

**Club Uewersauer**

Fréijonsprogramm

## Aktiv ronderëm de Séi

Abrëll-Juni 2020 - avril-juin 2020



**Inter-Actions**  
Développement & Action Sociale

[www.inter-actions.lu](http://www.inter-actions.lu)



LE GOUVERNEMENT  
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG  
Ministère de la Famille, de l'Intégration  
et à la Grande Région

|  |   |
|--|---|
|    | Datum / Date  |
|    | Uhrzeit / Horaire                                   |
|    | Treffpunkt / Rendez-vous                            |
|    | Preis / Prix  |
|   | Anmeldefrist / Délai pour l'inscription             |
|  | Rollstuhlgerecht / Adapté aux chaises roulantes     |
|  | Abholdienst möglich / Service de transport possible |

## Kontaktieren Sie uns / Contactez nous

Tel.: 26 44 45 21

E-Mail: [clubuewersauer@inter-actions.lu](mailto:clubuewersauer@inter-actions.lu)

Adresse: 1, an der Bech • L-9633 Baschleiden

[www.clubuewersauer.lu](http://www.clubuewersauer.lu)

 clubuewersauer

## Vorwort

### Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Wir freuen uns mit Ihnen und einer weiteren Ausgabe unserer Aktivitätenbroschüre in den Frühling zu starten. Nach feucht-kalten Tagen und Wochen bringt der Frühling neue erfrischende Impulse, was sich auch auf unser Programmheft übertragen hat.

Unser Team hat sich über die Wintermonate vergrößert und gemeinsam haben wir versucht für Sie ein buntes und informatives Programm für die kommenden Monate zu erarbeiten.

Wir hoffen Sie mit diesem vielfältigen Angebot zu ermuntern an unseren Veranstaltungen, Kursen und Ausflügen teilzunehmen oder vielleicht einmal etwas Neues auszuprobieren.

In der vorliegenden Broschüre ist für jede Altersklasse etwas dabei. Freizeitaktivitäten und Bildungsangebote wechseln sich ab. Aktivitäten für drinnen und draußen, handwerkliche, künstlerische und geistige Beschäftigungen sowie gesellige Zusammenkünfte innerhalb der 5 Gemeinden, aber auch über deren Grenzen hinaus, stehen auf dem Programm. Computer-, Internet- und Handykurse, Gehirnjogging, Wetterkunde, Astronomie und Kultur vervollständigen das Bildungsangebot.

Wir hoffen mit unserem Angebot Ihre Neugierde und Offenheit gegenüber Neuem geweckt zu haben und Ihnen so die Möglichkeit zu bieten in Ihrer Freizeit neue Erfahrungen zu machen oder einfach Dinge zu tun, die Sie immer schon tun wollten, für die sich aber keine Gelegenheit bot.

*“Wer zu passivem Ausruhen auf dem Erreichten neigt, macht sich vorzeitig schwach und alt. Wer hingegen für neue Gedanken offen ist, bleibt lebendig und jung“.*  
(Rolf Merkle)

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen viel Spaß beim Durchblättern dieser Ausgabe und hoffen sehr Sie bei der einen oder anderen Aktivität begrüßen zu dürfen.

**GANGLER Jeff**

*Präsident des Comité de pilotage*

**PAX Corinne**

*Responsabel Club Uewersauer*

## Préface

### Liebe Leserinnen, liebe Leser

Als Vizepräsident des Komitee Club Uewersauer und Vertreter der Gemeinde Esch-Sauer, ist es mir wichtig, unseren Leser das Projekt „Club Uewersauer“ nahe zu bringen. Jeder von uns hat es schon mal gefühlt oder wurde schon damit konfrontiert: Dieses Gefühl alleine zu sein, nutzlos ja sogar hilflos. Irgendwo in unserer Gesellschaft gibt es Personen, die dieses Gefühl Tag ein Tag aus mit sich tragen. Wir finden Sie überall in unserer Umgebung: ein Freund, ein Nachbar, vielleicht sogar ein Familienmitglied. Dies verbessert sich nicht mit zunehmendem Alter und die Gefahr der Totalisolation vergrößert sich. Damit Menschen in solch einer Situation den Anschluss am sozialen Leben nicht verlieren, sind sie auf externe Hilfe angewiesen. Mit individuellen angepassten sozialen Aktivitäten, versuchen wir diese Person aufzunehmen und somit ein neues soziales Umfeld zu schaffen. Im besten Falle erreichen wir diese Person noch im aktiven Alter und verhindern somit die Gefahr der Totalisolation. Um dies zu erreichen, sind wir auch auf externe Hilfe angewiesen und fordern hiermit jeden Bürger auf, mitzumachen und seinen Teil beizutragen. Nur durch Freunde, Nachbarn oder Familienmitglieder können wir diese Menschen erreichen und ihnen helfen. Deswegen fordere ich Sie noch mal persönlich auf, ihre Liebsten zu motivieren und mit zu machen.

Unser Team versucht die Aktivitäten so zahlreich und vielfältig zu gestalten wie nur möglich.

Somit ist für jedermann was dabei. Hoffentlich ist auch etwas für Sie dabei.

### **Pereira Gonçalves Franco**

*Vizepräsident des Comité de pilotage*



# News!

## GRATIS Minibus

Unser gratis Minibus soll Ihnen die Teilnahme an unseren Aktivitäten erleichtern. Bei Bedarf nehmen Sie einfach Kontakt mit uns auf.

Notre service de transport gratuit vous assure la participation aux activités. Si vous souhaitez profiter de ce service, n'hésitez pas de nous contacter.



## Arbeiten im „Paalsbau“

Bedingt durch Arbeiten im „Paalsbau“ in Noertrange, verlegen wir während dieser Zeit, unsere Aktivitäten nach Doncols. Wir hoffen auch dort auf Ihre Teilnahme zählen zu können. Selbstverständlich steht Ihnen auch hier unser Gratistransport zur Verfügung.

En raison de travaux à Noertrange, nous transférons nos activités à Doncols. Nous espérons également pouvoir compter sur votre participation. Bien entendu, notre transport gratuit est également à votre disposition.



## Unser ehrenamtliches Team stellt sich vor...

*Annette  
Glod*

Et ass fir mech  
eng schéin  
Fräizäitgestaltung  
an et ass flott an  
enger super Equipe  
matzewierken.

*Carole  
Knoop*

*Carmen  
Flammang*



Mir gefällt et mat Leit  
ze schaffen, an ech wëll  
lo an menger Pensioun  
mat Leit an Kontakt  
bleiwen an mat hinnen  
eppes ënnerhuelen.

D'Liewen ass ee  
Geschenk, dat un Wäert  
gewënnt, wann een et  
mat aneren Leit deelt.

## Inhalt - Contenu

### **Gesellige regelmäßige Aktivitäten / ..... 10-17** **Activités régulières de convivialité**

- Kaffi - Klatsch mit Steven - *Discussions autour d'un café avec Steven*
- Gemeinsames Essen und offener Nachmittag "Gemeinsam statt einsam essen"  
*Déjeuners en groupe et après-midi détente*
- Konter a Matt Treffen - *Konter et Matt*
- Bingonachmittag - *Après-midi Bingo*
- Stricken und Häkeln für den guten Zweck  
*Tricoter et crocheter pour la bonne cause*
- Computerstuff

### **Sportlich – Sport ..... 18-22**

- Wandern - *Randonnée*
- Rückenfit mit Fabienne Kobs - *Cours du dos avec Fabienne Kobs*
- Geocaching für alle - *Géocaching pour tous*
- Gemütliche Spaziergänge - *Promenades agréables*

### **Workshops - Ateliers ..... 23-27**

- Blumengestecke mit Viola - *Compositions florales avec Viola*
- Aufbau und Anlegen eines Hochbeetes  
*Installation et mise en place d'une jardinière surélevée*
- Süß bis Salzig - *Pâtisserie sucrée à salée*
- Seifenseminar Lilli's Bubble Dreams - *Atelier de savon*

 **Infoveranstaltungen / Séances d'information** ..... 28-30

- Diabetes-bin ich betroffen? - *Le diabète me concerne ?*
- Cannabis als Medizin - *Cannabis en tant que médicament*

 **Übersicht mit Kalender / Aperçu avec calendrier** ..... 31-33

 **Ausflüge - Excursions** ..... 35-43

- Besichtigung der Wetterstation von « Météo Boulaide »  
*Visite guidée de la station météo de « Météo Boulaide »*
- Shopping Tour mit Mittagessen - *Shopping avec déjeuner*
- Marktbesuch in Arlon - *Visite du marché d' Arlon*
- « Tendances Jardin 2020 » in Erpeldingen - *à Erpeldange*
- Besichtigung der RTL-Studios - *Visite guidée des studios RTL*
- Besichtigung der Kläranlage – „Bleesbréck“  
*Visite guidée de la station d'épuration – „Bleesbréck“*
- City Sightseeing: Luxemburg - *Stadt / Luxembourg – Ville*
- Panoramafahrt mit der M.S « Marie-Astrid »  
*Croisière panoramique avec le M.S. « Princesse Marie-Astrid »*

 **Sonntagsaktivitäten - Activités de dimanche** ..... 44-48

- Uewersauer Quizduell
- Trac Gourmande
- Klettern in Lultzhausen - *Escalade à Lultzhausen*
- Feinschmecker Sonntag - *Dimanche de dégustation*



**Kultur / Culture** ..... 50-53

- Gebackener Fisch an Karfreitag  
*Le poisson frit traditionnel du vendredi sain*
- Ostereier färben - *Teindre des oeufs de Pâques*
- Mit dem Solarboot über den Stausee  
*La visite guidée du lac en bateau solaire*



**Beratung / Assistance** ..... 54-57

- Gratis Sprechstunde mit Corinne - *Consultation gratuite avec Corinne*
- Uewersauer Telefon
- Pensionsberatung - *Conseils en pension*

**Teilnahmebedingungen / Conditions de participation** ..... 60-63



## Gesellige regelmäßige Aktivitäten Activités de convivialité régulières

|  |       |
|--|-------|
| Kaffi - Klatsch mit Steven - <i>Discussions autour d'un café avec Steven</i> .....   | 11    |
| Zusammen Essen und offener Nachmittag "Gemeinsam statt einsam essen"<br><i>Déjeuners en groupe et après-midi détente</i> ..... | 12-13 |
| Konter a Matt Treffen .....  | 14    |
| Bingonachmittag - <i>Après-midi Bingo</i> .....  | 15    |
| Stricken und Häkeln für den guten Zweck<br><i>Tricoter et crocheter pour la bonne cause</i> .....                              | 16    |
| Computerstuff .....  | 17    |

## Kaffi-Klatsch mit Steven



**De** Verbringen Sie den Nachmittag in einer entspannten und geselligen Runde. Wir treffen uns jeden 1. Freitag im Monat zu Kaffee und Kuchen in der Auberge Fuissekaul.

**Fr** Passez l'après-midi dans une atmosphère détendue d'un cercle convivial. Nous vous rencontrons chaque 1<sup>er</sup> vendredi du mois à l'Auberge Fuissekaul.



14.00 - 17.00



Fuissekaul  
Auberge Fuissekaul



Rollstuhlgerecht /  
Adapté aux chaises roulantes



Abholdienst möglich /  
Service transport possible



Gratis / Gratuit



Bis 10 Uhr am Tag der Aktivität /  
Jusqu'au jour même



Fr | Ve 03.04.2020

Fr | Ve 08.05.2020

Fr | Ve 05.06.2020



## Zusammen Essen und offener Nachmittag “Gemeinsam statt einsam essen“

**De** Verbringen Sie gesellige Momente bei einem gemeinsamen Mittagessen und knüpfen Sie neue Kontakte. Wir verbringen den Nachmittag in einer entspannten geselligen Runde. Kaffee und Kuchen gegen eine kleine Spende.

Natürlich sind bei diesen Nachmittagsaktivitäten auch alle willkommen die nur nachmittags vorbeikommen möchten. Wir erwarten Sie dann ab 13.30 Uhr.

**Fr** Passez quelques instants de convivialité avec nous lors d'un déjeuner et nouez de nouveaux contacts, échangez vos idées, discutez de sujets d'actualité.

Bien entendu, tous ceux qui souhaitent venir l'après-midi sont les bienvenus à ces activités. Nous vous attendons à partir de 13.30 heures.



11.30 - 17.00



Rollstuhlgerecht /  
Adapté aux chaises roulantes



Abholdienst möglich /  
Service transport possible



**Mittagessen 12 €**  
(Getränke nicht inbegriffen)  
**Offener Nachmittag**  
(Spende)



Bis 2 Tage im Vorfeld /  
Jusqu'à 2 jours avant l'activité



13.04.2020

Mo | Lu

27.04.2020

11.05.2020

25.05.2020

08.06.2020

22.06.2020



Baschelt

„Hannert der Kierch“



07.04.2020

Di | Ma

16.06.2020

30.06.2020



Donkels

„Am Sall“



21.04.2020

Di | Ma

05.05.2020

19.05.2020

02.06.2020



Näertrech

„Am Paalsbau“



15.04.2020

Mi | Me

29.04.2020

13.05.2020

20.05.2020

17.06.2020



Géisdrëf

„Am Centre Culturel“

## Konter a Matt



**De** Nach der erfolgreichen Gründung einer „Konter a Matt“ Runde werden wir uns jeden 1. Donnerstagnachmittag im Knauf-Shopping-Center im Pommerloch treffen.

**Fr** Après la création réussie d'un groupe « Konter a Matt », nous nous retrouverons chaque 1<sup>er</sup> jeudi après-midi au Knauf-Shopping-Center à Pommerloch.



14.00 - 17.00



Knauf Pommerloch  
Caféteria



Gratis / Gratuit



Bis 10 Uhr am Tag der Aktivität /  
Jusqu'au jour de l'activité



Do | Je 02.04.2020

Do | Je 07.05.2020

Do | Je 04.06.2020



## Après-Midi « Bingo »



**De** In gemütlicher Runde wollen wir die Kugel laufen lassen. Die Regeln sind nicht schwierig und daher ist dieser Spielnachmittag auch für Anfänger geeignet. Es besteht auch die Möglichkeit, den Nachmittag mit einem gemütlichen Mittagessen zu beginnen.

**Fr** Les règles du bingo ne sont pas difficiles et cet après-midi est donc adapté aux débutants. Il est également possible de commencer l'après-midi avec un repas convivial.

|  |   |
|--|---|
|  | 14.00 - 17.00   |
|  | Abholdienst möglich /<br>Service transport possible         |
|  | 5 €   |
|  | Bis 2 Tage im Vorfeld /<br>Jusqu'à 2 jours avant l'activité |

|  |                           |
|--|---------------------------|
|  | <b>Di   Ma 07.04.2020</b> |
|  | Donkels - Am Sall         |
|  | <b>Fr   Ve 22.05.2020</b> |
|  | <b>Fr   Ve 26.06.2020</b> |
|  | Harlange - Am Sall        |



## Stricken und Häkeln für den guten Zweck

**De** Häkeln macht Spaß, darum nutzen wir dieses Hobby für einen guten Zweck. Wir unterstützen die Organisation „Ocki-Lux“ dabei, Oktopusse für die Frühchen in luxemburgischen Krankenhäusern zu häkeln.

**Fr** Le crochet est amusant, c'est pourquoi nous utilisons ce hobby pour une bonne cause. Nous aidons l'organisation « Ocki-Lux » à crocheter les pieuvres pour les petits prématurés dans les hôpitaux luxembourgeois.



14.00 - 17.00



Neunhausen - An der Coque



Rollstuhlgerecht /  
Adapté aux chaises roulantes



Abholdienst möglich /  
Service transport possible



Gratis / Gratuit



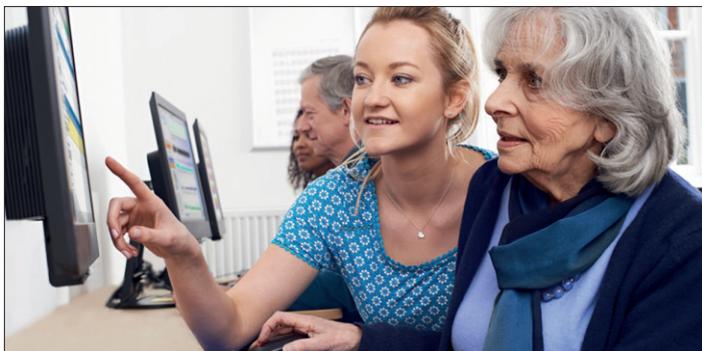
Bis 10 Uhr am Tag der Aktivität /  
Jusqu'au jour de l'activité



Do | Je 16.04.2020

Do | Je 14.05.2020

Do | Je 18.06.2020



**De** Computer und Internet bieten viele Möglichkeiten den Alltag zu erleichtern. Wir bieten Kurse an, welche helfen sollen, Berührungsängste gegenüber der Technik abzubauen und vermitteln den Umgang mit den verschiedenen Programmen und dem Internet.

Auch für Fortgeschrittene bieten wir Vertiefungskurse an.

**Fr** L'ordinateur et internet offrent de nombreuses possibilités de faciliter la vie quotidienne. Nous proposons des cours destinés à réduire les craintes vis-à-vis de la technologie et à enseigner l'utilisation des différents programmes et de l'internet.

Nous proposons également des cours d'immersion pour les personnes plus expérimentées.

|  |  |
|--|--|
|  | Immer Mittwochs<br>Chaque mercredi                 |
|  | 09.00 - 11.30                                      |
|  | Goesdorf - Centre Culturel                         |
|  | Rollstuhlgerecht /<br>Adapté aux chaises roulantes |

|   |  |
|---|--|
|  | Abholdienst möglich /<br>Service transport possible            |
|  | 5 €  |
|  | Bis 1 Tag vor Kursbeginn /<br>Jusqu'à un jour avant l'activité |

 **Sport**

|  |    |
|--|----|
| Wandern - <i>Randonnée</i> .....                                 | 19 |
| Rückenfit mit Fabienne - <i>Cours du dos avec Fabienne</i> ..... | 20 |
| Geocaching für alle - <i>Géocaching pour tous</i> .....          | 21 |
| Gemütliche Spaziergänge - <i>Promenades courtes</i> .....        | 22 |

## Wandern

**De** Zusammen mit einigen Wanderer der Gemeinden Boulaide und Winseler bieten wir Ihnen zweimal monatlich eine Wanderung von 8 bis 15 km an. Treffpunkt ist immer an verschiedenen Startpunkten.

**Fr** Avec quelques randonneurs des communes de Boulaide et Winseler, nous vous proposons deux fois par mois une randonnée de 8 à 15 km. Le lieu de rendez-vous est toujours à différents points de départ.



|   |                                     |
|---|-------------------------------------|
|    | <b>So   Di 12.04.2020</b>           |
|    | <b>Grümlscheid - Bei der Kierch</b> |
|    | <b>Do   Je 30.04.2020*</b>          |
|    | <b>Baschleiden - Bei der Kierch</b> |
|    | <b>Di   Ma 05.05.2020*</b>          |
|  | <b>Surré - Bei der Kierch</b>       |
|  | <b>So   Di 10.05.2020</b>           |
|  | <b>Berlé - Bei der Kierch</b>       |
|  | <b>Di   Ma 02.06.2020*</b>          |
|  | <b>Boulaide - Bei der Kierch</b>    |
|  | <b>So   Di 14.06.2020</b>           |
|  | <b>Doncols - Bei der Kierch</b>     |



**10.00 / \*14.00**



**Gratis / Gratuit**



**Bis 10 Uhr am Tag der Aktivität /  
Jusqu'au jour de l'activité**



## Cours du dos avec Fabienne Kobs



**De** Sanfte rüchenschonende Gymnastik verbessert Ihre Haltung und Beweglichkeit. Stretching ist eine Methode, die die Muskulatur entspannt, den Bewegungsspielraum vergrößert und die Gelenke fit hält. Der Kurs richtet sich an Frauen und Männer jeden Alters.

**Fr** La gymnastique douce ménageant le dos améliore votre posture et votre mobilité. Le stretching est une méthode qui détend la musculature, augmente la liberté de mouvement et garde les articulations en forme.

**Kursleiterin:** Fabienne Poncin-Kobs

|  |                                |
|--|--------------------------------|
|  | 17.00 - 18.00                  |
|  | Baschleiden Hannert der Kierch |
|  | 95 €                           |
|  | 24.03.2020                     |

|  |                           |
|--|---------------------------|
|  | <b>Di   Ma</b> 07.04.2020 |
|  | <b>Di   Ma</b> 14.04.2020 |
|  | <b>Di   Ma</b> 21.04.2020 |
|  | <b>Di   Ma</b> 28.04.2020 |
|  | <b>Di   Ma</b> 05.05.2020 |
|  | <b>Di   Ma</b> 12.05.2020 |

## Geocaching für alle



**De** Sind Sie begeisterter Schnitzeljäger? Bei Geocaching wird dies auf ein neues Level angehoben. Hier hilft Ihnen ein GPS-Gerät, um zum Ziel zu gelangen. Denken Sie an passende Kleidung, Schuhwerk und Getränke.

**Fr** Vous êtes passionné de la chasse au trésor ? Géocaching prend cela à un nouveau niveau. Vous avez un appareil GPS, qui vous aide pour atteindre votre destination. N'oubliez pas des vêtements et des chaussures solides.



14.00 - 17.00



Eschdorf - Grillplatz



Gratis / Gratuit



03.06.2020

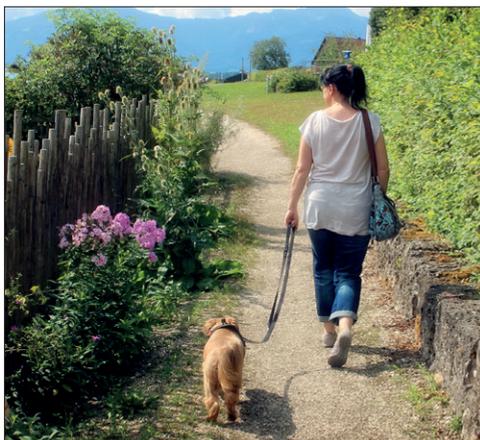


Sa | Sa 06.06.2020

## Promenades agréables

**De** Mit kurzen Spaziergängen in der Natur die Batterien wieder aufladen und etwas für die eigene Fitness und Gesundheit tun. Jeden 2. & 4. Dienstag im Monat. treffen wir uns an verschiedenen Orten um in entspannter Atmosphäre Spazieren zu gehen.

**Fr** Rechargez vos batteries et faites quelque chose pour votre forme et votre santé, avec de courtes promenades dans la nature. Chaque 2<sup>ème</sup> & 4<sup>ème</sup> mardi du mois.



|   |                           |
|---|---------------------------|
|    | <b>Di   Ma 14.04.2020</b> |
|    | <b>Harlange</b>           |
|    | <b>Di   Ma 28.04.2020</b> |
|  | <b>Winseler</b>           |
|  | <b>Di   Ma 12.05.2020</b> |
|  | <b>Dahl</b>               |
|  | <b>Di   Ma 26.05.2020</b> |
|  | <b>Nocher</b>             |
|  | <b>Di   Ma 09.06.2020</b> |
|  | <b>Tarchamps</b>          |



**08.30 - 09.30**



**Abholdienst möglich /  
Service transport possible**



**Gratis / Gratuit**



**Bis 1 Tag vor der Aktivität /  
Jusqu'un jour avant l'activité**



## Workshops - Ateliers

|  |    |
|--|----|
| Blumengestecke mit Viola - <i>Compositions florales avec Viola</i> .....                                     | 24 |
| Aufbau und Anlegen eines Hochbeetes<br><i>Installation et mise en place d'une jardinière surélevée</i> ..... | 25 |
| Süß bis Salzig - <i>Pâtisserie sucrée à salée</i> .....  | 26 |
| Seifenseminar - Lilli's Bubble Dreams - <i>Atelier de savon</i> .....  | 27 |

## Blumengestecke mit Viola



14.00 - 16.00



Harlange - Am Sall



Abholdienst möglich /  
Service transport possible



45 €



24.03.2020

**De** Die Floristin Viola zeigt Ihnen, wie Sie Frühlingsgestecke zusammenstellen können, welche Sie später zu einem Ganzjahresgesteck umfunktionieren können.

**Fr** La fleuriste Viola vous apprend ici comment composer des compositions printanières que vous pourrez utiliser ultérieurement transformer en composition annuelle.



Do | Je 02.04.2020

## Installation/mise en place d'une jardinière surélevée



14.00 - 16.00



Baschleiden - Club Uewersauer



Abholdienst möglich /  
Service transport possible



5 €



Bis 1 Tag vor der Aktivität /  
Jusqu'un jour avant l'activité



Sa | Sa **04.04.2020\***  
**18.04.2020\*\***

**De** Durch die Höhe ist das Beet perfekt im Stehen zu bepflanzen.

Lernen Sie wie man ein Hochbeet selbst baut und schichtweise mit verschiedenen Materialien befüllt.

**Fr** Grâce à sa hauteur, la jardinière est parfaitement dressée

Apprenez à construire vous-même une jardinière surélevée, à garnir et à planter des couches de différents matériaux.

\*Installation, \*\*Mise en place

## 👏👏 “Séis bis Salzeg Pâtisserie“



**De** Gebäck muss nicht immer süß sein. Finden Sie heraus, was man alles mit den verschiedenen Teigsorten backen kann. Von süßem zu salzigem Gebäck ist für jeden Geschmack etwas dabei.

**Fr** Les pâtisseries ne sont pas toujours sucrées. Découvrez, ce que vous pouvez faire avec différents types de pâte. De la pâtisserie sucrée à la pâtisserie salée, il y en a pour tous les goûts.

|  |                              |
|--|------------------------------|
|  | 09.00 - 12.00                |
|  | Fuussekaul - An der Kailchen |
|  | 45 €                         |
|  | 20.04.2020                   |



So | Di 26.04.2020

## Atelier de savon – Lili's Bubble Dreams

**De** Lernen Sie, wie man Seife mit Hilfe von natürlichen Materialien selbst herstellen kann.

Kleidung: Bringen Sie bitte ein lang-ärmeliges Kleidungsstück mit, da mit Laugen gearbeitet wird.

**Fr** Dans cet atelier, vous apprendrez tout ce qu'il faut savoir sur le savon et comment le fabriquer soi-même.

Veillez apporter un vêtement à manches longues, car on travaille avec des saumures.



14.00 - 16.00



Harlange - Am Sall



70 €



13.05.2020  
(Mindestteilnahme 5 Personen)



Sa | Sa 23.05.2020



## Infoveranstaltungen - Séances d'information

Diabetes-bin ich betroffen? - *Le diabète me concerne ?* ..... 29

Cannabis als Medizin - *Cannabis - en tant que médicament* ..... 30

## **i** Diabetes - betrifft dat mech?



**De** Frau Sylvie Post, Mitarbeiterin der Maison du Diabète, erklärt die Krankheit „Diabetes“. Was ist das genau? Welche Formen gibt es? Wie kann man dem vorbeugen? Welche Therapiemaßnahmen gibt es? Anschließend besteht die Möglichkeit, sich das Risiko von Diabetes ausrechnen zu lassen.

**Fr** Madame Sylvie Post, Infirmière à la Maison du Diabète vous expliquera ce qu'est le diabète, quelles sont les différentes formes de la maladie, comment la prévenir et quels sont les moyens de la traiter, le rôle de l'alimentation et de l'activité physique... Possibilité de calculer le risque de diabète.

|  |   |
|--|---|
|  | 19.00 - 21.00                                       |
|  | Goesdorf - Am Sall                                  |
|  | Abholdienst möglich /<br>Service transport possible |
|  | Gratis / Gratuit                                    |
|  | 15.04.2020  |



 **Do | Je 16.04.2020**

## Cannabis - en tant que médicament



10.00 - 12.00



Eschdorf - Al Gemeng



Abholdienst möglich /  
Service transport possible



Gratis / Gratuit



15.05.2020



Sa | Sa 16.05.2020

**De** Seit 2018 kann in Luxemburg medizinisches Cannabis von Ärzten verschrieben werden. Neben diesem Cannabis, welches THC enthalten kann, wird aber auch THC freies Cannabis verkauft, welches von den Behörden toleriert wird.

**Fr** Depuis 2018, au Luxembourg, le cannabis médical peut être prescrit par des médecins. Outre ce cannabis, qui peut contenir du THC, on vend aussi du cannabis libre de THC, qui est toléré par les autorités.



**Kalender zum  
herausnehmen!**  
**Calendrier  
à arracher!**

|    |         |   |                |
|----|---------|---|----------------|
| 2  | Do • Do | Konter a Matt Treffen<br>Blumengestecke mit Viola                                   | 14<br>24       |
| 3  | Fr • Ve | Kaffi-Klatsch mit Steven  | 11             |
| 4  | Sa • Sa | Besichtigung Météo Boulaide<br>Aufbau eines Hochbeetes                              | 36<br>25       |
| 5  | So • Di |   |                |
| 6  | Mo • Lu | Shopping-Tour mit Mittagessen   | 37             |
| 7  | Di • Ma | Gemeinsames Essen und Bingonachmittag<br>Rückenfit mit Fabienne Kobs                | 12, 15<br>20   |
| 8  | Mi • Me | Computerstuff   Ostereier färben  | 17   52        |
| 9  | Do • Do |   | 25             |
| 10 | Fr • Ve | Gebackener Fisch an Karfreitag  | 51             |
| 11 | Sa • Sa |   |                |
| 12 | So • Di | Wandern   | 19             |
| 13 | Mo • Lu | Gemeinsames Essen und offener Nachmittag  | 12             |
| 14 | Di • Ma | Gemütlicher Spaziergang   Rückenfit mit Fabienne Kobs                               | 22   20        |
| 15 | Mi • Me | Gemeinsames Essen und offener Nachmittag<br>Computerstuff                           | 12<br>17       |
| 16 | Do • Do | Markt in Arlon<br>Stricken & Häkeln für den guten Zweck<br>Diabetes-Infoversammlung | 38<br>16<br>29 |
| 17 | Fr • Ve |   |                |
| 18 | Sa • Sa | Anlegen eines Hochbeetes  |                |
| 19 | So • Di | Feinschmecker Sonntag   | 48             |
| 20 | Mo • Lu |   |                |
| 21 | Di • Ma | Gemeinsames Essen und offener Nachmittag<br>Rückenfit mit Fabienne Kobs             | 12<br>20       |
| 22 | Mi • Me |   |                |
| 23 | Do • Do | Stricken & Häkeln für den guten Zweck   | 16             |
| 24 | Fr • Ve |   |                |
| 25 | Sa • Sa | „Tendances Jardin 2020“ in Erpeldingen  | 35             |
| 26 | So • Di | „Séis bis salzeg Pâtisserie“<br>Uewersauer Quizduell                                | 26<br>45       |
| 27 | Mo • Lu | Gemeinsames Essen und offener Nachmittag  | 12             |
| 28 | Di • Ma | Gemütlicher Spaziergang<br>Rückenfit mit Fabienne Kobs                              | 22<br>20       |
| 29 | Mi • Me | Gemeinsames Essen und offener Nachmittag<br>Computerstuff                           | 12<br>17       |
| 30 | Do • Do | Wandern   | 19             |



|    |         |  |                |
|----|---------|--|----------------|
| 1  | Fr • Ve |  |                |
| 2  | Sa • Sa |  |                |
| 3  | So • Di |  |                |
| 4  | Mo • Lu | Shopping-Tour mit Mittagessen  | 37             |
| 5  | Di • Ma | Gemeinsames Essen und offener Nachmittag<br>Wandern<br>Rückenfit mit Fabienne Kobs | 12<br>19<br>20 |
| 6  | Mi • Me | Computerstuff  | 17             |
| 7  | Do • Do | Konter a Matt Treffen  | 14             |
| 8  | Fr • Ve | Kaffi-Klatsch mit Steven   | 11             |
| 9  | Sa • Sa | Trac Gourmande   | 46             |
| 10 | So • Di | Wandern  | 19             |
| 11 | Mo • Lu | Gemeinsames Essen und offener Nachmittag   | 12             |
| 12 | Di • Ma | Besichtigung der RTL Studios<br>Gemütlicher Spaziergang<br>Rückenfit mit Fabienne  | 46<br>22<br>20 |
| 13 | Mi • Me | Zusammen Essen und offener Nachmittag<br>Computerstuff                             | 12<br>17       |
| 14 | Do • Do | Stricken & Häkeln für den guten Zweck  | 16             |
| 15 | Fr • Ve |  |                |
| 16 | Sa • Sa | Cannabis als Medizin   | 30             |
| 17 | So • Di |  | 48             |
| 18 | Mo • Lu |  |                |
| 19 | Di • Ma | Gemeinsames Essen und offener Nachmittag   | 12             |
| 20 | Mi • Me | Gemeinsames Essen und offener Nachmittag<br>Computerstuff                          | 12<br>17       |
| 21 | Do • Do |  |                |
| 22 | Fr • Ve | Gemeinsames Essen und Bingonachmittag  | 12/15          |
| 23 | Sa • Sa | Seifenatelier - Lili's Bubble Dreams   | 27             |
| 24 | So • Di | Klettern in Lultzhausen<br>Feinschmecker Sonntag                                   | 47<br>48       |
| 25 | Mo • Lu | Gemeinsames Essen und offener Nachmittag   | 12             |
| 26 | Di • Ma | Gemütlicher Spaziergang<br>City Sightseeing: Luxemburg Stadt                       | 22<br>42       |
| 27 | Mi • Me | Computerstuff  | 17             |
| 28 | Do • Do | Besichtigung der Kläranlage "Bleesbréck"   | 41             |
| 29 | Fr • Ve |  |                |
| 30 | Sa • Sa | Mit dem Solarboot über den Stausee   | 53             |
| 31 | So • Di |  |                |



|    |         |  |   |          |
|----|---------|--|---|----------|
| 1  | Mo • Lu |  |   |          |
| 2  | Di • Ma |  | Gemeinsames Essen und offener Nachmittag<br>Wandern | 12<br>19 |
| 3  | Mi • Me |  | Computerstuf  | 17       |
| 4  | Do • Do |  | Konter a Matt Treffen                               | 12       |
| 5  | Fr • Ve |  | Kaffi-Klatsch mit Steven                            | 11       |
| 6  | Sa • Sa |  | Geocaching für alle                                 | 21       |
| 7  | So • Di |  |   |          |
| 8  | Mo • Lu |  | Gemeinsames Essen und offener Nachmittag            | 12       |
| 9  | Di • Ma |  | Gemütlicher Spaziergang                             | 22       |
| 10 | Mi • Me |  | Computerstuf  | 17       |
| 11 | Do • Do |  | Panoramafahrt mit der M.S. "Marie-Astrid"           | 43       |
| 12 | Fr • Ve |  |   |          |
| 13 | Sa • Sa |  | Bingoabend in Heiderscheid                          |          |
| 14 | So • Di |  | Wandern   | 19       |
| 15 | Mo • Lu |  |   |          |
| 16 | Di • Ma |  | Gemeinsames Essen und offener Nachmittag            | 12       |
| 17 | Mi • Me |  | Gemeinsames Essen und offener Nachmittag            | 12       |
| 18 | Do • Do |  | Stricken & Häkeln für den guten Zweck               | 16       |
| 19 | Fr • Ve |  |   |          |
| 20 | Sa • Sa |  |   |          |
| 21 | So • Di |  | Feinschmecker Sonntag                               | 48       |
| 22 | Mo • Lu |  | Gemeinsames Essen und offener Nachmittag            | 12       |
| 23 | Di • Ma |  | Gemütlicher Spaziergang                             | 22       |
| 24 | Mi • Me |  | Computerstuf  | 17       |
| 25 | Do • Do |  | Shopping-Tour mit Mittagessen in der City Concorde  | 37       |
| 26 | Fr • Ve |  | Gemeinsames Essen und Bingonachmittag               | 12, 15   |
| 27 | Sa • Sa |  |   |          |
| 28 | So • Di |  |   |          |
| 29 | Mo • Lu |  |   |          |
| 30 | Di • Ma |  | Gemeinsames Essen und offener Nachmittag            | 12       |



# GUTSCHEIN

**Sie suchen nach dem perfekten Geschenk?**

Ob als Geschenk, als Dankeschön, oder sogar als Geburtstagsüberraschung. Mit einem Gutschein vom Club Uewersauer liegen Sie genau richtig! Gerne beraten wir Sie auch für den optimal passenden Kurs. Oder Sie legen einfach einen bestimmten Geldbetrag fest und der Beschenkte hat mit diesem Budget die freie Wahl.

---

# CHÈQUE CADEAU

**Vous cherchez le cadeau idéal ?**

Qu'il s'agisse d'un cadeau, d'un merci ou même d'une surprise d'anniversaire. Avec un chèque cadeau du Club Uewersauer, vous êtes exactement au bon endroit ! Nous vous conseillons volontiers pour suivre le cours idéal. Ou vous pouvez simplement fixer une certaine somme d'argent et laisser à la personne de choisir dans ce budget.



## Ausflüge / Excursions

|   |    |
|---|----|
| Besichtigung der Wetterstation von « Météo Boulaide » .....   | 36 |
| Visite guidée de la station météo de « Météo Boulaide »   |    |
| Shopping-Tour mit Mittagessen - <i>Shopping avec déjeuner</i> .....   | 37 |
| Marktbesuch in Arlon - <i>Visite du marché d'Arlon</i> .....  | 38 |
| „Tendances Jardin“ in Erpeldange / <i>à Erpeldange</i> .....  | 39 |
| Besichtigung der RTL-Studios - <i>Visite guidée des studios RTL</i> .....   | 40 |
| Besichtigung der Kläranlage „Bleesbréck“<br><i>Visite guidée de la station d'épuration „Bleesbréck</i> .....            | 41 |
| City Sightseeing: Luxemburg-Stadt - <i>Luxembourg Ville</i> .....   | 42 |
| Panoramafahrt mit der M.S. „Marie Astrid“<br><i>Croisière panoramique avec le M.S. « Princesse Marie-Astrid »</i> ..... | 43 |



## Visitt vun der Wiederstatioun “Météo Boulaide“



10.00 - 11.00



4, Cité an Elber  
L-9639 Boulaide



Abholdienst möglich /  
Service transport possible



Gratis / Gratuit



03.04.2020



Sa | Sa 04.04.2020

**De** Werfen Sie einen Blick hinter die Kulissen von “Météo Boulaide“. Welche Geräte braucht man eigentlich, um das Wetter zu bestimmen und wie genau funktionieren diese. Lassen Sie sich von Philippe Ernzer in die Geheimnisse der Wetterkunde einweihen.

Achtung! Diese Aktivität ist wetterabhängig!

**Fr** Jeter un œil dans les coulisses de “Météo Boulaide“. De quel type d’appareils avez-vous réellement besoin pour déterminer la météo et comment fonctionnent-ils exactement ? Laissez-vous initier par Philippe Ernzer aux secrets de la météorologie



## Shopping-Tour mit Mittagessen



**De** Wir fahren einmal monatlich auf Shopping-Tour. Hier haben Sie die Möglichkeit auf eigene Faust oder in gemütlicher Runde zu bummeln.

**Fr** Une fois par mois, nous nous rendons ensemble pour une journée shopping dans un centre commercial luxembourgeois. Ici, vous aurez la possibilité de flâner en groupe ou en toute tranquillité.

|  |  |
|--|--|
|  | <b>Tagesausflug</b>  |
|  | Abholdienst möglich /<br>Service transport possible              |
|  | 15 €   |
|  | Bis 1 Tag vor der Aktivität/<br>Jusqu'à un jour avant l'activité |

|  |   |
|--|---|
|  | <b>Mo   Lu 06.04.2020</b>                     |
|  | <b>Shoppingcenter Massen,<br/>Wemperhardt</b> |
|  | <b>Mo   Lu 04.05.2020</b>                     |
|  | <b>Shoppingcenter Cora, Foetz</b>             |
|  | <b>Mo   Lu 25.06.2020</b>                     |
|  | <b>City Concorde, Bartringen</b>              |



## Marktbesuch in Arlon



7.30 - 11.30



Baschleiden - Club Uewersauer



Abholdienst möglich /  
Service transport possible



Gratis / Gratuit



13.04.2020



Di | Ma 16.04.2020

**De** Besuchen Sie mit uns zusammen den Wochenmarkt in Arlon. Hier finden Sie neben Obst, Gemüse, lokalen Spezialitäten auch Blumen und Bekleidung.

**Fr** Visitez le marché hebdomadaire d'Arlon avec nous, à côté des fruits, légumes, spécialités locales trouvez aussi des fleurs et des vêtements.

Details zur Anreise erhalten Sie bei der Anmeldung.



## „Tendances Jardin 2020“ in Erpeldingen



13.30 - 18.00



Baschleiden - Club Uewersauer



Abholdienst möglich /  
Service transport possible



10 € (Eintritt inbegriffen)



18.04.2020



Sa | Sa 25.04.2020

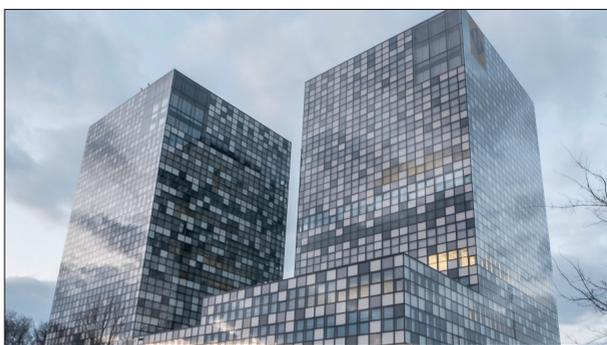
**De** Willkommen im Frühling! Besuchen Sie mit uns eine der größten Gartenmessen Luxemburgs: die jährlich stattfindende landesbekannte „Tendances Jardins“ in Erpeldingen an der Sauer.

**Fr** Bienvenue au printemps ! Visitez avec nous l'un des plus grands salons de jardinage du Luxembourg : les „Tendances Jardins », connues du pays, ont lieu chaque année à Erpeldange.

Details zur Anreise erhalten Sie bei der Anmeldung.



## Besichtigung der RTL Studios



Tagesausflug



Baschleiden - Club Uewersauer



Abholdienst möglich /  
Service transport possible



Gratis / Gratuit



05.05.2020



Di | Ma 12.05.2020

Details zur Anreise erhalten Sie bei der Anmeldung.

De

Bei RTL-City handelt es sich um die neuen Räumlichkeiten von RTL, welche 2017 bezogen wurden. In diesem Gebäude sind sowohl RTL-Radio und Tele-Lëtzebuerg untergebracht. Sie haben die Gelegenheit bei einer geführten Besichtigung hinter die Kulissen des Senders zu schauen.

Fr

RTL City est le nouvel espace de RTL acheté en 2017. Ce bâtiment abrite aussi bien la radio RTL que la télévision Lëtzebuerg. Nous avons l'occasion de regarder derrière les coulisses de la chaîne lors d'une visite guidée.



## Kläranlage - Blesbréck



**De** Was passiert mit unserem Abwasser und welche Schritte sind notwendig um dieses wieder zu reinigen. Diese und weitere Fragen werden Ihnen bei unserem Besuch bei Siden in Blesbruck beantwortet.

**Fr** Qu'advient-il de nos eaux usées et quelles sont les étapes nécessaires pour les nettoyer à nouveau. Nous répondrons à ces questions ainsi qu'à d'autres lors de notre visite à Blesbruck.



8.30 - 12.00



Baschleiden - Club Uewersauer



Abholdienst möglich /  
Service transport possible



Gratis / Gratuit



21.05.2020



Do | Je 28.05.2020

Details zur Anreise erhalten Sie bei der Anmeldung.



## City Sightseeing: Luxemburg Stadt



Tagesausflug



Kautenbach - Gare



Abholdienst möglich /  
Service transport possible



20€ (Mittagessen nicht inbegriffen)



15.05.2020



Di | Ma 26.05.2020

Details zur Anreise erhalten Sie bei der Anmeldung.

**De** Man muss nicht immer weit fahren, um Neues zu entdecken. Fahren Sie mit uns nach Luxemburg Stadt. Ab Kautenbach mit dem Zug, dann Pfaffenthal mit dem Funiculaire zum Kirchberg, wo wir mit dem Tram weiterfahren. Wir werden eine touristische Runde durch Luxemburg-Stadt drehen.

**Fr** Il n'est pas nécessaire d'aller toujours loin pour découvrir de nouvelles choses. Depuis Kautenbach en train, puis Pfaffenthal en funiculaire jusqu'au Kirchberg, où nous allons en tram. Nous allons faire un tour touristique à Luxembourg-ville.



## Panoramafahrt mit der M.S. "Marie-Astrid"



**De** An Bord der M.S. „Princesse Marie-Astrid“ werden Sie das Mosel-Tal aus einem anderen Blickwinkel entdecken. Während Sie ein gastronomisches Menü genießen, gleiten Weinberge, schöne Ortschaften und sanfte Hügel an Ihnen vorbei. Die luxuriöse Ausrichtung des Schiffes bietet die Möglichkeit für einen entspannten Ausflug.

**Fr** À bord du M.S. "Princesse Marie-Astrid", vous découvrirez la vallée de la Moselle sous un autre angle. Pendant que vous savourez un menu gastronomique, vous traversez des vignobles, de belles localités et de douces collines. L'orientation luxueuse du bateau offre la possibilité d'une excursion décontractée.



**Tagesausflug**



**Baschleiden - Club Uewersauer**



**Abholdienst möglich /  
Service transport possible**



**40€** (Essen & Getränke nicht  
inbegriffen)



**28.05.2020**



**Fr | Ve 11.06.2020**

Details zur Anreise erhalten Sie bei der Anmeldung.



## Sonntagsaktivitäten - Activités de dimanche

|   |    |
|---|----|
| Uewersauer Quizduell .....                                    | 45 |
| Trac Gourmande .....  | 46 |
| Klettern in Lultzhausen - <i>Escalade à Lultzhausen</i> ..... | 47 |
| Feinschmecker Sonntag - <i>Dimanche de dégustation</i> .....  | 48 |



## Uewersauer Quizduell



15.00 - 19.00



Fussekaul - Theatersall



Rollstuhlgerecht /  
Adapté aux chaises roulantes



Abholdienst möglich /  
Service transport possible



5 €



21.04.2020



So | Di 26.04.2020

**De** Kennen Sie sich in der Region „Uewersauer“ aus und haben Sie die nötige Nervenstärke? Können Sie Ihre Gegner einschätzen und sind Sie bereit zu zocken? Zögern Sie nicht und melden Sie sich oder ihr Team an. Natürlich sind Sie auch als Zuschauer willkommen.

**Fr** Connaissez-vous la région d'Uewersauer et avez-vous la force nerveuse nécessaire ? Pouvez-vous évaluer vos adversaires et être prêt à jouer ? N'hésitez pas et inscrivez-vous ou votre équipe. Bien sûr, vous êtes aussi le bienvenu comme spectateur.



## Trac Gourmande



**De** Sie sind begeisterter Traktorfan und möchten einen kulinarischen Tag mit Gleichgesinnten verbringen? Dann sind Sie genau richtig. Ob Traktorbesitzer oder nicht, fahren Sie mit auf der Traktortour durch das Sauerland und genießen Sie die gastronomischen Zwischenstopps.

**Fr** Êtes-vous un fan de tracteur enthousiaste et souhaitez passer une journée culinaire avec des personnes partageant les mêmes idées ? Ensuite, vous êtes au bon endroit. Que vous soyez propriétaire d'un tracteur ou non, faites le tour en tracteur à travers la vallée de la Sûre et profitez des arrêts gastronomiques.



09.00 - 17.00



Fuussekaul - Theatersall



38 €



01.05.2020

Details zur Anreise erhalten Sie bei der Anmeldung.



Sa | Sa 09.05.2020



## Escalade à Lultzhausen



**De** Klettern vereint wie kaum eine andere Sportart Kraft, Ausdauer und Konzentration. Außerdem ist es ein Irrglaube, dass Klettern ab einem bestimmten Alter nicht mehr möglich ist. Unser Workshop bietet Ihnen die Möglichkeit zu testen ob Sie sich den Herausforderungen dieser Sportart stellen wollen. Begleitet werden Sie von geschultem Personal.

**Fr** L'escalade allie force, endurance et concentration comme aucun autre sport. En outre, c'est une illusion que l'escalade n'est plus possible à partir d'un certain âge. Notre atelier vous offre la possibilité de tester si vous souhaitez relever les défis de ce sport. Vous serez accompagné par du personnel qualifié.



9.30 - 12.30



Lultzhausen - Base Nautique



15 €



20.05.2020



So | Di 24.05.2020





## Feinschmecker Sonntag



**De** Jeden 3. Sonntag im Monat werden wir ein neues Restaurant in unserem schönen Luxemburg „testen“ und ein paar gesellige Stunden miteinander verbringen. Wohin es geht, wird Ihnen erst kurz vor der Abfahrt mitgeteilt.

**Fr** Chaque 3<sup>ème</sup> dimanche du mois, nous allons à une découverte des restaurants du Luxembourg et passons quelques heures conviviales ensemble. La destinations vous sera communiqué au moment du départ.



**Tagesausflug**



**Baschleiden - Club Uewersauer**



Abholdienst möglich /  
Service transport possible



Jeder kommt selbst für  
seine Verköstigung auf



Bis 3 Tage im Vorfeld /  
Jusqu'à 3 jours avant l'activité

Details zur Anreise erhalten Sie bei der Anmeldung.



**So | Di 26.04.2020**

**So | Di 24.05.2020**

**So | Di 21.06.2020**

**Club Uewersauer**

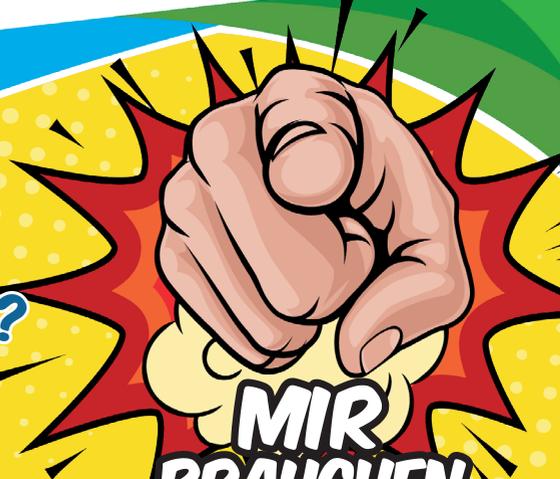
MËLL DECH BEI EIS!

**HUES DU ZÄIT?**

**HUES DU LOSCHT?**

**WËLLS DU DECH  
SOZIAL ENGAGÉIEREN?**

**KANNS DU EPPES  
BESONNESCH GUTT  
AN WËLLS DAT MAT  
ANREEN DEELEN?**



**MIR  
BRAUCHEN  
DECH**

**MIR SICHEN BENEVOLE, DÉI EIS BEI  
EISEN AKTIVITÉITEN ËNNERSTËTZEN  
CLUB UEWERSAUER: 26 44 45 21**



**Inter-Actions**  
Développement & Action Sociale

[www.inter-actions.lu](http://www.inter-actions.lu)



LE GOUVERNEMENT  
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG  
Ministère de la Famille, de l'Intégration  
et à la Grande Région



## Kultur

|   |    |
|---|----|
| Gebackener Fisch an Karfreitag - <i>Le poisson frit traditionnel du vendredi sain</i> ..... | 51 |
| Ostereier färben - <i>Teindre des oeufs de Pâques</i> .....                                 | 52 |
| Mit dem Solarboot über den Stausee - <i>La visite guidée du lac en bateau solaire</i> ..... | 53 |



## Le poisson frit traditionnel du vendredi sain



11.30 - 16.00



Harlange - "Beim Sheila"



Rollstuhlgerecht /  
Adapté aux chaises roulantes



Abholdienst möglich /  
Service transport possible



25 € Gebackener Fisch  
22 € Gebackenes Fisch-Filet



06.04.2020

De

Am Karfreitag treffen wir uns zum Fischessen bei Sheila in Harlange. Begleiten Sie uns und verbringen Sie mit uns einen geselligen Nachmittag.

Fr

Comme le veut la tradition, aucune viande n'est consommée le Vendredi Saint. C'est pourquoi nous vous invitons à manger un poisson frit avec nous.



Fr|Ve 10.04.2020



## Ostereier färben



15.00 - 18.00



Baschleiden - Am Sall



Rollstuhlgerecht /  
Adapté aux chaises roulantes



Abholdienst möglich /  
Service transport possible



5 €



07.04.2020



Mi | Me 08.04.2020

De

Es ist ein alter und schöner Brauch Ostereier zu färben und zu dekorieren. Wir laden alle Interessenten, Großeltern, Eltern und Kinder ein, gemeinsam mit uns Ostereier zu färben.

Fr

C'est une vieille et belle coutume de colorer et de décorer des œufs de Pâques. Aujourd'hui, nous invitons tous les grands-parents, parents et enfants intéressés à colorier ensemble les œufs de Pâques.



## La visite guidée du lac en bateau solaire



14.30 - 17.00



Insenborn - Plage 1



Abholdienst möglich /  
Service transport possible



8 €



28.05.2020



Fr | Ve 30.05.2020

**De** Entdecken Sie Luxemburgs größtes Trinkwasserreservoir aus einer neuen Perspektive! Erfahren Sie, während 2 Stunden, interessante Details über die Flora und Fauna auf, im und um den Obersauerstausee.

**Fr** Découvrez le plus grand réservoir d'eau potable du Luxembourg sous un angle nouveau Apprenez des détails intéressants sur la faune et la flore sur, dans et autour du Lac de la Haute-Sûre.

Details zur Anreise erhalten Sie bei der Anmeldung.



## Beratung - Assistance

|   |    |
|---|----|
| Gratis Sprechstunde mit Corinne - <i>Consultation gratuite avec Corinne</i> ..... | 55 |
| Uewersauer Telefon .....  | 56 |
| Pensionsberatung - <i>Conseils en pension</i> .....                               | 57 |

## **Gratis Sprechstunde mit Corinne**

**De** Dieses Angebot findet als individuelle Sprechstunde nach Terminabsprache mit mir statt. Ziel ist es, Sie zeitnah und kompetent rund um alle sozialpädagogischen Themen des Alltags zu informieren und zu beraten. Jede Beratung wird Ihrer Lebenslage und Ihren Wünschen angepasst.

Ich freue mich jetzt schon, Ihnen mit Rat und Tat zur Seite stehen zu dürfen! Bei Bedarf, einfach anrufen: Tel. 26 44 45 21 oder E-Mail: [clubuewersauer@inter-actions.lu](mailto:clubuewersauer@inter-actions.lu).

**Fr** Cette offre se présente sous la forme d'une consultation individuelle sur rendez-vous. L'objectif est de vous informer et conseiller de façon rapide et compétente sur des thèmes d'ordre socio-éducatif de la vie du quotidien. Chaque consultation est adaptée à votre situation de vie et à vos souhaits.

Je me réjouis d'ores et déjà de pouvoir mettre mes compétences à votre service! En cas de besoin, appelez-moi au 26 44 45 21 ou contactez-nous par e-mail à l'adresse [clubuewersauer@inter-actions.lu](mailto:clubuewersauer@inter-actions.lu)



## Uewersauer Telefon

**De** Um unsere Sozialberatung noch effektiver zu gestalten, wurde zusätzlich das Uewersauer-Telefon eingerichtet, eine Art Helpline unter der sich die Einwohner täglich zwischen 8.30 Uhr und 10.30 Uhr telefonisch zu sozialpädagogischen Problemen beraten lassen und Informationen zur Lösung von Alltagsproblemen erhalten können. Ausgangssituation ist immer Ihre individuelle Lebenssituation und Ihre Vorstellungen und Wünsche.

**Fr** Pour accroître encore davantage l'efficacité de notre assistance sociale, le téléphone Uewersauer a été mis en place. Cette ligne d'assistance offre aux habitants des conseils sur des problèmes d'ordre socio-éducatif et leur propose des solutions.

**Uewersauer - Telefon**  
En oppent Ouer fir lech



621 82 65 36

**Informatioune fir Leit déi**

- ◆ **Informatioune fir d'Organisatioun** vun hirem Alldag brauchen.
- ◆ **sech eleng fillen an ee Wee an d'Gesellegkeet** vum Club Uewersauer sichen.

**Tëscht 8.30 an 10.30 Auer**



**Inter-Actions**  
Développement & Action Sociale  
[www.inter-actions.lu](http://www.inter-actions.lu)



**LE GOUVERNEMENT**  
LE MINISTRE DE LA COMMUNICATIO  
LE MINISTRE DE LA CULTURE  
LE MINISTRE DE LA FAMILLE  
LE MINISTRE DE LA SÉNIORITÉ

1, an der Bech • L-9833 Baschleiden  
Tél.: 26 44 45 21  
Email: [clubuewersauer@inter-actions.lu](mailto:clubuewersauer@inter-actions.lu)  
[www.clubuewersauer.lu](http://www.clubuewersauer.lu)  
Suiviert eis op Facebook!  
[/clubuewersauer](https://www.facebook.com/clubuewersauer)



621 82 65 36

## Conseils en pension

**De** Sie stehen vor der Rente oder haben die Rente und sind sich nicht sicher, was Sie nun machen sollen? Mit unserer Rentenberatung bekommen Sie Antworten auf Ihre Fragen, betreffend Aktivitäten nach ihrer Berentung.

Rufen Sie uns einfach im Büro an und wir vereinbaren einen Termin.

**Fr** Vous êtes à la retraite ou vous avez la retraite et vous n'êtes pas sûr de ce que vous allez faire ? Avec notre service de retraite, vous aurez des réponses à vos questions sur les retraites. Et vous saurez quelle est la prochaine étape sur le chemin de votre retraite bien méritée.

Appelez-nous au bureau et on fixera un rendez-vous.

## VORBEREITUNG AUF DEN RUHESTAND



LE GOUVERNEMENT  
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG  
Ministère de la Famille, de l'Intégration  
et à la Grande Région

Der Leitfaden ist  
verfügbar auf:

 [luxsenior.lu](http://luxsenior.lu)

 247-86000

 [senioren@fm.etat.lu](mailto:senioren@fm.etat.lu)



## Wir suchen wieder....



Etwas für die Gesundheit tun  
oder aber nur um die frische Luft  
und die Natur zu genießen?

**Dann geht diese Einladung an Sie, um mit uns in einer Fahrrad-Gruppe einige gemeinsame Stunden zu verbringen. Interesse? Dann melden Sie sich bei uns.**

Alles Weitere kann dann auch persönlich besprochen werden.

## *Wer sucht, der findet:*

Resultat unserer letzten Suche:

Nach der erfolgreichen Gründung einer „Konter a Matt“ Gruppe, welche sich zum ersten mal am 30. Januar in Pommerloch getroffen hat, können wir jetzt regelmäßig „Konter a Matt“ Treffen anbieten.

Bei diesem ersten Treffen fanden sich 12 spielbegeisterte Interessenten.

Gerne können sich noch weitere Mitstreiter melden.

Freet Iech op den Summer mat eis...



## VORSCHAU

**Visitt vun der Bäckerei Fischer**  
**Alpaka Wanderung**  
**Golf Schnupperkurs**  
**Éisleker Schofsfest**

Erscheinungsdatum unseres Sommerprogrammes:  
**Juni 2020**

Haben Sie auch Ideen, welche Sie mit uns umsetzen müssen?  
Dann sagen Sie uns Bescheid und wir schauen gemeinsam, was möglich ist.

## Teilnahmebedingungen

Der Club Uewersauer wurde in erster Linie für die Einwohner aus den Gemeinden Boulaide, Goesdorf, Esch-Sauer, Winseler und der Stauseegemeinde gegründet. Aber auch Bürger aus anderen Gemeinden sind herzlich willkommen.

### **Teilnahme an den Aktivitäten**

Für die Teilnahme an den Aktivitäten brauchen Sie keine Mitgliedskarte des Club Uewersauer. Die Teilnahme an Aktivitäten erfolgt auf eigene Verantwortung und auf eigenes Risiko. Bei gesundheitlichen Problemen halten Sie bitte vor den Aktivitäten, Ausflügen oder Reisen Rücksprache mit Ihrem Hausarzt. Des Weiteren übernimmt der Club Uewersauer keine Haftung für eventuell entstandene Schäden.

Bei Teilnahmen an spezifischen Aktivitäten bitte entsprechende Ausstattung oder vorgegebene Materialien mitbringen. Bei sportlichen Aktivitäten bitte entsprechende und dem Wetter angepasste Kleidung mitbringen und Getränke nicht vergessen.

Aus Rücksicht auf alle Teilnehmer beginnen wir unsere Aktivitäten pünktlich bzw. pflegen wir, bei Ausflügen und Reisen pünktlich abzufahren.

Da die Mitarbeiter des Club Uewersauer keine medizinische Ausbildung haben,

sind sie nicht berechtigt, Hilfestellungen bei medizinischen Problemen zu leisten. Falls Sie gesundheitliche Einschränkungen haben und pflegende Unterstützung brauchen, müssen Sie daher eine Begleitperson mitbringen.

### **Anmeldungen**

Anmeldungen für Aktivitäten sind unter der 26 44 45 21 oder per E-Mail unter [clubuewersauer@inter-actions.lu](mailto:clubuewersauer@inter-actions.lu) möglich.

Wenn Sie sich angemeldet haben, müssen diese Anmeldungen von uns bestätigt werden. Mit der Anmeldung erklären Sie sich mit dem Ablauf der Aktivität, den internen Regeln des Club Uewersauer und der Teilnahmegebühr einverstanden. Falls eine Aktivität bereits ausgebucht ist, können wir Sie auf Ihren Wunsch auf eine Warteliste setzen für den Fall, dass ein Platz frei wird.

### **Zahlung**

Für Aktivitäten mit Teilnahmegebühr von über 15 € erhalten Sie ein Bestätigungsschreiben des Club Uewersauer. Nach Erhaltung dieser Bestätigung überweisen Sie bitte den Teilnehmerbetrag mit Angabe der Referenz des Schreibens auf die Kontonummer LU59 1111 7207 6656 0000 (Bank CCPLLULL).

Der Club Uewersauer behält sich vor, Teilnehmer bei gebührenpflichtigen Aktivitäten abzulehnen, wenn die Teilnahmegebühr nicht entrichtet ist bzw. wenn der Teilnehmer sich weigert, die Teilnahmegebühr zu bezahlen.

Bei Reisen oder Urlauben mit einem Reiseveranstalter gelten die Fristen und Rückzahlungsbedingungen des Reiseunternehmers. Weitere Informationen zum Datenschutzgesetz erhalten Sie auf unserer Homepage. [www.clubuewersauer.lu](http://www.clubuewersauer.lu).

### **Datenschutz**

Während den Aktivitäten können Sie fotografiert oder gefilmt werden. Der Club Uewersauer nutzt dieses Bildmaterial zu Publikationszwecken. Mit Ihrer Anmeldung erklären Sie sich mit dieser Nutzung einverstanden. Falls Sie nicht damit einverstanden sind, bitten wir Sie, uns dies schriftlich mitzuteilen.

Der Club Uewersauer legt Wert auf die regelkonforme Beachtung des Reglement grand-ducal de la protection des données. Für die Anmeldung zu verschiedenen Aktivitäten benötigt der Club Uewersauer aus organisatorischen oder statistischen Gründen verschiedene persönliche Daten von Ihnen. Wir versichern Ihnen, damit vertraulich umzugehen und Ihre Daten nur

in Bezug auf die Organisation der Aktivitäten zu nutzen d.h. im Falle von Ausflügen und Reisen an den Reiseveranstalter weiterzugeben.

### **Abmeldungen**

Falls Sie Ihre Teilnahme an einer Aktivität rückgängig machen müssen, geben Sie bitte schnellstmöglich Bescheid, damit eventuell ein anderer Teilnehmer gefunden werden kann. Gelingt dies nicht, können wir die entstandenen Unkosten (Reservierung, Essen, Tickets, usw.) nicht rückerstatten.

Bei Abwesenheit ohne Abmeldung, oder falls Sie eine Aktivität abbrechen müssen, müssen Sie trotzdem den gesamten Unkostenbeitrag bezahlen.

### **Absage einer Aktivität**

Der Club Uewersauer behält es sich vor, Aktivitäten abzusagen oder zu verschieben, wenn die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird, der Kursleiter erkrankt ist, wetterbedingt ein Sicherheits- oder Gesundheitsrisiko besteht, usw. Bei vollständiger Absage bzw. falls Sie den neuen Termin nicht wahrnehmen können, wird Ihnen die vollständige Teilnahmegebühr rückerstattet.

## Conditions de participation

Le Club Uewersauer a été créé en premier lieu pour les habitants des communes Boulaide, Goesdorf, Esch-sur-Sûre, Winseler et du Lac de la Haute-Sûre. Mais les citoyens issus d'autres communes sont également les bienvenus.

### **Participation aux activités**

Pour participer aux activités, vous n'avez pas besoin de posséder une carte de membre du Club Uewersauer. La participation aux activités relève de votre propre responsabilité et se fait à vos propres risques. En cas de problèmes de santé, veuillez consulter votre médecin traitant avant de participer à une activité, une excursion ou un voyage. De plus, le Club Uewersauer décline toute responsabilité en cas de dommage de quelque nature que ce soit.

En cas de participation à des activités spécifiques, veuillez vous doter du matériel indiqué (vous trouverez des informations détaillées dans les différentes sections de la brochure d'activités). Pour les activités sportives, veuillez apporter des vêtements adaptés aux conditions climatiques, sans oublier les boissons.

Par respect pour les autres participants, nous commençons nos activités ponctuellement et nous nous efforçons de respecter les heures de départ fixées pour les excursions et les voyages. Étant donné que les membres du personnel du Club Uewersauer ne possèdent pas de formation médicale, ils n'ont pas le droit de fournir une assistance en cas de problèmes médicaux. Si

vous présentez des problèmes de santé, vous devez prévoir un accompagnateur.

### **Inscriptions**

Vous pouvez vous inscrire aux activités par téléphone au 26 44 45 21 ou par e-mail via l'adresse [clubuewersauer@inter-actions.lu](mailto:clubuewersauer@inter-actions.lu). Si vous vous êtes inscrit(e) via e-mail ou en laissant un message sur le répondeur, nous devons confirmer cette inscription. En vous inscrivant, vous marquez votre accord en ce qui concerne le déroulement de l'activité, les règles internes du Club Uewersauer et les frais d'inscription. Si le nombre de participants maximal a déjà été atteint pour une activité, vous avez la possibilité de vous inscrire sur une liste d'attente pour le cas où une place se libérerait.

### **Paiement**

Pour les activités qui coûtent plus de 15 €, vous recevrez un courrier de confirmation du Club Uewersauer. Après réception de cette confirmation, veuillez verser le montant correspondant aux frais de participation sur le numéro de compte LU59 1111 7207 6656 0000 (code BIC: CCPLULLL) en reprenant la référence inscrite sur le courrier.

Le Club Uewersauer se réserve le droit de refuser la participation de personnes à des activités payantes si les frais de participation n'ont pas été acquittés ou si la personne en question refuse de les prendre en charge.

Pour les vacances ou les voyages organisés avec un opérateur de voyages, les délais et les conditions de remboursement de ce dernier sont d'application pour les visites et les excursions. Vous obtiendrez de plus amples informations concernant le règlement sur la protection des données sur notre site Internet [www.clubuewersauer.lu](http://www.clubuewersauer.lu).

### **Protection des données**

Il est possible que nous prenions des photos ou des vidéos de vous pendant les activités. Le Club Uewersauer utilise ces images à des fins de publication. En vous inscrivant à une activité, vous consentez à une telle utilisation. Si vous n'êtes pas d'accord, veuillez nous en faire part par écrit.

Le Club Uewersauer attache une grande attention à l'application correcte du Règlement grand-ducal sur la protection des données. Pour l'inscription à certaines activités, le Club Uewersauer doit recueillir différentes données personnelles à des fins organisationnelles ou statistiques. Nous nous engageons à les traiter de façon confidentielle et à les utiliser uniquement dans le cadre de l'organisation d'activités (par exemple, en cas d'excursions et de voyages, nous les transmettons à l'organisateur de voyages).

### **Annulations**

Si vous devez annuler votre participation à une activité, veuillez nous en faire part le plus tôt

possible afin que nous puissions éventuellement trouver un autre participant. Dans le cas contraire, nous ne serons pas en mesure de rembourser les frais engendrés (réservation, repas, billets, etc.).

En cas d'absence sans annulation ou si vous devez interrompre une activité, vous êtes tout de même tenu(e) de payer la totalité des frais de participation.

### **Annulation d'une activité**

Le Club Uewersauer se réserve le droit d'annuler ou de reporter des activités si le nombre minimal de participants n'a pas été atteint, si le personnel encadrant est malade, si la météo présente un risque pour la sécurité ou la santé, etc. Si l'activité est annulée ou que la nouvelle date ne vous convient pas, la totalité des frais de participation vous sera remboursée.



Inter-Actions

Développement & Action Sociale

[www.inter-actions.lu](http://www.inter-actions.lu)



LE GOUVERNEMENT  
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG  
Ministère de la Famille, de l'Intégration  
et à la Grande Région

Club Uewersauer

1, an der Bech • L-9633 Baschleiden

Tel.: 26 44 45 21

Email: [clubuewersauer@inter-actions.lu](mailto:clubuewersauer@inter-actions.lu)

[www.clubuewersauer.lu](http://www.clubuewersauer.lu)

Folgen Sie uns auch auf Facebook!

[f /clubuewersauer](https://www.facebook.com/clubuewersauer)