

Club Uewersauer

Hierschtprogramm
Programme d'automne



Oktober - Dezember 2021



Inter-Actions
Développement & Action Sociale

www.inter-actions.lu



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



All unsere Aktivitäten laufen unter CovidCheck
Toutes nos activités se déroulent sous CovidCheck

Legende / Légende

	Datum / Date
	Uhrzeit / Horaire
	Treffpunkt / Rendez-vous
	Preis / Prix
	Online-Vortrag oder Onlinekurs
	Begrenzte Teilnehmeranzahl
	Kursleitung

Kontaktieren Sie uns / Contactez nous

Tel.: 27 40 27 80

E-Mail: clubuewersauer@inter-actions.lu

Adresse: 39, rue Flebour • L-9633 Baschleiden

www.clubuewersauer.lu

  / clubuewersauer

Vorwort



Liebe Leserinnen, Liebe Leser,

„Gut geplant ist halb gewonnen“. Da derzeit nicht abschätzbar ist, inwieweit sich Corona im Laufe des Herbstes auf unser Aktivitätsprogramm auswirken wird, haben wir versucht, unsere Aktivitäten so zu planen und zu organisieren, dass der Großteil der Angebote auch bei strengeren Hygienemaßnahmen oder Einschränkungen durchführbar sein werden. Um aber eventuelle Programmanpassungen flexibel vornehmen zu können, besteht für alle Aktivitäten eine Anmeldepflicht.

In dieser Herbstbroschüre steht die digitale Wissensvermittlung im Vordergrund, denn „E-Learning“, „Webinare“ und „Online Seminare“ sind ein Trend für die Zukunft und werden auch nach Corona ihre Wichtigkeit behalten, denn Sie ermöglichen Weiterbildung und Lernen von zu Hause aus. Dies wiederum bedeutet mehr Flexibilität, ein sinkendes Stresslevel und eine Reduktion des Zeitaufwandes für die TeilnehmerInnen.

Daneben gilt für uns die Präsenz-Veranstaltungen und somit die unmittelbaren menschlichen Begegnungen zu fördern, da diese einen emotionalen Stellenwert behalten.

Daher bieten wir ein weit gefächertes Programm für Präsenz – Aktivitäten an. Von Alpaka - Wanderungen in Heiderscheid bis hin zum Weihnachtsmarkt nach Trier ist alles dabei. Der „Mëttesdesch mam Club Uewersauer“ wird wieder aktiviert, Tagesausflüge werden wieder angeboten und wir haben unser intergenerationelles Angebot erweitert, da die Nachfrage nach Aktivitäten für Jung & Alt im Sommer besonders ausgeprägt war.

Demnach dürfte in dieser Broschüre für jeden Interessenten etwas dabei sein und es wäre uns eine Freude, Sie bei der einen oder anderen Aktivität begrüßen zu dürfen.

Ihr Team des „Club Uewersauer“

Chères lectrices, chers lecteurs,

Après les averses torrentielles du juillet et août, l'année 2021 n'aura pas manqué d'événements climatiques inattendus. Mais comme dit le dicton : il n'y a pas de mauvais temps, il n'y a que des vêtements inappropriés. En ce qui concerne le Club Uewersauer, on garde toujours une attitude positive et on s'adapte à toutes les situations.

Nul n'est à l'abri de ressentir par moment un sentiment de solitude pendant cette pandémie de Covid-19. Tout le monde peut se sentir coupé de ses proches, mais certains d'entre nous disposent d'un meilleur accès à la technologie que d'autres, ou ont plus de liens sociaux.

Les collaborateurs du Club Uewersauer continuent à vous aider à connaître les plateformes de communication comme Facebook et WhatsApp et ainsi de pouvoir entrer d'une façon simple en contact avec vos proches.

Les offres proposées à l'extérieur ont aussi connu un grand succès. Les visites de la ferme du Hanshaff destinées pour petits et grands ont affiché complet rapidement.

En tant que bourgmestre, je peux que féliciter cette promotion de solidarité intergénérationnelle. Une personne âgée peut partager ses expériences et ses souvenirs avec la nouvelle génération, et leur faire l'apprentissage des choses qu'elle connaît. C'est également un moyen pour les personnes âgées de se sentir moins isolées.

Je vous souhaite un automne coloré et formule le vœu que vous puissiez, à votre tour, de vivre des beaux moments avec vos proches et pourquoi pas aussi pendant les activités du Club Uewersauer.

René Michels

Bourgmestre de la Commune du Lac de la Haute-Sûre

“Club am Duerf“

Club en village

De Club am Duerf – Immer in Ihrer Nähe:

Sei es Sie spontan beim Spazieren zu begleiten, Ihnen einen Botengang zur Post abzunehmen oder auch ganz einfach auf einen kleinen Plausch bei Ihnen vorbeischaun. Regelmässig ist unser Team, in den Dörfern der 5 Partnergemeinden unterwegs und freut sich, Ihnen mit Rat und Tat zur Seite stehen zu können.

Sprechen Sie uns an!

 Montag / Lundi	—	 Gemeinde Boulaide	
 Dienstag / Mardi	—	 Gemeinde Winseler	
 Mittwoch / Mercredi	—	 Gemeinde Goesdorf	
 Donnerstag / Jeudi	—	 Gemeinde Esch-Sauer	
 Freitag / Vendredi	—	 Stausee Gemeinde	

Teilnahmebedingungen

Conditions de participations COVID-19



Sich für jede Aktivität anmelden, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.
Vous inscrire pour chaque activité, car le nombre de participants est limité.



Ihren Mund-Nasenschutz selbst mitbringen.
Apporter votre masque.



Die Hände beim Betreten des Raumes, vor und nach der Aktivität desinfizieren (Desinfektionsmittel ist vor Ort).
Désinfecter vos mains à l'arrivée, avant et après l'activité (le désinfectant est mis à votre disposition)



COVID
check.lu

All unsere Aktivitäten laufen unter CovidCheck

Toutes nos activités se déroulent sous CovidCheck

Trotz aller Vorsichtsmaßnahmen, behält die Teilnahme an einer Gruppenaktivität immer ein Rest-Ansteckungsrisiko und erfolgt immer auf eigene Gefahr.

Malgré toutes les mesures de précaution, la participation à une activité de groupe conserve toujours un risque résiduel d'infection et est toujours à vos propres risques.

Inhalt - Contenu

	Regelmäßige Aktivitäten / Activités régulières	8-13
	Präsenzveranstaltung & Webinar/ Séance d'information en présence ou en ligne	14-18
	Sport, Gesundheit & Wohlbefinden / Sport, Santé & Bien- Être	20-25
	Workshop/ Atelier	26-31
	<i>Kalender zum Herausnehmen / Calendrier à arracher</i>	
	Für Gross und Klein/ Pour les Grands et les Tout-Petits	32-38
	Kultur & Ausflüge/ Cultur et visites	40-44
	E-Learning zu Hause / E-Learning à domicile	46-53
	“De Club bei lech dohem”	54-60



Gesellige regelmäßige Aktivitäten Activités de convivialité régulières

Es geht wieder los: Restaurant-Treff	9
Après-midi au restaurant	
Konter a Matt.....	10
„Konter et Mat“	
Kreativ – Café.....	11
Coin créatif	
Alpaka - Wanderung	12
Une randonnée avec les alpagas	
„Klatsch an Tratsch - Wéi fréier am Bistrot“	13
Après-midi avec Steven	



Es geht wieder los: Restaurant Treff Après-midi au restaurant



De In gemütlicher Runde treffen wir uns für ein gemeinsames Mittagessen. Bei Interesse melden Sie sich an und erfahren Sie, wo es hingehet. Wir freuen uns auf jeden Fall schon mit Ihnen zu essen.

Fr Passez l'après-midi dans l'atmosphère détendue d'un cercle convivial et discutez des thèmes actuels.



11.30 - 13.30



Jeden 1. Mittwoch im Monat
chaque 1^{er} mercredi du mois



Gratis / gratuit



Konter a Matt Treff Konter et Matt



De Nach einer ungeplanten Pause geht es wieder weiter! Ab jetzt treffen wir uns wieder im Shopping-Center Knauf in Pommerloch und lassen die Karten fliegen.

Fr Après une pause imprévue, ça recommence. Tous les 1er jeudi après-midi du mois, nous nous retrouvons au centre commercial Knauf de Pommerloch pour jouer aux cartes.



14.00 - 16.30



Jeden 1. Donnerstag im Monat
chaque 1^{er} jeudi du mois



Pommerloch



De Ob Anfänger oder Profi, egal ob Sie stricken, häkeln, nähen oder basteln wollen: Kommen Sie mit Ihren Projekten zu uns und setzen diese in gemütlicher Runde um.

Natürlich können Sie auch einfach „nur“ zum Kaffee trinken vorbeischauen.

Fr Débutant ou professionnel, que vous souhaitez tricoter, crocheter, coudre ou bricoler : venez avec vos

projets et réalisez-les. Bien sûr, vous pouvez simplement passer et prendre une tasse de café.



14.00 - 16.30



Jeden 1. Dienstag im Monat
chaque 1^{er} mardi du mois



Neunhausen, „Coque“



Alpaka-Wanderung

Une randonnée avec les alpagas



De Zu Beginn der Wanderung stellen wir Ihnen die kuscheligen Vierbeiner vor. Nach dem ersten Kennenlernen halftern wir die Tiere und es geht hinaus in die freie Natur.

Fr Au début de la randonnée, nous vous présentons d'abord les alpagas. Après la première rencontre, les alpagas nous accompagneront pour une randonnée.



14.30 -16.30



09.10. / 23.10. / 06.11. /
20.11. / 04.12. / 18.12.



5 € (1) / 10 € (2)



Heiderscheid



Klatsch an Tratsch wéi fréier am Bistrot Papotage avec Steven



De

Verbringen Sie Ihren Nachmittag bei einer Tasse Kaffee und einem Stück Kuchen in einer entspannten und geselligen Runde.

Fr

Passez votre après-midi avec une tasse de café et un morceau de gâteau dans un cercle convivial.



14.00 - 16.30



Jeden 3. Donnerstag
im Monat



Nähere Informationen erhalten
Sie bei der Anmeldung



Präsenzveranstaltung & Webinar Séance d'information en présence ou en ligne

Coviva – Coviva: „Partner fir Äert Liewen doheem“	15
Coviva: Soins à domicile	
Die Feldenkrais – Methode	16
Cour d'essai gratuit: « Méthode Feldenkrais »	
„Mäi Wëlle Mäi Wee“	17
Das DSP - Warum ich ihn brauche	18
Le DSP - Pourquoi j'en ai besoin	



i Coviva: „Partner fir Äert Liewen doheem“
Coviva: Soins à domicile



De "So lange und so bequem wie möglich zu Hause bleiben" ist das Thema eines Informationsabends zusammen mit dem Pflegedienst Coviva.

Fr Nous vous invitons à une soirée d'information sur le thème : "Restez chez soi le plus longtemps et le plus confortablement possible".



18.30 – 19.30



16.11.2021



Die Veranstaltung wird als Präsenz- oder als Onlineveranstaltung angeboten.



i Schnupperstunde: Die Feldenkrais – Methode
« Méthode Feldenkrais » - relaxation douce



De Diese sanfte Art der Entspannung schult und ermöglicht es, Bewegungsmuster schonend zu verändern. Die so entstehende neue Leichtigkeit lässt sich direkt in den Alltag übertragen.

Fr Cette méthode entraîne la conscience corporelle de manière douce et permet de modifier les schémas de mouvement en douceur. La nouvelle légèreté peut être transférée directement dans la vie quotidienne.



19.00 - 20.30



06.10.2021



Die Veranstaltung wird als Präsenz- oder als Onlineveranstaltung angeboten.



Mäi Wëlle – Mäi Wee



Mäi Wëllen
Mäi Wee

**Association pour le Droit de Mourir
dans la Dignité - Lëtzebuerg a.s.b.l.**
Reconnue d'utilité publique

De Seit ihrer Gründung setzt sich die Vereinigung „Mäi Wëllen, Mäi Wee“ für das Recht ein, in Würde sterben zu können. Im Rahmen der kostenlosen Infostunde erhalten Sie nähere Infos: Zum Ausfüllen Ihrer Bestimmungen am Lebensende und zum Gesetz zur Sterbehilfe.

Fr Lors de la séance d'information, l'association MWMW peut: vous aider à compléter vos dispositions de fin de vie et répondre à toutes questions sur la loi relative à l'euthanasie.



18.00 - 19.30



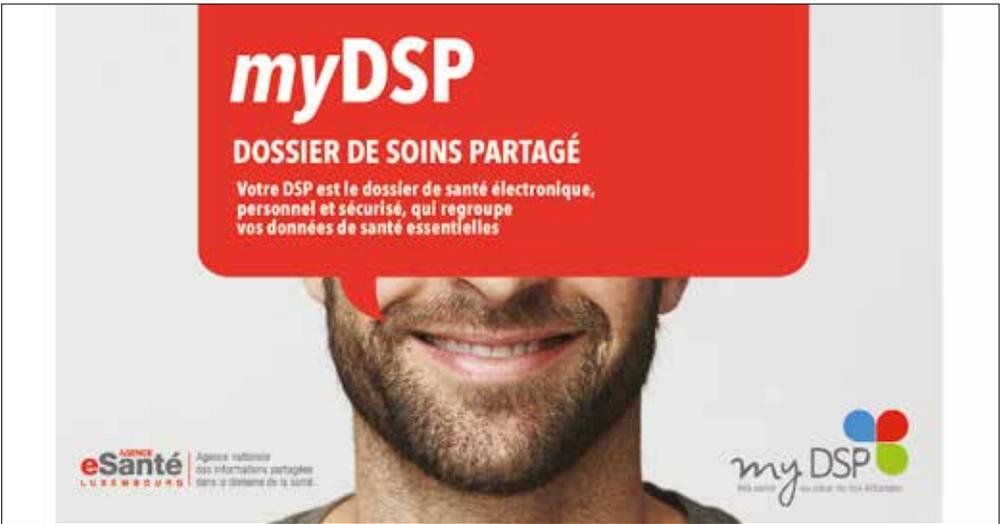
10.11.2021



Baschleiden, "Am Sall"



i Das DSP - Warum ich ihn brauche
Le DSP - Pourquoi j'en ai besoin



De Mitarbeiter der Agence eSanté Luxembourg werden vor Ort sein, um das DSP und seine vielseitigen Vorteile zu erklären. Sie werden Ihnen auch Unterstützung bei der Aktivierung Ihres eSanté-Kontos anbieten, das Sie für den Zugang zu Ihrem DSP, und anderen digitalen Gesundheitsdiensten die demnächst über das Portal www.esante.lu verfügbar sein werden, benötigen.

Fr Des collaborateurs de l'Agence eSanté Luxembourg seront sur place pour vous expliquer le DSP et ses divers avantages. Ils vous propo-

seront également de vous accompagner dans l'activation de votre compte eSanté - nécessaire pour accéder à votre DSP et aux autres services de santé digitaux bientôt disponibles via le portail www.esante.lu



14.30-16.30



09.10.2021* / 06.11.2021



Eschdorf, „Al Gemeng“ /
*Boulaide "An der Gemeng"

Bienvenue dans le monde digital

Osez le digital

Nos nombreux exposants vous offrent la possibilité de découvrir de près les produits numériques et de les essayer par vous-même.

Rejoignez-nous!

Vendredi 1^{er} octobre 2021
10:00 – 16:00

CENTRE CULTUREL
DE BONNEVOIE
2, rue des Ardenes



Photo: © InsideCreativeHouse – stock.adobe.com

Informations

 **36 04 78-1**
akademie@rbs.lu



GRATUIT

Stands d'info

Où trouver des cours de nouveaux médias ?

Comment naviguer en sécurité sur Internet ?

Courses en ligne, eBanking, administration en ligne : Comment ça marche ?

Conseils pratiques

Tablette, ordinateur, smartphone ...
Les réponses à vos questions !

Quiz en ligne

Scannez le code QR avec votre smartphone et lancez-vous.
De superbes prix à gagner !





Sport, Gesundheit & Wohlfühlen Sport, Santé & Bien-Être

Nordic Walking	21
Marche Nordique	
Wandern	22
Randonnée	
Muppen-Treff: 4 Pfoten & 1 Paar Schuhe	23
Muppen Treff: 4 pattes & 1 paire de chaussures	
Waldbaden: Entspannung im Wald	24
Baignande en Forêt	
Schnupperkurs Tauchen	25
Cours d'essaie : La plongée	



Nordic Walking - garantierter Wohlfühleffekt! Nordic Walking - effet bien-être garanti !



De An die Stöcke fertig los! Wer Spaß an Bewegung und Spazieren hat, ist herzlich willkommen. Es gibt keinerlei Leistungsdruck oder Mindestgeschwindigkeiten.

Fr Ceux qui aiment faire de l'exercice et se promener sont les bienvenus. Il n'y a pas de pression de puissance ou de vitesse minimale.



14.30 - 16.30



Mittwochs / Mercredi
13.10., 10.11., 08.12.2021



Wandern: Gemeinsam über Stock und Stein Partez en randonnée ensemble



De Sie sind auf der Suche nach Wanderbegleitern in der Nähe? Dann sind Sie hier richtig: Einfach anmelden und nette Leute in Ihrer Nähe zum Wandern treffen.

Fr Vous cherchez des accompagnateurs de randonnée dans le coin ? Alors vous êtes au bon endroit : Il suffit de s'inscrire et de joindre notre groupe randonné.



14.30 - 16.30



Mittwochs / Mercredi
20.10., 17.11., 15.12.2021



Muppen-Treff: 4 Pfoten 1 Paar Schuhe

“Muppen-Treff”: 4 pattes 1 paire de chaussures



De Sie möchten in geselliger Runde mit Ihrem Hund spazieren gehen? 1-mal monatlich trifft sich unser “Uewersauer Muppen-Treff”. Selbstverständlich sind auch alle Nicht-Hundebesitzer herzlich willkommen.

Fr Vous souhaitez promener votre chien en bonne compagnie ? Notre « Uewersauer Muppen-Treff » se

réunit une fois par mois. Bien entendu, vous pouvez vous joindre à nous sans être propriétaire de chien!



14.30 - 16.30



Mittwochs / Mercredi

27.10., 24.11., 22.12.2021



Waldbaden: Entspannung im Wald

Waldbaden: Détente en forêt



De Wer Entspannung sucht oder seine Gesundheit stärken will, sollte »Shinrin Yoku« oder »Waldbaden«, unbedingt einmal ausprobieren. Warum? Es baut Stress ab, stärkt das Immunsystem, verbessert den Schlaf und die Konzentrationsfähigkeit.

Fr Le «Shinrin Yoku» ou «Waldbaden» vous aide à vous détendre ou à renforcer votre santé. Cette méthode japonaise de relaxation soulage

le stress, renforce le système immunitaire et améliore le sommeil et la concentration.



14.00 - 16.00



14.10. & 19.11.2021



20 €



„Wassersënneswee“



Schnupperkurs: Tauchen in Wiltz Cours d'essai à Wiltz : La Plonge



De Der Schnupperkurs ist ideal für Beginner, die gerne die Faszination der Unterwasserwelt kennen lernen möchten. Unter professioneller Anleitung machen Sie Ihre ersten Tauchfahrten.

Fr Ce cours d'initiation est idéal pour les débutants qui souhaitent découvrir la fascination du monde sous-marin. Vous aurez votre première expérience de plongée sous l'assistance d'un professionnel.



19.30 - 21.00



16.12.2021



Wiltz



Workshop / Atelier

Pilzwanderung	27
Randonnées fongiques guidées	
Floristikkurs: „Herbststimmung“	28
Atelier Floristique „ Automne“	
Floristikkurs: „Weihnachtsstimmung“	29
Atelier Floristique : Ambiance de Noel	
Aromatherapie Stärken Sie Ihr Immunsystem	30
Aromathérapie : Renforcer votre système immunitaire	
Schminkkurs : 1x1 des Schminkens	31
Séminaire : 1x1 du maquillage	



Wo wachsen sie denn? – Geführte Pilzwanderung Randonnées fongiques guidées



De Bei der Pilzwanderung informiert Sie der Koch, Herr Guillaume Huguet, über die Lebensweise von essbaren Pilzen und deren Verwertung in der Küche.

Fr Pendant la randonnée des champignons, Monsieur Guillaume Huguet informe sur la vie des champignons comestibles ainsi sur leur utilisation en cuisine.



09.00 - 12.00



15 €



Stegen



Der Herbst ist da!
L'automne vient d'arriver!



De Der Herbst ist da! Fertigen Sie ein herbstliches Arrangement, unter Anleitung einer erfahrenen Floristin an und holen Sie sich den Herbst nach Hause.

Fr L'automne est là ! Guidés par une fleuriste expérimentée, vous découvrirez comment créer votre propre arrangement d'automne.



09.30 - 11.30



45 €



16.10.2021



Eschdorf, „Al Gemeng“

 **Weihnachts- Floristik**
Ambiance de Noël



De Mit der Weihnachtszeit zieht die Gemütlichkeit ins Haus! In diesem Kurs werden Sie unter fachkundiger Anleitung Ihr eigenes kreatives Gesteck zur Advents- und Weihnachtszeit anfertigen.

Fr Accompagnés par un professionnel vous pouvez créer des arrangements de Noël. Laissez libre cours à votre créativité.



09.30 - 11.30



45 €



04.12.2021



Baschleiden,
„Hannert der Kierch“



Aromatherapie: Stärken Sie Ihr Immunsystem Renforcer son système immunitaire



De Ein starkes Immunsystem ist ganz wichtig – nicht nur in Zeiten von Corona. Lernen Sie wie Ihr Immunsystem funktioniert und wie man die eigene Immunabwehr mit ätherischen Ölen stärkt.

Fr Nous apprendrons comment fonctionne le système immunitaire, comment renforcer ses défenses immunitaires avec les huiles essentielles, et quelles habitudes avoir au quotidien, pour naturellement booster ses défenses naturelles.



10.00 - 17.00



85 €*
*incl. Arbeitsmaterial, Unterlagen
sowie alle benötigten Öle
(incl. tout le matériel ainsi que les
différents ingrédients)



23.10.2021



Eschdorf, „Al Gemeng“

Das 1x1 des Schminkens L'atelier Maquillage



De Sie wünschen sich Tipps und Tricks im Bereich Make-up? In gemütlicher Atmosphäre, bei dem ein oder andere Gläschen schaffen Sie, gemeinsam mit einer Make-up Expertin, Ihr Make-up und probieren die vorgeführten Techniken selbst aus.

Fr Vous souhaitez des conseils et astuces dans le domaine du maquillage ? Dans une atmosphère chaleureuse, créez votre maquillage

sur mesure avec une experte en maquillage et essayez vous-même les techniques présentées.



19.00 - 21.00



60 €



25.10.2021



Heiderscheid,
„Salon Nadine“



Für Groß und Klein /Pour grands et petits

Streichelzoo um Hans Haff (für die Kleinsten)	33
„Streichelzoo » pour les tout petits sur le Hanshaff	
Ernten, pressen, trinken – gemeinsame Apfel-ernte	34
Atelier „Jus de pomme“	
„Nikloosatelier“ um Hanshaff	35
„Atelier de St.Nicolas“ au Hanshaff	
Holzwerkstatt	36
Atelier de bois	
Kunstwerke im Wald	37
Art dans la Forêt	
Wild Cooking am Stausee	38
Cuisine sauvage au réservoir	



 **Streichelzoo um Hanshaff: Für Kinder von 0- 4 Jahre**
Zoo pour enfants de 0-4 ans sur le Hanshaff



De Ob Grosseltern, Eltern, Onkel oder Tanten, begleiten die Aller kleinsten auf den Erlebnisbauernhof der Familie Hans. Von Hühnern füttern, über Kaninchen streicheln Ziegen, Kühe und Kälber füttern, alles ist dabei!

Fr Grands-parents, parents, oncle ou tante, accompagnez-nous à la ferme de la Famille Hans. Nourrir les poules, caresser les lapins et beaucoup plus vous attend.



09.30 - 11.00



23.10. & 27.11.2021



15 € () / 10 € ()



Bockholtz, „HansHaff“



 **Ernten, pressen, trinken – gemeinsame Apfelernte
Atelier « Jus de pomme »**



De Woher kommt der Apfelsaft und wie wird er gemacht? An diesem Nachmittag haben die Kinder die Möglichkeit Äpfel zu ernten und beim Herstellen von Apfelsaft dabei zu sein.

Fr Comment le jus de pomme entre-t-il dans la bouteille ? Les enfants auront la possibilité de récolter des pommes et de participer à la production de jus de pomme.



14.00 - 16.00



09.10. & 23.10.2021



20 € () / 10 € ()



Bockholtz, „HansHaff“



„Nikloos - Atelier“ um Hanshaff « Atelier de St.Nicolas » au Hanshaff



De

An diesem Nachmittag entdecken wir den Weg vom Korn zum Mehl beim gemeinsamen Backen von „Boxemännchen“. Während der Backzeit werden noch kleine Holznikoläuse gebastelt. Zum Abschluss lassen wir uns die „Boxemännchen“ mit einer warmen Schokolade schmecken.

Fr

Cet après-midi, nous découvrirons le chemin du grain à la farine en cuisinant ensemble des "Boxemännchen". Pendant le temps de cuisson,

nous fabriquerons des petits pères Noël en bois. A la fin, nous dégusterons le "Boxemännchen" avec un chocolat chaud.



14.00 -16.00



27.11.2021



20 € (👤👤) / 10 € (👤)



Bockholtz, „HansHaff“



 **Werkstatt Holz**
Atelier en bois



De Einen Tag lang lernen die Kinder den Umgang mit dem heimischen Rohstoff Holz und betätigen sich selbst als Handwerker wie früher im hölzernen Zeitalter. Die Kinder fällen selbst, sägen, spalten und nutzen die Abziehbank.

Fr Les enfants apprennent à utiliser la matière première locale du bois et travaillent eux-mêmes en tant qu'artisans comme autrefois à l'ère du bois.

Ils abattent eux-mêmes, scient, fendent et utilisent le banc de dérision.



10.00 -15.00



13.11.2021



15 € (👤👤) / 10 € (👤)



Burfelt



Kunstwerke im Wald L'art dans la forêt



De Mit Kindern kann man im Wald so viel erleben! Blätter, Äste, Kastanien - im Herbst fällt das schönste Bastelmaterial direkt vom Baum. Wir entdecken die Natur und basteln aus Naturmaterialien.

Fr Les feuilles, les branches, les châtaignes — en automne, le plus beau matériau de bricolage tombe directement de l'arbre. Nous découvrons

la nature et fabriquons à partir de matériaux naturels.



10.00 -15.00



16.10.2021



15 € (family) / 10 € (adult)



Bufelt



Wild Cooking am Stausee Cuisine sauvage dans la nature



De Lernen Sie, wie Sie Mahlzeiten mit einfachen Mitteln im Freien zubereiten können, welche Zutaten geeignet sind und was im Wald an Essbarem für den Kochtopf wächst. Praktische Tipps und leckere Rezepte inklusive.

Fr Apprenez comment préparer des repas à l'extérieur avec des moyens simples, quels ingrédients conviennent et quels aliments conviennent - y compris des conseils pratiques et de délicieuses recettes.



10.00 - 15.00



11.12.2021



15 € (👤👤) / 10 € (👤)



Burfelt

ASSURANCE DEPENDANCE SEGURO DE DEPENDÊNCIA

EN FRANÇAIS:

15 novembre 2021

à 14h30

Treff Aal Schoul, HOBSCHEID

(avec Treff Aal Schoul/Maison des Générations)

EM PORTUGUÊS:

12 maio 2021

às 15h00

Aalt Stadhaus, DIFFERDANGE

(com Service Senior de la Ville de Differdange, Aalt Stadhaus, Club Senior Prënzebiërg, La Maison des Associations, Amitié Plurielle Luxembourg, Confédération de la Communauté Portugaise au Luxembourg, Fédération des Associations Capverdiennes du Luxembourg)

27 outubro 2021

às 17h00

Centre culturel Troisvierges, TROISVIERGES

(com Club Senior Hupperdange, La Maison des Associations, Amitié Plurielle Luxembourg, Confédération de la Communauté Portugaise au Luxembourg, Fédération des Associations Capverdiennes du Luxembourg)



Ausflüge & Kultur/ Culture & Visites

Weinschmecker-Tour	41
Dégustation de vins	
Weihnachtsmarkt in Trier	42
Marché de Noël à Trêves	
Designeroutlet Roermond	43
Shoppingtag im Massen	44
Journée Shopping au Massen	



Weinschmecker-Tour Dégustation de vins



De Treffen Sie andere Weingenießer und seien Sie Teil unseres außergewöhnlichen Vintotheken-Hoppings durch drei verschiedene Kellereien, in denen wir gemeinsam aufregende Weine probieren.

Fr Faites partie de notre extraordinaire tour de vintothèques à travers trois endroits différents où nous dégustons ensemble des vins passionnants.



Tagesausflug mit Bus /
Excursion d'une journée avec bus



11.11.2021



Weihnachtsmarkt in Trier Marché de Noël à Trèves



De 95 festlich geschmückte Holzhäuschen mit besonderen Geschenkideen, liebevoll angefertigten Dekorationsstücken und regionalen Köstlichkeiten warten auf ihre Besucher.

Fr Plus de 90 belles cabines en bois vendent des décorations, des jouets en bois, des céramiques, des

bougies, du verre broyé à la main, et d'autres artisanats.



Tagesausflug mit Bus /
Excursion d'une journée avec bus



09.12.2021



25 € (1)



Designeroutlet Roermond



De Mit fast 200 Geschäften ist das Designer-Outlet Roermond ein wahres Paradies für Schnäppchenjäger! 15 Restaurants und Cafés sorgen für den kleinen Hunger.

Fr Avec près de 200 boutiques, l'outlet de Roermond est un paradis pour les chasseurs de bonnes affaires.



Tagesausflug mit Bus /
Excursion d'une journée avec bus



19.10.2021



35 € (1)



Weihnachtsshopping im Massen Journée Shopping au Massen



De Warum immer über die Grenzen schweifen? Begleiten Sie und ins Shopping-Center "Massen". Hier haben Sie die Möglichkeit, ein wenig zu shoppen oder gemütlich bei Kaffee und Kuchen auf einer Terrasse in der Passage zu sitzen.

Fr Accompagnez et rejoignez le centre commercial « Massen ». Ici, vous avez la possibilité de faire un peu

de shopping ou de vous asseoir confortablement autour d'un café et d'un gâteau sur une terrasse dans le passage.



Tagesausflug mit Bus /
Excursion d'une journée avec bus



14.12.2021



15 € (1)

Wir haben das ideale Geschenk!

Der Gutschein - der Klassiker schlechthin unter den Geschenken.
Häufig versteckt sich dahinter ein Parfum oder ein Buch
und die Freude hält sich leider meist in Grenzen.

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.

Le cadeau optimal!

Vous cherchez le cadeau parfait ?

Avec un **bon du Club Uewersauer**, vous avez fait le bon choix !
Nous serions heureux de vous conseiller sur le cours le plus approprié
ou vous pouvez simplement définir un certain montant et
le destinataire est libre de choisir.





E-Learning zu Hause / E-learning à domicile

Laptop, Smartphone & Tablet	47
Facebook, Whatsapp & Skype	48
Hilfe bei Online-Einkäufen	49
Aide aux achats en ligne	
Luxemburgisch Kurs–Online	50
Coin linguistique en ligne : Luxembourgeois	
Spanisch Kurs–Online.....	51
Coin linguistique en ligne : Espagnol	
Englisch–Online.....	52
Coin linguistique en ligne : Anglais	
Tablet-Schnupperstunde für Einsteiger.....	53
Cours d’initiation à la tablette pour les débutants	



Laptop, Smartphone & Tablet



De Computer und Internet bieten viele Möglichkeiten der Information, Kommunikation oder Unterhaltung. Wir kommen zu Ihnen nach Hause und unterstützen Sie beim Kennenlernen der neuen Technologien.

Fr L'ordinateur et l'internet offrent de nombreuses opportunités d'information, de communication et de divertissement. Nous venons chez vous à la maison et vous accompagnons dans la découverte des nouvelles technologies.

PC, Smartphone oder Tablet bringen wir mit, falls Sie kein Eigenes besitzen.

Nous apporterons un PC, un smartphone ou une tablette si vous n'avez pas de votre propre.



**Nach Terminabsprache /
Sur rendez-vous**



Facebook, Whatsapp & Skype



De Lernen Sie Kommunikationsplattformen wie Facebook, WhatsApp oder Skype kennen. Wir kommen zu Ihnen nach Hause und helfen Ihnen diese Funktionen auf Ihrem Gerät zu installieren und zu bedienen.

PC, Smartphone oder Tablet bringen wir mit, falls Sie kein Eigenes besitzen.

Nous apporterons un PC, un smartphone ou une tablette si vous n'avez pas de votre propre.

Fr Apprenez à connaître les plateformes de communication comme Facebook et WhatsApp. Nous vous aiderons à les installer et à les utiliser sur votre appareil.



**Nach Terminabsprache /
Sur rendez-vous**



Hilfe bei Online-Einkäufen Aide aux achats en ligne



De Online einkaufen zu können wird immer wichtiger. Wir bieten Ihnen zu Hause Unterstützung an, damit Sie, Schritt für Schritt, lernen Ihre Einkäufe selbstständig per Computer zu tätigen.

Fr La possibilité de faire des achats en ligne devient de plus en plus importante. Nous vous proposons un accompagnement à domicile afin que vous puissiez apprendre à faire vos propres achats en ligne.

PC, Smartphone oder Tablet bringen wir mit, falls Sie kein Eigenes besitzen.

Nous apporterons un PC, un smartphone ou une tablette si vous n'avez pas de votre propre.



**Nach Terminabsprache /
Sur rendez-vous**



Luxemburgisch Kurs- Online

Coin linguistique en ligne : Luxembourgeois



De Sie suchen eine neue Herausforderung und möchten gerne eine neue Sprache lernen? In unserem Online "SprochenEck" können Sie online Luxemburgisch lernen.

Fr Vous recherchez un nouveau défi et souhaitez apprendre une nouvelle langue ? Dans notre „coin linguistique“ en ligne, vous pouvez apprendre du luxembourgeois.



5 €



Nach Terminabsprache /
Sur rendez-vous



Spanisch Kurs- Online

Coin linguistique en ligne : Espagnol



De Sie suchen eine neue Herausforderung und möchten gerne eine neue Sprache lernen? In unserem Online "SprochenEck" können Sie online Spanisch lernen.

Fr Vous recherchez un nouveau défi et souhaitez apprendre une nouvelle langue ? Dans notre „coin linguistique“ en ligne, vous pouvez apprendre l'espagnol.



5 €



Nach Terminabsprache /
Sur rendez-vous



Anna Hollenbach



Englisch- Online

Coin linguistique en ligne : Anglais



De Sie suchen eine neue Herausforderung und möchten gerne eine neue Sprache lernen? In unserem Online "SprochenEck" können Sie online Englisch lernen.

Fr Vous recherchez un nouveau défi et souhaitez apprendre une nouvelle langue ? Dans notre „coin linguistique“ en ligne, vous pouvez apprendre l'anglais.



5 €



Nach Terminabsprache /
Sur rendez-vous



Anna Hollenbach



Tablet-Schnupperstunde für Einsteiger Cours d'initiation à la tablette pour les débutants



De Die Zeitung digital lesen, Videos schauen, Enkelfotos angucken: Über den Kauf eines Tablets denken immer mehr Menschen nach. Doch manch einer ist abgeschreckt von der Technik: „Ich weiß doch gar nicht, wie das geht...“

Wir kommen zu Ihnen nach Hause und erklären Ihnen kostenlos die Handhabung eines Tablets.

Fr Regarder des vidéos et des petites-photos : de plus en plus de gens pensent à acheter une tablette. Mais certains sont découragés par la technologie : « Je ne sais pas comment faire... »

Nous venons chez vous et vous expliquerons gratuitement la manipulation d'un tablet.

Tablets zum Ausprobieren der ersten Schritte werden gratis im Schnupperkurs zur Verfügung gestellt.

Les appareils pour essayer les premières étapes sont spécialement mises à disposition dans le cours d'initiation.



**Nach Terminabsprache /
Sur rendez-vous**



De Club bei Iech Doheem

Happy Halloween.....	37
Facebook, Whatsapp & Skype	38
Service fleurs pour la toussaint	
Hilfe bei Online-Einkäufen	39
Aide aux achats en ligne	
Club Uewersauer „SprochenEck“	40
No Stress.....	41
Kreativ-Box	42
Set de bricolage	
Dekorations-Set	43
Set de décoration	
Beratungs- und Besuchsdienst	44
Service de conseil et de visite	
Online Yoga mit Sarah Cattani	45
Online Yoga avec Sarah Cattani	
Einkaufsservice	46
Service d'achats	
Digitalisation	47

Happy Halloween



De Sie sind Halloweenfan und schnitzen gerne Kürbisse? Kein Problem! Bestellen Sie sich ein ganzes Halloween- Set (1 Kürbis samt Vorlagen...) damit Sie Ihrer Fantasie freien Lauf lassen können.

Fr Vous adorez sculpter des courges pour Halloween ? Pas de problème. Nous vous préparons le matériel nécessaire pour que vous puissiez laisser libre cours à votre imagination.



Auf Anfrage / sur demande



Weihnachtsbaum Lieferdienst Livraison „Sapin Noël“



De Sie wünschen sich einen Weihnachtsbaum oder Adventskranz, haben aber ein Problem bei der Beschaffung? Gerne können Sie sich bei uns melden. Wir kümmern uns darum.

Fr Vous souhaitez un sapin de Noël, mais avez-vous un problème avec l'acquisition ? Pas de problème. Nous organisons la livraison pour vous .



**Lieferung gratis /
livraison gratuite**



**Nach Terminabsprache /
Sur rendez-vous**



Kreativ-Box für zu Hause Set de bricolage à la maison



De Wie kann man sich zu Hause mit spannenden Projekten die Zeit vertreiben? Wir haben fertig gepackte Sets zusammengestellt, welche Sie sich einfach nach Hause liefern lassen können.

Fragen Sie nach unserem Katalog.

Fr Comment passer le temps à la maison avec des projets passionnants ? Nous avons préparé des kits prêts que vous pouvez facilement vous faire livrer à la maison.

Commandez notre catalogue!



Dekorations-Set für zu Hause Set de décoration à la maison



De Auf Wunsch liefern wir Ihnen ein Dekorations-Set nach Hause, damit Sie Ihrer Fantasie freien Lauf lassen können. Die Sets sind sowohl saisonal als auch ganzjährig nutzbar.

Fragen Sie nach unserem Katalog.

Fr Nous vous livrons le matériel nécessaire pour que vous puissiez laisser libre cours à votre imagination. Les kits sont utilisables aussi bien en saison que toute l'année.

Commandez notre catalogue!



Beratungs- und Besuchsdienst Service de conseil et de visite



De Während der Corona Pandemie ist unser Beratungs- und Besuchsdienst fester Bestandteil unserer Aktivitäten geworden. Wir bieten demnach auch zukünftig Besuchsdienste für Einwohner, mit seltenen familiären oder nachbarschaftlichen Kontakten an.

Fr Afin de contrer la solitude et l'isolement menacés par la pandémie, notre équipe vous propose un service de visite ou de conseil.



Nach Terminabsprache /
Sur rendez-vous



Online Yoga mit Sarah Cattani Online Yoga avec Sarah Cattani



De Bei unserem Online Yoga Kurs können Sie gemütlich von zuhause aus mitmachen. Dank moderner live Streaming-Dienste kann die Nähe zur Yoga-Lehrerin nachempfunden werden

Fr Essayez le yoga. Vous pouvez participer à notre cours de yoga en ligne dans le confort de votre domicile. Grâce aux services modernes de diffusion en direct, la proximité avec le professeur de yoga se fait sentir.



120 € (12 Einheiten / séances)



Samstags / Samedi

Teilnahmebedingungen

Der Club Uewersauer wurde in erster Linie für die Einwohner aus den Gemeinden Boulaide, Goesdorf, Esch-Sauer, Winseler und der Stauseegemeinde geschaffen. 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 nehmen Sie bitte vor den Aktivitäten, Ausflügen oder Reisen Rücksprache mit Ihrem Hausarzt. Des Weiteren übernimmt Club Uewersauer keine Haftung für eventuell entstandene Schäden.

Bei Teilnahmen an spezifischen Aktivitäten bitte entsprechende Ausstattung oder vorgegebene Materialien mitbringen.

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

Da unsere Mitarbeiter 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 eine Begleitperson mitbringen.

Anmeldungen

Anmeldungen für Aktivitäten sind möglich per Telefon 2740 2780 oder per Mail clubuewersauer@i-a.lu

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 Teilnahmebedingungen des Club Uewersauer und Teilnahmegebühr einverstanden. Falls eine Aktivität bereits ausgebucht ist, könne wir Sie auf eine Warteliste setzen für den Fall, dass ein Platz frei wird.

Zahlung

Für alle Aktivitäten erhalten Sie eine Rechnung. Nach Erhaltung überweisen Sie bitte den Teilnehmerbetrag mit Angabe der Referenz des Schreibens auf die Kontonummer LU59 1111 7207 6656 0000 (Bank CCPLLULL).

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

Bei Reisen oder Urlauben mit einem Reiseveranstalter gelten die Fristen und Rückzahlungsbedingun-

gen des Reiseunternehmers. Weitere Informationen zum Datenschutzgesetz erhalten Sie auf unserer Homepage. 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 „Réglement Grand-ducal de la Protection des Données“. Für die Anmeldung zu verschiedenen Aktivitäten benötigen wir 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.

Abmeldungen

Falls Sie Ihre Teilnahme an einer Aktivität rückgängig machen müssen, bitte schnellstmöglich Bescheid sagen, damit eventuell ein anderer Teilnehmer gefunden werden kann. Ist dies nicht der Fall, können wir entstandene 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. Bei vollständiger Absage bzw. falls Ihnen der neue Termin nicht passt, wird Ihnen die vollständige Teilnahmegebühr rückerstattet.

Covid19 Maßnahmen

Die Teilnehmerzahlen sind begrenzt, daher besteht für alle Aktivitäten eine Anmeldepflicht! Sie müssen sich auf einer Anwesenheitsliste eintragen und mit Ihrer Unterschrift bestätigen, dass Sie die vorliegenden Hygiene- und Sicherheitsmaßnahmen verstanden haben und zu Ihrem und zum Schutz der anderen Teilnehmer einhalten werden. Alle Sicherheitsmaßnahmen und Anweisungen des Personals sind einzuhalten. Desinfizieren Sie sich Ihre Hände vor und nach jeder Aktivität. Es gilt die allgemeine Abstandsregel von 2 Meter Distanz. Mit Ihrer Teilnahme erklären Sie, in den letzten 48 Stunden weder Symptome der Krankheit COVID-19 noch in den letzten 14 Tagen Kontakt mit einer infizierten Person gehabt zu haben. Sie verpflichten sich, das Team des Club Uewersauer im Falle einer positiven Diagnose mit COVID-19 unverzüglich zu informieren.



Inter-Actions

Développement & Action Sociale

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

39, rue Flebour • L-9633 Baschleiden

Tel.: 27 40 27 80

Email: clubuewersauer@inter-actions.lu

www.clubuewersauer.lu

Folgen Sie uns auch auf Facebook!

  /clubuewersauer