



Kreis- und Universitätsstadt
HOMBURG

Aktionstag 10 Jahre "Homburg lebt gesund!"



Samstag, 05.09.2026



10:00 – 16:00 Uhr



Christian-Weber-Platz
Homburg



DSLГ

»Das Saarland lebt gesund!«
Stadt Homburg

Grußwort



Sehr geehrte Bürgerinnen und Bürger,
liebe Gäste, Ausstellerinnen und Aussteller,

herzlich willkommen zum Aktionstag „Homburg lebt gesund!“, der in diesem Jahr ein Jubiläum feiert. Bereits zum zehnten Mal verwandelt sich der Christian-Weber-Platz in einen Treffpunkt für alle, die sich für Gesundheit, Bewegung, Prävention und Wohlbefinden interessieren.

Zehn Jahre „Homburg lebt gesund!“ stehen für zehn Jahre Engagement, Information und Begegnung. Die Veranstaltung hat sich als fester Bestandteil im Homburger Veranstaltungskalender etabliert und zeigt eindrucksvoll, wie vielfältig Gesundheitsförderung sein kann. Gesundheit bedeutet weit mehr als die Abwesenheit von Krankheit. Sie umfasst Bewegung, eine bewusste Lebensweise, soziale Kontakte und nicht zuletzt die Freude daran, aktiv etwas für das eigene Wohlbefinden zu tun. Genau dazu lädt dieser Aktionstag ein. Zahlreiche Vereine, Institutionen, Einrichtungen und Unternehmen präsentieren ein abwechslungsreiches Angebot mit Informationen, Mitmachaktionen und praktischen Anregungen für den Alltag. Nutzen Sie die Gelegenheit, Neues kennenzulernen, mit Fachleuten ins Gespräch zu kommen und vielleicht die eine oder andere Idee mitzunehmen, die Sie langfristig begleitet.

In diesem Jahr ist die Prämierung des Stadtradelns in den Aktionstag eingebunden. Die Kampagne steht beispielhaft dafür, wie sich Gesundheitsförderung, Bewegung - gemeinsam im Team - und Klimaschutz miteinander verbinden lassen. Die Ehrung der engagierten Teilnehmerinnen und Teilnehmer bildet daher eine passende Ergänzung zu unserer Veranstaltung.

Mein herzlicher Dank gilt allen Ausstellerinnen und Ausstellern, Partnern, Unterstützern sowie den zahlreichen (ehrenamtlich) Engagierten, die mit ihrem Einsatz zum Gelingen dieser Veranstaltung beitragen. Ebenso danke ich den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Stadtverwaltung, die den Aktionstag mit großem Engagement vorbereitet haben.

Ich wünsche Ihnen einen abwechslungsreichen, informativen und inspirierenden Tag, viele interessante Begegnungen und vor allem die Freude, Gesundheit aktiv zu erleben.

Ihr
Philipp Scheidweiler
Beigeordneter der Kreis- und Universitätsstadt Homburg

Es heißen Sie an ihren Ständen herzlich willkommen:

Homburg 

Kreis- und Universitätsstadt

Informationsstand der Stadt Homburg



Das Kinder- und Jugendbüro der Stadt Homburg bietet ein buntes Mitmachangebot für Kinder zum Thema Gesundheit an



Infostand über die Angebote unseres saarlandweiten Netzwerkes rund um das Themenfeld Gesundheitsförderung, Mitmachaktion und Gewinnspiel



Malteser
...weil Nähe zählt.

Infos über die Malteser-Dienste, Selbsthilfegruppe Multiples Myelom, Hausnotruf und Grillangebot



Informationsstand zu den Bereichen selbstbestimmtes Wohnen für Menschen mit Behinderung und dem Projekt Leben in Gastfamilien für Menschen mit Behinderung



Gesundheit ganzheitlich verstehen & verbessern. Lea Urban gibt Menschen, die funktionieren trotz gesundheitlicher Voraussetzungen, Orientierung & Klarheit. Sie begleitet Menschen zurück in die Gesundheit, Kraft & Leidenschaft.



Angebot vegetarischer und veganer türkischer Küche



Cheerleading/Cheersport ist inzwischen weit mehr als Anfeuern – es ist ein sehr anspruchsvoller Sport, der Kraft, Technik und Teamarbeit vereint. An unserem Informationsstand bekommt Ihr Einblicke ins Training, Altersklassen und Einstiegsmöglichkeiten. Lernt die Vielfalt dieses Sports kennen und entdeckt wieviel Engagement, Vertrauen und Begeisterung hinter jeder Choreografie steckt. Gerne auch bei unserer Präsentation auf der Bühne!



Infostand und Glücksrad mit Gewinnmöglichkeit



Herz und Pfote Therapiebegleithunde e.V. besuchen Pflegeeinrichtungen, Palliativ-Stationen, Hospiz, Uni-Klinik Homburg, Einzelsettings, Demenz-WGs und CJD. Dabei helfen und unterstützen unsere Vierbeiner die Menschen bei der Bewältigung von körperlichen, geistigen oder emotionalen Herausforderungen.



Informationen über psychosoziale Projekte und Beratung



Foodsharing ist eine Initiative, die sich gegen Lebensmittelverschwendung einsetzt. Das Kernkonzept basiert auf dem Retten und kostenlosen Verteilen von überschüssigen Lebensmitteln, die sonst im Müll landen würden.



JOHANNITER
Regionalverband Saar

Informationen/Angebote zum Thema Hausnotruf sowie Mobile Soziale Dienste für haushaltsnahe Dienstleistungen

miteinander
gegen
krebs e.v.



An unserem Stand informieren wir über die Angebote unseres Vereins. Außerdem besteht die Möglichkeit sich für den 12. Cross against Cancer Spendenlauf am 13.09.2026 nachzumelden.



Vitametik ist eine neuromuskuläre Entspannungsmethode für den gesamten Körper. Sie wird u.a. bei Nacken-, Rücken- und Kopfschmerzen angewendet.



Beratung und Hilfe rund um das Thema Pflege, Beratung um Seniorenthemen



Unser Anspruch - Gesundheit in allen Lebenslagen. Entdecken Sie die verschiedenen Gesundheitsaspekte unserer drei Häuser durch aktive Erlebnisse: Duftreise, Age Simulator, interaktives Quiz.





Informationen des Sozialpsychiatrischen Dienstes und anderen Abteilungen des Gesundheitsamtes, Mitmachaktion zum Thema psychische Gesundheit, Blutdruckmessung und Beratung, Möglichkeit der Impfberatung



"Reanimieren kann jeder": Unter fachlicher Anleitung werden die Basismaßnahmen der Wiederbelebung an Reanimationspuppen geübt (10-16 Uhr). **Rauchfrei:** Informationen zur Raucherentwöhnung & Tipps für ein rauchfreies Leben (10-12 Uhr). **Schwangerschaft & Geburt:** Informationen zur Ernährung in der Schwangerschaft, zur Geburt & zum Packen der Kreißsaaltasche. Basteln von individuellen Namensbändchen (12-14 Uhr). **Schmerztherapie bei muskuloskelettalen Erkrankungen:** Informationen vom Zentrum für Multimodale Schmerztherapie (14-16 Uhr)



Informationen zum Tragen von Babys und Kleinkindern, kostenloser Tragehilfecheck von mitgebrachten Tragen und Tüchern, Testen verschiedene Tragetücher, Tragehilfen und Tragevarianten



Wir unterstützen Menschen dabei, ihre Lebensqualität und Selbstständigkeit im Alltag zu erhalten. An unserem Stand informieren wir über Alltagshilfe, Entlastungsleistungen und mögliche Ansprüche bei bestehendem Pflegegrad.



Heilpraktikerpraxis mit dem Motto: "Natürliche Impulse für ganzheitliche Gesundheit". Aromatherapie mit den ätherischen Ölen von DoTerra und Schmerztherapie.



**Zuhause. In Würde. Mit uns.
Mit ♥ für Sie im Einsatz.**

Infos zur Palliativversorgung sowie
kulinarisches Angebot,
Spenden zu Gunsten des Kinderhospizes



Der Frauennotruf Saarland berät und
begleitet kostenlos, anonym und
vertraulich über Telefon, im persönlichen
Gespräch oder über die Onlineberatung.

Wer mehr erfahren oder uns
kennenlernen möchte, kann sich gerne an
unserem Infostand erkundigen.



Alltagshilfe4You –
Gemeinsam für mehr Lebensqualität!



**BUND GEGEN
ALKOHOL UND
DROGEN IM
STRASSENVERKEHR**

Erfahren wie Alkohol wirkt –
mit dem Smart-Realo-Fahrsimulator.
Teste deine Reaktion an der T-Wall.



Ihr Homecare-Versorger in der Region -
für die Region
(Versorgungsbereiche in der Häuslichkeit)



Informationen über die Aufgaben des
SoVD Homburg-Saarbrücken



Bei einem Angelspiel zum Thema Müllvermeidung und Gesundheit können die Besucher nachhaltige Produkte gewinnen



Informationsstand zum Thema "Tanzen (er)leben!"



Der ADFC e.V. informiert rund ums Rad
Fahrradcodierung als Diebstahlschutz!

Kosten 15 €, für ADFC-Mitglieder 8 €

Infos und Anmeldung unter

<https://saarland.adfc.de/artikel/fahrradcodierung-ist-diebstahlschutz>



Die Beratungsstelle des DRK vermittelt, in Kooperation mit dem Saarpfalz-Kreis, Betreuungskräfte für Senioren, Pflegebedürftige und Menschen mit Behinderung nach dem Arbeitgebermodell.



Informationen über die Bevorratung von Lebensmitteln und wichtigen Gegenständen für Notfälle gemäß den Vorgaben des Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe, Hinweise zur Nutzung von Warnapps wie NINA, Vorstellung des Leuchtturmkonzepts bei Stromausfall in Homburg

Freuen Sie sich bei unserem Bühnenprogramm auf:



zum
Aktionstag
„Homburg lebt gesund“



STADTRADELN
Radeln für ein gutes Klima



10.00 Uhr

Begrüßung durch den Beigeordneten
Philipp Scheidweiler und dem Minister
für Arbeit, Soziales, Frauen und
Gesundheit Dr. Magnus Jung.

Im Anschluss daran erfolgt die
Siegerehrung aller teilgenommenen
Teams der diesjährigen Stadtradeln
Homburg Kampagne.

11.15 Uhr

Die Linedancer der VHS Homburg,
die „Crazy Heels“ & die „Fibroline-
dancer“ plus Workshop für die
Besucher

12.10 Uhr

Die Tanzaufführungen der Kindertanz-
gruppe und Salsatanzgruppe plus
Mitmachaktion der Tanzschule Srutek





13.00 Uhr, 13.20 Uhr und 13.40 Uhr

**Die Tanzaufführungen der
Showtanzgruppe „Souvenir“**



14.00 Uhr

**Die Aufführung der Cheerleader
SpringStars Homburg**



14.30 Uhr

**Die Tanzaufführung der Hip Hop
Tanzgruppe Human Moves**

Diese Veranstaltung wird unterstützt von:

DR.THEISS



Naturwaren GmbH

Mit freundlicher Unterstützung:



**Kreissparkasse
Saarpfalz**



Stadtwerke Homburg

• Ministerium für Arbeit,
Soziales, Frauen
und Gesundheit

SAARLAND



PuGiS



