

Grenzüberschreitender Sprachkreis

Virtuelles Treffen via ZOOM zum Üben der Sprache des Nachbarn im zwei Wochen Takt

Dienstags ab 14:30 Uhr.

Auskunft zu den Terminen + Anmeldung: info@europ-age.eu



Freitag, 16. Juli 2021

Tagesfahrt: in das französische Niedertal mit vielen sehenswerten Stationen wie das Lothringerbauernhaus in Oberdorff, Museum für volkstümliche Kunst und Traditionen, Gomelange, Valmunster, Denting, die Macarons-Konditorei in Boulay, den größten amerikanischen Militärfriedhofs Europas in St. Avold Abfahrt Saarbrücken, Europaallee 18 am Eurobahnhof Nord: 8.15 Uhr. Preis inklusive Busfahrt Führungen, Trinkgeldern, Mittagessen mit Tischgetränken: 67,50 € Mitglieder EUROP'age, 76,50 € Nichtmitglieder. Zurück ca. 19.00 Uhr in Saarbrücken
Infos & Anmeldung Edith Riess Tel. 0681/572 31 o.

Mail: info@europ-age.eu. Bedingt durch Hygiene-Auflage ist die Teilnehmerzahl begrenzt und eine Anmeldefrist: 9. Juli.2021.

Donnerstag, 29. Juli 2021, 17 Uhr

Sind unsere Augen für das Altern gerüstet?

Ort: Bürgerzentrum Mühlenviertel, Richard-Wagner-Str. 6 66111 Saarbrücken. Kostenfrei. Bitte um Anmeldung.

Kleinste Gegenstände auf Entfernung sehen, die Vielfalt der Farben wahrnehmen, auch bei Dunkelheit feine Kontraste erkennen – für junge, gesunde Augen ist das selbstverständlich. Im Lauf des Lebens ändert sich das: Es kommt zu Alterungsprozessen im Auge. Unsere Sehkraft kann stark beeinträchtigt werden, manche Erkrankungen können zur Erblindung führen: Verhärtung oder Trübung der Linse, Glaukom, Netzhautablösung, Makuladegeneration oder Netzhaut-erkrankung durch Diabetes. Prävention, Früherkennung und die richtige Behandlung sind daher essentielle Maßnahmen.

Vortrag von Dr. Philipp Wakili, Augenklinik Sulzbach über die neuesten Behandlungs- und Untersuchungsverfahren.

Kooperation mit dem Blinden- und Sehbehindertenverein für das Saarland e.V.

Donnerstag, 26. August 2021

Tagesfahrt: Saverne mit Schloss Rohan, Rosengarten.

Weiterfahrt zum Dabo und den Hanauer Weiher. Mittagessen.

In der Planung

Montag, 6. September 2021 – 17 Uhr

EUROP'age Mitgliederversammlung mit Neuwahlen

Ort wird mitgeteilt.



Mi., 8. September/Do 9. September 2021 – 16 Uhr

„Alter in Form“,

Ort: Ministerium für Umwelt und Verbraucherschutz Keplerstraße 18 · 66117 Saarbrücken. Kostenfrei. Anmeldung erbeten.

Mittwoch, 8. September 2021 – 16 Uhr

Ernährung, wichtiger Baustein für ein gesundes Altern

Das Ministerium für Umwelt im Saarland beteiligt sich am Bundesprojekt „Alter in Form“, eine Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung auch für Seniorinnen und Senioren ein.

Vortrag von Hannah Friedrich von der Vernetzungsstelle Seniorenernährung mit aktuellen Praxisprojekte (Essbares Ministerium, Globus-Kochen, Küchenpartie mit PEB, Nudging, Im Fokus steht der Mehrwert und die Möglichkeit zur Teilhabe für Jeden.

Donnerstag, 9. September 2021 – 16 Uhr

Ernährungstipps für Senioren

Was muss man in Bezug auf die Ernährung im Alter beachten? Wie kann man einseitige Ernährung beziehungsweise Mangelernährung vermeiden? Was sind typische Probleme im Alter? Wie gelingt es mehr Bewegung in den Alltag einzubauen? Welche Rolle spielen dabei die sozialen Kontakte? Wo finde ich eine Gruppe Gleichgesinnter?

Referentin: Hannah Friedrich, Referat Ernährung, Ministerium für Umwelt und Verbraucherschutz des Saarlandes. Kostenfrei.



Freitag, 24. September 2021

Tagesfahrt zum ehemaligen KZ Hinzert.

Weiterfahrt nach Trier. Mittagessen im Robert-Schuman-Haus.

In der Planung

Kooperation mit der Akademie für Ältere der VHS im Regionalverband

Montag, 27. September 2021 10:00 - 13:00 Uhr

Bis der Notdienst eintrifft: Erste-Hilfe-Kurs für Senioren

Ort: Schulungszentrum CTS/Caritas, Rastpfuhl 12a, 66113

Saarbrücken (Saarbahn Linien 128,129,134)

Referent: Stefan Schneider M.A. Caritas

Mit zunehmendem Alter treten öfter Beschwerden auf, die eine sofortige Reaktion des Partners oder Gegenübers erfordern. Mit dem Ersten-Hilfe-Kurs lernen Sie die Grundhandlungen bei einem Notfall ob Sturz, Herzinfarkt oder Schlaganfall im eigenen Haushalt oder unterwegs.

Der kostenlose Kurs in (3X45 Minuten) wendet sich grundsätzlich an allen Interessierten. Vorkenntnissen sind nicht erforderlich. Begrenzte Teilnehmerzahl.

Anmeldung: EUROP'age SaarLorLux e.V. Tel. 0681/5064315, Mail: info@europ-age.eu

Donnerstag, 7. Oktober 2021 – 15:30 Uhr

Hinter den Kulissen von...Raum Saarbrücken

Seit mehr als 40 Jahren steht der Name URSAPHARM für den konsequenten Transfer innovativer pharmazeutischer Konzepte in erfolgreiche Arzneimittel und Medizinprodukte. Heute ist URSAPHARM mit Sitz in Saarbrücken ein international operierendes mittelständisches Unternehmen und zählt aufgrund seines breiten Produktspektrums auf dem Gebiet der Ophthalmologie in Deutschland zu den Marktführern.

Ferdinand Schwartz, Abteilungsleiter Interne Kommunikation/Training berichtet über die Geschichte des Unternehmens, seine Entwicklung, die aktuellen Prognosen. Wir lernen die URSAPHARM Produkte kennen, bekommen Einblick in die Produktion ab Erforschung über Prüfung bis hin zur Herstellung.

Die Auflagen und Abläufe in der Pharmabranche sind, ähnlich wie in der Forschung nach einem Impfstoff gegen COVID, komplex. Für uns dennoch besonders interessant.

Anmeldung unter: EUROP'age Tel. 0681/506 4315

Mail: info@europ-age.eu

Dienstag, 19. Oktober 2021 – 18:30 Uhr

Die Wahrheit über unseren Darm

Ort: Rathausgalerie Riegelsberg, Saarbrücker Str. 31
66292 Riegelsberg.

Dank Bestsellerautoren oder Fernseh-Arzt Eckard von Hirschhausen sind die Tabus verschwunden: der menschliche Darm wird „salonfähig“. Denn er ist ein hochkomplexes und wunderbares, nur leider extrem vernachlässigtes Organ.

Was der Darm alles kann, wofür er zuständig ist, was passiert, wenn er nicht richtig funktioniert, wie er vernetzt ist und natürlich, wie man den Darm mit Ernährung ausbalancieren und stärken kann...

Vortrag von Kristin Barbknecht, Diätassistentin/ Fachwirtin für Prävention und Gesundheitsförderung

Anmeldung: Tel. 0681/506 43 15 o.

Mail info@europ-age.eu



Freitag, 29. Oktober 2021 ab Saarbrücken 8:30 Uhr

3. Seniorenkongress der Grossregion

Gemeinsam Handeln für ein besseres ZUSAMMENLeben– Die Grossregion: Modell für Europa

Der Kongress mit intergenerationeller Ausrichtung ist Treffpunkt von mehr als hundert Senioren aus dem Saarland, Lothringen, Wallonien, Luxemburg und Rheinland-Pfalz zum Erfahrungsaustausch. Neben einer besseren Kenntnis der räumlichen Gegebenheiten der Großregion - des "kleinen Europas" - sowie der Begegnung und des Austauschs zwischen den Bewohnern anderer Teile der Region, wirft der Kongress gesellschaftliche Fragen von Interesse für alle Generationen auf, mit einer grenzüberschreitenden Perspektive.

Ort : Gelände der Université de Lorraine Ile du Saulcy
57000 METZ

Cometogether 9:30 Uhr, Beginn 10 :00 Uhr

GRUSSWORT : Patrick Barthel, Direktor Centre Franco-Allemand de Lorraine (CFALOR) der Université de Lorraine

KURZVORTRÄGE :

1. Besser ZUSAMMENLeben. Bedeutung der Großregion
Roger Cayzelle, Institut der Grossregion
2. Besser ZUSAMMENLeben. Jung & Alt nach Corona
Prof. Dr. phil. Habil. Helmut Willems, Professor für Soziologie
Universität Luxemburg
3. Besser ZUSAMMENLeben. Die Umwelt bewahren
Prof. Dr.-Ing. Susanne Hartard/Umwelt-Campus Birkenfeld

Gemeinsames Mittagessen und Austausch Gelegenheit mit Teilnehmern aus der gesamten Grossregion

WORKSHOPS

Jung & Alt nach Corona. Wie geht es weiter?

1. Vernetz und einsam
2. Umwelt bewahren
3. Bürgerschaftliches Engagement für ein besseres
Zusammenleben in Europa

Ende: ca. 18 Uhr.

Kongresskosten Beitrag inklusive Verpflegung und Busfahrt ab Saarbrücken: 39,00 €. Simultan Übersetzung
Detailliertes Programm auf Anfrage EUROPage :
0681/506 43 15 info@europ-age.eu

Dienstag, 2. November 2021 – 9.30 -16.00 Uhr

ADAC Sicherheitsfahrtraining für Senioren

Treffpunkt für die Praxis Übungen mit Ihren eigenen Fahrzeug :

ADAC Verkehrsübungsplatz, 66125 Saarbrücken. An der A623
Abfahrt Dudweiler. Kosten: 80,00 € inkl. Tagesverpflegung.
Begrenzte Teilnehmerzahl.

Anmeldung bis 15.10.2021

EUROP'age : 0681/506 43 15 info@europ-age.eu



Weitere Planungen

VORTRÄGE:

Fitness für die Venen

Digitales Lernen



Altes Rathaus, am Schloßplatz 1-2

66119 Saarbrücken

Programm

Juli – Dezember 2021

(unter Vorbehalt)

Infos & Buchungen

Tel. + 49(0) 681 / 506 43 15 (Esther Ribic)

o. (0)681/ 5 72 31 Edith Riess)

E-Mail: info@europ-age.eu

Schauen Sie bitte auch unsere Internetseite.
www.europ-age.eu
www.facebook.com/europagesaarlorlux/

IBAN DE 975 905 010 100 811 15 883

BIC SAKSDE55XXX