



Seniorentag

*„Sicherheit, Gesundheit &
digitale Teilhabe“*

Stadthalle Ratingen

10.10.2026 ■ 11-16 Uhr

Grußwort

Liebe Seniorinnen, liebe Senioren,

herzlich willkommen beim Seniorentag in unserer Stadthalle! Ich freue mich sehr, dass nach vier Jahren Pause wieder einmal ein solcher „Markt der Möglichkeiten“ stattfindet. Im Jahr unseres großen Stadtjubiläums bringt der Seniorenrat damit die Themen und Anliegen der älteren Generation sehr deutlich zur Geltung. Sehr gern habe ich die Schirmherrschaft über den Seniorentag übernommen, denn diese Themen sind auch mir ein persönliches Herzensanliegen.



Nach den Wahlen im vergangenen Jahr hat der neu gebildete Seniorenrat die Zeit genutzt, um sich zu strukturieren und mit frischen Ideen an die Arbeit zu gehen. Ein Ergebnis, das sich mehr als sehen lassen kann, ist der Seniorentag. Die Besucherinnen und Besucher erwartet ein abwechslungsreiches Programm mit informativen Vorträgen und zahlreichen Mitmach-Aktionen.

Mein besonderer Dank gilt dem Team des Seniorenrates, das diesen Messe-Tag mit großem Einsatz vorbereitet hat. Stellvertretend möchte ich Andrea Behrens nennen, die als Vorsitzende mit viel Engagement, Kreativität und Ausdauer die Organisation maßgeblich geprägt hat.

Ich wünsche dem Seniorentag einen erfolgreichen Verlauf und allen Besucherinnen und Besuchern einen schönen Tag mit inspirierenden Begegnungen.

Herzlichst



Bürgermeister und Schirmherr

Messe- & Infostände

Während des Seniorentages sind von 11 bis 16 Uhr diese Ausstellerinnen und Aussteller mit folgenden Themen an Messe- und Infoständen im großen Saal (Suitbertussaal) der Stadthalle präsent:

- **Bewegung, Sport und Gesundheit**
BSG Ratingen
- **Seniorenreisen: Auch im Alter die Welt erleben**
Reisebüro Lintorf
- **Sorglos in die Wohnzukunft – neue Wege gehen**
Eli Vidra (Architektin/Innenarchitektin)
- **Mobilität im Alter**
Sanitätshaus Höfges & Koch
- **Rund um den Hausnotruf**
Deutsches Rotes Kreuz
- **Sicherheit auf Knopfdruck**
Johanniter Unfallhilfe
- **Hilfsangebote der Diakonie**
Diakonie Kreis Mettmann
- **Gut beraten mit den Digitalpaten**
„Arbeitsgemeinschaft der Verbraucher im Kreis Mettmann e.V.“
- **Mit Pflegescouts vorbereitet auf den Medizinischen Dienst**
„Arbeitsgemeinschaft der Verbraucher im Kreis Mettmann e.V.“
- **Seniorengerecht: Digitale Technik für Einsteiger**
Firma Euronics XXL



Messe- & Infostände

- **Demenznetz Ratingen**
Stadt Ratingen
- **Die Rateringer Begegnungsstätten – ein bunter Schatz an Möglichkeiten**
Städtische Begegnungsstätten und Begegnungsstätten freier Träger
- **Low Vision-Hilfsmittel und Assistenzsysteme für Sehbehinderte und Blinde**
Firma Reinecker Vision
- **Rund ums Ohr gut versorgt**
Hörakustik Plaßmann
- **Teilhabe und selbstbestimmt leben mit Sehbehinderung**
Blinden- und Sehbehindertenverein Mettmann
- **Seit 1950 stark für Ihre Rechte und für Gemeinschaft**
Sozialverband VdK
- **Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung**
Hospizbewegung Ratingen
- **Begegnungslots*innen 60+ in Ratingen: Angebote entdecken, weiterempfehlen und gemeinsam ausprobieren.**
Bundesfreiwilligendienst 60plus / Diakonie RWL
- **Teilhabe-Beratung**
EUTB
- **Sicher. Aktiv. Informiert**
Polizei
- **Wieder gut hören**
Gut Hören



Messe- & Infostände

- **Fitnesstraining als Helfer für den Alltag**
TuS 08 Lintorf
- **Sturzprophylaxe im Alter**
Physiotherapie Heitbrink
- **Momente, die unser Leben prägten**
Diashow
- **Begrüßung und Infopunkt** → Foyer
Seniorenrat der Stadt Ratingen

Auf dem Vorplatz der Stadthalle sind während des Seniorentages diese Ausstellerinnen und Aussteller vertreten:

- **Busfahren mit Rollator**
Rheinbahn
- **Im Notfall für Sie da**
Krankenfahrdienst Schröder
- **Einsatzfahrzeug der Polizei**
Polizei Kreis Mettmann
- **Einsatzfahrzeug der Feuerwehr**
Feuerwehr Ratingen



Mitmach-Aktionen

In und vor der Stadthalle finden während des Seniorentages von 11 bis 16 Uhr folgende Mitmach-Aktionen und Ausstellungen statt:

- **Sicher mit der Rheinbahn – mit Rollator und Rollstuhl**
Rheinbahn
→ Vorplatz der Stadthalle
- **Rollatoren-Teststrecke**
Sanitätshaus Höfges & Koch
→ Rollator-Parcours in der Stadthalle
- **Schwungvoll in die nächsten Jahre**
BSG Ratingen (Bewegung-Sport-Gesundheit)
→ Mitmach-Aktionen in der Stadthalle
- **Erinnern macht Freude – machen Sie mit!**
Stadt Ratingen: Infostand Demenznetzwerk
→ Mitmach-Aktionen in der Stadthalle



Mitmach-Aktionen

- **Lebensfreude ist keine Frage des Alters**
Stadt Ratingen: Städtische Senioren-
begegnungsstätten mit kleinem
Rahmenprogramm
→ Mitmach-Aktionen in der Stadthalle



Vorträge

Während des Seniorentages finden ab 11:30 Uhr Vorträge zu verschiedenen Themen statt. Sie dauern zwischen 45 und 60 Minuten – einschließlich Zeit für Fragen und einer kurzen Pause. Nach den Vorträgen können Fragen aus dem Publikum gestellt werden. Direkt im Anschluss stehen die Referentinnen und Referenten für weitere Auskünfte und Informationen zur Verfügung.

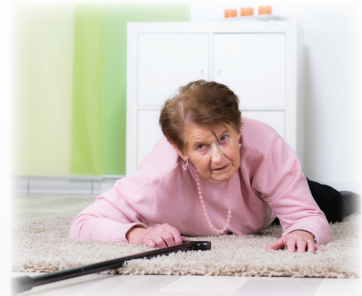
Die Moderation übernimmt Christiane Maria Schepers, die auch durch den gesamten Seniorentag führt.

- **11:30 Uhr Vorstellung des digitalen Zahlsystems „Calo“**
Rheinbahn
- **12:30 Uhr Ihre Finanzen in der Tasche – wie Sie Online-Banking sicher und effektiv nutzen**
Sparkasse HRV



Vorträge

- **13:15 Uhr** **Drei unter einem Dach:
Digitalpaten, Pflegescouts
und Digitale Brücken
gegen Einsamkeit – der Verein
„Arbeitsgemeinschaft der
Verbraucher im Kreis
Mettmann e.V.“ stellt sich vor**
Erwin Knebel
- **14:00 Uhr** **Sturzprophylaxe im Alter**
Physiotherapie Heitbrink
- **14:45 Uhr** **Die Bedeutung guten Hörens
für die Gesundheit – und was
moderne Hörgeräte leisten
können**
Hörgeräteakustiker Plaßmann
- **15:30 Uhr** **Gut sehen – gut leben: Warum Augengesundheit heute
wichtiger ist denn je**
Ulrike Hermann / Seniorenrat



STADT RATINGEN
DER BÜRGERMEISTER

Impressum

Seniorenrat der Stadt Ratingen | Vorsitzende Andrea Behrens
Tel. 0157 / 333 60 422 | E-Mail: info@seniorenrat.de | Homepage: www.ratingen-seniorenrat.de
Amt für Soziales, Wohnen und Integration; Abteilungsleitung für Seniorenangelegenheiten
Sabine Bretschneider; Minoritenstraße 2-6, 40878 Ratingen; Tel. 02102 / 550-5059

Fotos: AdobeStock 208315728, 105670204, 190432535, 41168140, 101351559, Petra Bork_pixelio, cdc_Usplash,
Joachim Dangelmeyer, Feuerwehr Ratingen, Sandor Kasko_Fotolia, Polizei Kreis Mettmann,

Gestaltung: Joachim Dangelmeyer | Redaktionsbüro (j.dangelmeyer@t-online.de)

