

# „JA zum Alter“ – Caritas setzt Zeichen für mehr Respekt und Teilhabe älterer Menschen

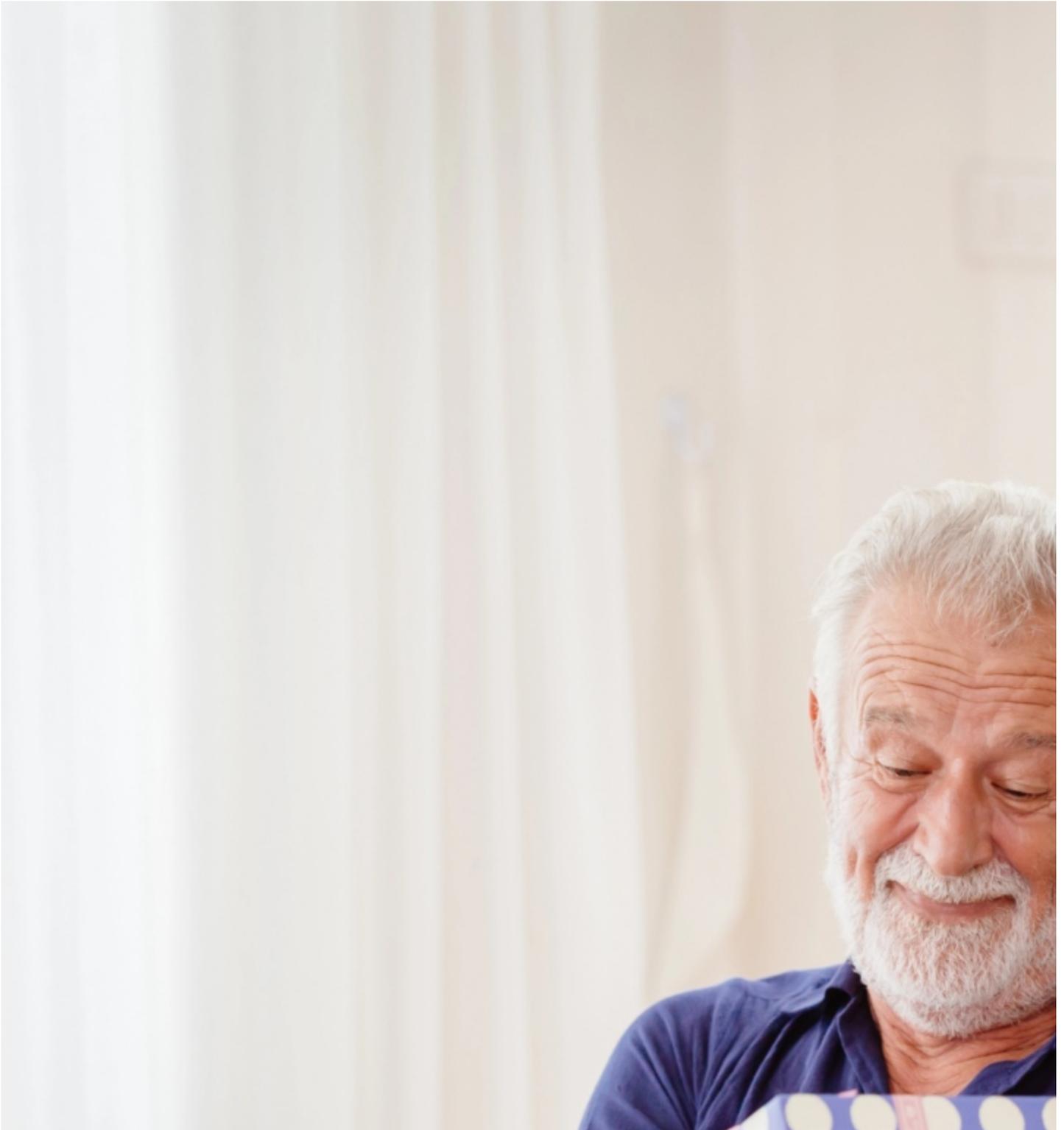
---

Von Pia Klinkhammer

30. September 2025, 10:31

News und Pressemitteilungen

Top-News für Startseite mit Bild





**Köln – Zum Internationalen Tag der älteren Menschen am 1. Oktober beteiligt sich die Caritas im Erzbistum Köln an der bundesweiten Aktion „JA zum Alter“. Mit vielfältigen Angeboten in der Region macht sie deutlich: Alter ist nicht zwangsläufig eine Last, sondern eine wertvolle Lebensphase – für die gesamte Gesellschaft.**

„Alt sein heißt nicht stillstehen – es heißt leben“, betont Irina Gaul, Referentin für offene soziale Senior\_innenarbeit im Kölner Diözesan-Caritasverband. „Wir wollen zeigen, dass Alter keine Grenze, sondern eine Lebensphase voller Möglichkeiten ist. Damit das gelingt, braucht es zeitgemäße professionelle Angebote und Möglichkeiten zur Mitwirkung, etwa durch Ehrenamt.“

Die Caritas warnt vor zunehmender Einsamkeit im Alter – eine Herausforderung, die nicht nur sozial, sondern auch gesundheitlich gravierende Folgen haben kann. Umso bedeutender sind mehr Investitionen in Begegnungsräume, offene Beratungsangebote und quartiersbezogene Projekte, die älteren Menschen Zugänge öffnen. „Unsere Gruppenangebote, Nachbarschaftsinitiativen, Gesprächskreise oder Ehrenamtsprojekte stärken das Miteinander und tragen zur Lebensfreude bei. Das ist keine Kür, sondern eine gesellschaftliche Pflichtaufgabe“, so Gaul.

Der Aktionstag macht sichtbar, was das ganze Jahr über geschieht: Die offene Altenarbeit der Caritas fördert Kontakte, Austausch, Bewegung, Kultur und Bildung. Sie setzt auf Empowerment, nicht auf Defizite. Mit bunten Aktionen – von Flashmobs über Ausstellungen bis hin zu kreativen Projekten – wird am 1. Oktober im Erzbistum Köln gefeiert und gleichzeitig auf die Bedeutung des Alters in all seinen positiven Aspekten aufmerksam gemacht.

#### Auswahl von Veranstaltungen im Erzbistum Köln

- 1. Oktober 2025, Düsseldorf  
Aktionstag „JA zum Alter“ der Caritas Düsseldorf und anderer Wohlfahrtsverbände auf dem Schadowplatz.
- 1. Oktober 2025, 10 bis 16.30 Uhr, Siegburg  
Forum „Leben in Fülle – Freiheit und Alter. Wieviel Ich? Wieviel Wir?“, Katholisch-Soziales Institut.
- 1. Oktober 2025, 15 Uhr, Leverkusen  
Jung trifft Alt im Wohnpark Bürgerbusch, Generationenübergreifendes Spielenachmittag mit Schülerinnen und Schülern der Montanus-Realschule.
- 1. Oktober, 17.30 Uhr, Leverkusen  
Mitsingkonzert mit dem Männergesangsverein Lützenkirchen, Wohnpark Bürgerbusch.

- 1. Oktober 2025, 17 Uhr, Neuss  
Großer Hilde-Knef-Abend im Mariensaal, Kapitelstraße 36  
[www.caritas-neuss.de/aktuelles/news/Fuer-mich-solls-roten-Rosen-regnen/](http://www.caritas-neuss.de/aktuelles/news/Fuer-mich-solls-roten-Rosen-regnen/) (/sites/cv-neuss/.content/article-m/a\_00163.xml)
- Seit September, Bergisch Gladbach / Altenberg  
Fotoausstellung „Das Leuchten des Alters“, u.a. im Altenberger Dom  
[www.caritas-rheinberg.de/aktuelles/DAS-LEUCHTEN-DES-ALTERS/](http://www.caritas-rheinberg.de/aktuelles/DAS-LEUCHTEN-DES-ALTERS/) (/sites/rheinberg-cv/.content/blogentries/be\_00154.xml)
- 17. November 2025, Düsseldorf  
Fachtag „Queeres Leben im Alter(n)“, Maxhaus  
[www.caritas-duesseldorf.de/aktuelles/Fachtag-Queeres-Leben-im-Altern/](http://www.caritas-duesseldorf.de/aktuelles/Fachtag-Queeres-Leben-im-Altern/) (/sites/caritas-duesseldorf/.content/blogentries/be\_00195.xml)
- Fortlaufend: Angebote der Offenen sozialen Altenarbeit  
Caritas im Erzbistum Köln, [www.caritasnet.de/themen/alter-pflege/offene-altenarbeit/](http://www.caritasnet.de/themen/alter-pflege/offene-altenarbeit/) (/sites/dicv/themen/alter-pflege/offene-altenarbeit/)

**Kontakt:**

Irina Gaul

Referentin für Offene soziale Senior\_innenarbeit

Diözesan-Caritasverband für das Erzbistum Köln

0221 2010-242

[irina.gaul@caritasnet.de](mailto:irina.gaul@caritasnet.de)

[www.caritasnet.de](http://www.caritasnet.de)