

Wandern zum Schnuppern

(ca. 60 Minuten)

– Kneipp Verein Quierschied e.V. –

Uhrzeit: 12.30 Uhr

Treffpunkt: Foyer



Gemeinde Quierschied

Rathausplatz 1
66287 Quierschied
www.quierschied.de

3. Quierschieder 2023 Seniorenmesse



Sofie Zborilová auf Pixabay

Gesundheit in Balance



Sonntag, 19. März

Fischbachhalle, Fischbach-Camphausen

von 10.00 - 18.00 Uhr

**Aussteller, Fachvorträge
und vieles mehr rund um die
Themen Alter und Gesundheit**

Eintritt
frei

Sponsoren

meine
VVB

SAARLAND
Versicherungen
Freemove
Geschäftsstelle
Quierschied

Programmübersicht

- 10.00 Uhr** **Begrüßung:** Bürgermeister
Lutz Maurer
- Grußwort:** Schirmherr Minister
Dr. Magnus Jung
(Arbeit, Soziales, Frauen und Gesundheit)

Ab 12.00 Uhr
Mittagessen beim DRK Quierschied
und im Restaurant Fischbachhalle



- 13.00 Uhr** **Darbietung**
Ökumenischer Frauenchor, Fischbach

- 13.45 Uhr** **Darbietung**
Kneipp Verein Quierschied e.V.

Ab 14.00 Uhr
Kaffee & Kuchen beim DRK Quierschied
und im Restaurant Fischbachhalle



- 14.45 Uhr** **Darbietung**
Kneipp Verein Quierschied e.V.

- 15.00 Uhr** **Mitmachübungen**
Gruppe „Fit um 9“ von Meta Fey
Turnverein 1891 Quierschied e. V.

- 16.00 Uhr** **Darbietung**
Kneipp Verein Quierschied e.V.

- 18.00 Uhr** **Ende**

Moderation:
Hans-Peter
Schumacher

Fachvorträge:



10.30 Uhr
Herzinfarkt

Das Saarland lebt gesund!

11.15 Uhr
Schlaganfall

Das Saarland lebt gesund!

12.30 Uhr
Atlas in Balance

Frau Beate Müller-Seitz, Zentrum für Energie

13.15 Uhr
Ernährung für Junggebliebene

Kirstin Barbknecht, Diät-Assistentin und Fachwirtin für
Prävention und Gesundheitsförderung

14.00 Uhr
Diabetes

Herr Karl Zang, 1. Vorsitzender Deutscher Diabetiker
Bund Landesverband Saarland