

Was ist der Weltaltentag?

Der 1. Oktober ist der Internationale Tag der älteren Menschen (Weltaltentag). Die Vereinten Nationen haben ihn 1990 ins Leben gerufen. Der Weltaltentag macht auf die Bedeutung und die vielfältigen Lebensrealitäten älterer Menschen aufmerksam und setzt ein Zeichen für ein selbstbestimmtes, aktives und wertgeschätztes Leben im Alter.

Mit der bundesweiten Aktion „Ja zum Alter!“ setzt sich die BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen – dafür ein, Altersbilder zu verändern und die Chancen und Potenziale des Älterwerdens sichtbar zu machen. Im Mittelpunkt stehen dabei Wertschätzung, Teilhabe und ein gutes Leben in jedem Alter.

Auch die Universitätsstadt Tübingen beteiligt sich dieses Jahr an der Aktion und lädt am 1. Oktober 2026 zu einem vielfältigen Programm rund um den Weltaltentag ein.



Im Rahmen der Interkulturellen Woche
26. September bis 11. Oktober 2026



Danke!

Ein bunter und vielfältiger Weltaltentag lebt vom gemeinsamen Engagement. Unser herzlicher Dank gilt allen Kooperationspartner_innen und Unterstützer_innen, die diesen Tag mitgestaltet und mit ihrer Unterstützung bereichert haben!

Kontakt

Anna Debler
Telefon: 07071 204-1922
anna.debler@tuebingen.de

In Kooperation mit:



KUNSTHALLE TÜBINGEN



Impressum
© September 2026

Herausgegeben von der Universitätsstadt Tübingen
Sozialplanung und Entwicklung

Bild: © Universitätsstadt Tübingen
Layout und Druck: Reprintstelle Hausdruckerei

Weltaltentag

Donnerstag, 1. Oktober 2026



Programm

für den Weltaltentag am 1. Oktober 2026

Infostand, Mitmachaktionen und Quiz

Die Universitätsstadt Tübingen, der Stadtseniorenrat und der Kreisseniorenrat Tübingen informieren über Angebote für ältere Menschen. Es gibt Informationen zu den Themen Beratung, Freizeit und Unterstützung. Außerdem gibt es eine interaktive Mitmachaktion zum Thema „Altersfreundliche Stadt“. Zeigen Sie uns, wo es in Tübingen schöne Orte für ältere Menschen gibt aber auch, wo Tübingen Aufholbedarf hat. In einem Quiz mit tollen Preisen können Sie Ihr Wissen rund um das Thema „Alter“ testen.

Grußwort: Bürgermeisterin Dr. Gundula Schäfer-Vogel

Dieser kleine Festakt wird musikalisch begleitet.

Wann: 10 Uhr bis 16 Uhr

Wo: Holzmarkt Tübingen



In der Clinicumsgasse
(ca. 120m entfernt)

Gemeinsamer Spaziergang

Eine gemeinsame Minitour aus der neuen Broschüre des Stadtseniorenrats „Minitouren in und um Tübingen herum“: Vom Holzmarkt geht es über die Platanenallee zum Café Mehrrettich. Wer möchte, kann hier gemeinsam Kaffeetrinken.

Die Rundtour ist ca. 2,5km lang (Gehzeit etwa 40 Minuten). Alternativ kann die Strecke mit dem Bus ab dem Café verkürzt werden (ca. 1,5km, Gehzeit 20 bis 25 Minuten).

Wann: 14.30 Uhr

Wo: Treffpunkt: Holzmarkt Tübingen

Offene Beratung bei der Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörigen e. V.

Sie haben Fragen rund ums Älterwerden oder begleiten einen älteren Menschen? Ob es um Wohnen und selbstständiges Leben, Pflege und Unterstützung im Alltag, Belastungen als Angehörige, Einsamkeit, Demenz oder andere Veränderungen im Alter geht – kommen Sie gerne vorbei. Auch bei persönlichen Fragen, Unsicherheiten oder der Suche nach passenden Hilfsangeboten können Sie sich beraten lassen.

Wann: 16.30 Uhr bis 18 Uhr

Wo: Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige e. V.
Gartenstraße 28, 72074 Tübingen



Kinoabend mit Popcorn

Lebensfreude, zweite Chancen und Liebe im Alter. Der gezeigte Film beleuchtet das Älterwerden, Neuanfänge und die überraschenden Möglichkeiten der digitalen Welt auf humorvolle und unterhaltsame Weise.

Wann: 18 Uhr

Wo: Hirsch Begegnungsstätte für Ältere e. V.
Hirschgasse 9, 72070 Tübingen



Programm

für den 2. Oktober 2026

Disco mit Musik aus den 70ern und 80ern

Ab auf die Tanzfläche! Wir laden zu einer besonderen musikalischen Zeitreise ein: Die Hits der 70er und 80er, Tanzen, Mitsingen, und Erinnern, Gemeinsam feiern, Lachen und den Abend genießen.

Wann: 20 Uhr bis 23 Uhr

Wo: Club Voltaire e. V.
Haaggasse 26b, 72070 Tübingen

Alle Angebote sind kostenlos.

Legende Barrierefreiheit



Zugang barrierefrei



Rollstuhlgerichte Parkplätze vorhanden



Rollstuhlgerichtetes WC vorhanden



Aufzug mit Rollstuhl nutzbar



Toilette für alle