Anouschka Nyssen*

Darüber hinaus lädt ein „Markt der Möglichkeiten“ zum Austausch mit Organisationen und Initiativen aus dem Seniorenbereich ein.

Für das leibliche Wohl ist gesorgt. Getränke und ein Mittagessen sind im Tagesprogramm vorgesehen.

Anmeldung:

Anmeldungen sind bis spätestens **14. September 2026** möglich per **E-Mail:** anmeldungen@dgov.be oder per **Telefon: 087 596 300**

Bitte bei der Anmeldung folgende Angaben machen:

- Name und Vorname
- Wohnort
- Teilnahmestandort (Eupen oder St. Vith)
- Auswahl des Vormittagsthemas:
 - Wohnen **oder** Demenz
- Auswahl des Nachmittagsthemas:
 - Gesundheitsförderung **oder** Biographiearbeit

„Nutzen Sie die Gelegenheit! Die Tagung bietet wertvolle Informationen, praktische Anregungen und die Möglichkeit, sich mit Expertinnen, Experten und anderen Interessierten auszutauschen. Ob für sich selbst, für Angehörige oder mit Blick auf die eigene Zukunft: „Altern ist gesund“ zeigt Wege auf, das Älterwerden aktiv und positiv zu gestalten“, erklärt die Ministerin für Gesundheit und lädt alle Interessierten herzlich ein, an der Tagung teilzunehmen.

Die Plätze sind begrenzt. Eine frühzeitige Anmeldung wird empfohlen.

Mehr Infos finden Sie unter:

ostbelgienlive.be

Pressekontakt:

Maret van Stiphout
maret.vanstiphout@dgov.be
 +32 490 32 04 51

Regierung der Deutschsprachigen Gemeinschaft

Kabinet Ministerin Klinkenberg
 Klötzerbahn 32, 4700 Eupen
www.lydiaklinkenberg.be