



ESSEN UND TRINKEN

- **Burger (auch vegan)**
Burgermanufaktur Springfield
- **Kaffee und Kaffeespezialitäten**
Kaffeerösterei espresso-kessler GmbH
- **Waffeln**
Förderverein der Grundschule Theley
- **Kalte Getränke**
TTSC Bergweiler e.V.



Melden Sie sich zur Terminvergabe an und erhalten Sie eine Übersicht unserer Angebote

eveeno.com/regionvital_gesundheitstag2026

Tipp!

INFORMIEREN MITMACHEN GESUNDHEIT ERLEBEN

Zum sechsten Mal heißt es: »Fit in der Region!« Der Verein Region Vital Sankt Wendeler Land lädt gemeinsam mit dem Landkreis Sankt Wendel und der Gemeinde Tholey zum Gesundheitstag in die Sport- und Kulturhalle Theley ein.

Im Mittelpunkt der Veranstaltung steht das, was uns allen am wichtigsten sein sollte: unsere Gesundheit, in all ihren Facetten. Der Gesundheitstag bietet Bürgerinnen und Bürgern, Familien mit Kindern, Unternehmen und deren Mitarbeitenden ein abwechslungsreiches Angebot von individuellen Gesundheits-Checks und Fitness-Tests über Informationen zu Bewegung, Ernährung und Stressbewältigung bis hin zu Hörscreenings, Workshops, Aktionen im Outdoorbereich und vieles mehr.

Im Landkreis Sankt Wendel haben Gesundheitsförderung, Prävention, Schutz der Gesundheit und die Stärkung der regionalen Gesundheitswirtschaft einen hohen Stellenwert. Der Gesundheitstag zeigt eindrucksvoll, wie vielfältig und aktiv sich zahlreiche Akteure für diese Themen einsetzen.

Seien Sie dabei, informieren Sie sich, machen Sie mit – es geht um Ihre Gesundheit!

Udo Recktenwald, Landrat des Landkreises Sankt Wendel
Andreas Maldener, Bürgermeister der Gemeinde Tholey



Landkreis
**Sankt
Wendel**

Landkreis Sankt Wendel, Gesundheitskoordination und Gesundheitsamt

Dr. Marianne Schario
T 06851 801-5325
m.schario@lkwnd.de



Region Vital St. Wendeler Land e. V.

Tina Noack, Pénélope Corbe
T 06851 903-0
regionvital@wfg-wnd.de



Gemeinde Tholey

Kultur, Presse und Touristik
Lisa Grandke
T 06853 508-13
l.grandke@tholey.de



Dr. Marianne Schario, Tina Noack, Pénélope Corbe

gefördert durch:



Landkreis
**Sankt
Wendel**

GESUNDHEITSTAG FIT IN DER REGION

Samstag, 12.09.2026
10-16 Uhr

Sport- und Kulturhalle Theley
Toni-Lermen-Straße 3
66636 Tholey

NEU: Angebote für Kinder
Bewegungsparcours,
Glitzer-Tattoos, Radparcours,
Tanzen, Basteln, Quiz,
Mobilitäts-Memory

GESUNDHEITSAMT, REGION VITAL

**EINTRITT
FREI**



INDIVIDUELLE ANGEBOTE

Bitte vorab kostenfreien Termin buchen

- Hautkrebsfrüherkennung
- Ernährungsberatung
- Höranalyse
- Massage
- Gesundheitshypnose
- Check Rückengesundheit

WORKSHOPS

- Bewegungskurs
- Yoga auf dem Stuhl
- Zumba
- Faszientraining
- Kompressionsworkshop
- Tanzkurs für Kinder



GESUNDHEITS ANGEBOTE

MEIN KÖRPER

- Blutzuckermessung
- Blutdruckmessung
- Wundmanagement
- Balance-Board und Herz-Check
- Fuß-Check
- Alters-Simulator
- Vitalitäts-Check: Mineralien & Körperbalance

ENTSPANNUNG UND PSYCHISCHE GESUNDHEIT

- Selbsthilfe
- Klangschalen erleben
- Suchtprävention & Alkohol-Quiz
- Perspektivwechsel: Einblicke in die Demenz
- Mentale Stärke und Resilienz
- Gesundheitshypnose

BEWEGUNG

- Check-Up der Koordination
- Rehabilitationstherapie bei Schwindel
- Gesundheitsgeräte zum Anfassen
- Gleichgewicht

SPORTPARCOURS

- Bogenschießen
- Fahrradtraining
- Volleyball
- Sportmobil
- Parcours für Kids

ERNÄHRUNG

- Lebensmittel haltbar machen
- BIOZOOM - Zellschutzmessung
- Ernährungsquiz
- Umgang mit Lebensmitteln
- Infos zum Menü Mobil

SONSTIGES

- Wiederbelebungssimulation zum Mitmachen
- Naturkosmetik
- Gesundheitsquiz rund um Gesundheit, Pflege und Prävention
- Ehrenamtsbörse - Finde dein Ehrenamt
- Inklusion vor Ort - Barrieren erlebbar machen
- Glücksrad
- Sonnenschutz & UV-Strahlung
- Blutspende-Infomobil
- Demographischer Wandel
- Gesundheitsvorsorge und Absicherung
- Gesundheitsspiele
- Kräuterquiz
- Stefan-Morsch-Stiftung
- Ambulanter Pflegedienst
- Haushaltshilfe
- Hospiz- und Palliativversorgung