

Nr. 69/2026

Magdeburg, 16.09.2026

Ansprechpersonen:

Prof. Dr. Anita Hökelmann,
Bereich für Sportwissenschaft
anita.hoekelmann@ovgu.de

Dr. Antonio Roselli
Zentrum für wissenschaftliche
Weiterbildung
antonio.roselli@ovgu.de

Kontakt in der Pressestelle:

Katharina Vorwerk
Pressesprecherin
0391 67-58751
katharina.vorwerk@ovgu.de

ALT UND IM ABSEITS?

Erster Internationaler Seniorenkongress an der Universität Magdeburg verbindet Forschung mit konkreten Wegen zu Selbstständigkeit und Teilhabe

Die Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg bringt anlässlich des Weltseniorentags beim ersten Internationalen Seniorenkongress ältere Menschen und Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler aus Deutschland, Spanien und Portugal zusammen, um Wege aufzuzeigen, wie Selbstständigkeit und gesellschaftliche Teilhabe im Alter erhalten werden können.

Der Weltseniorentag am 1. Oktober, offiziell der Internationale Tag der älteren Menschen, wurde von den Vereinten Nationen ausgerufen und macht weltweit auf die Rechte und Lebensbedingungen von Seniorinnen und Senioren aufmerksam. Im Mittelpunkt stehen Selbstbestimmung, gesellschaftliche Teilhabe und ein Altern in Würde.

Nach der Bevölkerungsvorausberechnung des Statistischen Bundesamtes wird bereits 2035 jeder vierte Mensch in Deutschland mindestens 67 Jahre alt sein. Zugleich lebte 2024 gut jeder dritte Mensch ab 65 Jahren allein, wie Daten des Mikrozensus zeigen. Alleinleben bedeutet zwar nicht automatisch Einsamkeit, unterstreicht aber die Bedeutung erreichbarer Unterstützung, lebendiger Nachbarschaften und sozialer Kontakte. Die Frage, wie Menschen möglichst lange selbstständig leben und die Gesellschaft mitgestalten können, greift der Magdeburger Seniorenkongress mit Erkenntnissen aus der Forschung und praktischen Angeboten auf.

Der Kongress verbindet drei Themen: gesund bleiben, in Bewegung kommen und Gesellschaft mitgestalten. Fachleute aus Neurowissenschaften, Medizin und Sportwissenschaft erläutern, wie sich das Gedächtnis im Alter verändert und wie körperliches Training Herz und

Gehirn unterstützt. In Workshops vermitteln Expertinnen und Experten für Ernährung, Zahngesundheit und Quartiersentwicklung alltagstaugliches Wissen – von gesunder Ernährung bis zur Mitsprache bei der Gestaltung des eigenen Wohnviertels. Unter Anleitung von Fachleuten aus Deutschland, Spanien und Portugal können die Seniorinnen und Senioren Tanz, Gymnastik, Karate und gemeinsame Spiele ausprobieren. Die Übungen zielen auf Gleichgewicht, Kraft, Koordination und Freude an gemeinsamer Bewegung.

Interessierte sind herzlich eingeladen. Die Teilnahme an der zweitägigen Veranstaltung ist kostenfrei.

WAS: Erster Internationaler Seniorenkongress an der Universität Magdeburg

— **WANN:** 30.09. bis 01.10.2026, Eröffnungsveranstaltung um 11:00 Uhr im Beisein der Landesministerin für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Gleichstellung, **Petra Grimm-Benne**, und des Rektors der Universität Magdeburg, **Prof. Dr.-Ing. Jens Strackeljan**

WO: Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg, Hörsaal 6, Campus Zschokkestraße, 39106 Magdeburg

— Workshops und Bewegungsangebote finden im benachbarten Gebäude 40 sowie in den Sporthallen 1 und 2 statt. **Anmeldungen** dafür sind bis zum 22. September 2026 über die Kongresshomepage link.ovgu.de/seniorenkongress möglich. Für die Bewegungseinheiten sind **Sportkleidung und Turnschuhe** mitzubringen.

Veranstalter des Ersten Internationalen Seniorenkongresses sind die Universität Magdeburg, die europäische Hochschulallianz EU GREEN, die Landesseniorenvertretung Sachsen-Anhalt und die Landeshauptstadt Magdeburg.

WhatsApp-Kanal der Pressestelle

Bleiben Sie auf dem Laufenden! Über den WhatsApp-Kanal der Pressestelle Universität Magdeburg informieren wir Sie schnell und verlässlich über aktuelle Pressemitteilungen, Termine und Hinweise für Medien, Statements der Universitätsleitung, das Campusleben und geben Updates in besonderen Situationen und Krisenlagen. Jetzt folgen: <https://link.ovgu.de/whatsapppresse>.