



Bureau: Rathaus-Carrée, Gerberstr. 2 66111 Saarbrücken  
Adresse poste: Altes Rathaus, Am Schloßplatz 1-2 66119 Saarbrücken  
Tel. +49 (0)681 506 43 15  
Portable: +49 (0)173 69 83 977  
Mail : [info@europ-age.eu](mailto:info@europ-age.eu) ; Internetseite : [www.europ-age.eu](http://www.europ-age.eu)  
[www.facebook.com/europagesaarlorlux/](https://www.facebook.com/europagesaarlorlux/)

## **Programme/Offres EUROP'age Août à mi-septembre 2021**

### **Jeudi 26 août 2021 - Excursion à Saverne avec le plan incliné de Saint-Louis**

Après une visite de l'église St-Jean Saverne, un monument architectural sur la Route romane d'Alsace, nous attend une visite guidée des curiosités de Saverne. Déjeuner au Bistrônôme. L'après-midi, nous visitons la plus ancienne roseraie de France avant de nous rendre à Arzwiller pour visiter l'ascenseur à bateaux incliné construit en 1969. Une excursion en bateau dans est incluse. Départ de Sarrebruck, au pied du mur du château, Franz-Josef-Röderstr. : 8h00. Arrêt possible près du parc des expositions. Prix comprenant le voyage en bus, les entrées et visites guidées, le déjeuner avec boissons : 75,00 € pour les membres d'EUROP'age, 84,00 € pour les non-membres. Retour à Sarrebruck : environ 19 h 30. Pour une option « sans déjeuner », vous déduisez 21,00 €. Veuillez l'indiquer lors de l'inscription. Nombre minimum de participants : 24. Inscriptions : Edith Riess Tél. +49/681-572 31 ou par e-mail [info@europ-age.eu](mailto:info@europ-age.eu)

### **Lundi 6 septembre 2021 - 15h00**

#### **Assemblée générale d'EUROP'age avec élections du Comité**

Lieu : Caveau du Château de Saarbrücken  
Les membres sont invités par un courrier séparé.  
Inscriptions EUROP'age Tél. 0681/506 43 15 ou mail [info@europ-age.eu](mailto:info@europ-age.eu)

### **Mercredi 8 septembre 2021 – 16h00**

#### **La nutrition, un élément important pour vieillir en bonne santé**

Lieu : Ministère de l'environnement et de la protection des consommateurs  
Keplerstrasse 18 - 66117 Saarbrücken

Le ministère de l'environnement de la Sarre participe au projet fédéral "Age en Forme", une initiative en faveur d'une alimentation saine et d'une activité physique accrue, y compris pour les personnes âgées. Dans l'exposé de Hannah Friedrich du Centre du réseau pour l'alimentation des seniors, sont présentés les projets pratiques actuels (Edible Ministry, Globus Cooking, Kitchen Party avec PEB, Nudging, ...) ainsi que les objectifs déjà atteints. L'accent est mis sur la valeur ajoutée et la possibilité de participation pour chaque aîné. Entrée libre. Inscriptions EUROP'age Tél. 0681/506 43 15 o. [info@europ-age.eu](mailto:info@europ-age.eu)

### **Jeudi 8 septembre 2021 – 16h00**

#### **Conseils nutritionnels pratiques pour seniors**

Lieu : Ministère de l'environnement et de la protection des consommateurs  
Keplerstraße 18, 66117 Saarbrücken, Allemagne

A quoi faut-il veiller en ce qui concerne l'alimentation des aînés ? Comment éviter une nutrition ou une malnutrition unilatérale ? Quels sont les problèmes typiques de la vieillesse ? Les thèmes de l'exercice et des contacts sociaux seront également abordés : Comment intégrer davantage d'exercice dans la vie quotidienne ? Quel rôle jouent les contacts sociaux ? Où puis-je trouver un groupe de personnes partageant les mêmes idées ?

Intervenante : Hannah Friedrich, Département de la nutrition, Ministère de l'environnement et de la protection des consommateurs de la Sarre. Gratuit. Inscription EUROP'age Tél. 0681/506 43 15 o. [info@europ-age.eu](mailto:info@europ-age.eu)