

Club Uewersauer

Wanterprogramm Programme d'hiver



Inter-Actions
Développement & Action Sociale

www.inter-actions.lu



Stauséigemeng



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

Legende / Légende

	Datum / Date
	Uhrzeit / Horaire
	Preis / Prix
	Treffpunkt /Rendez-vous
	Online-Vortrag oder Onlinekurs / Conférence ou cours en ligne
	Begrenzte Teilnehmeranzahl/ Nombre limité de participants
	Anmeldeschluss / Délai d'inscription
	Kursleiter(In) / Formateur(trice)

Kontaktieren Sie uns / Contactez-nous

Tel.: 27 40 27 80 • **GSM / Whatsapp:** 621 82 65 36

E-Mail: clubuewersauer@i-a.lu

Adresse: 39, rue Flebour • L-9633 Baschleiden

www.clubuewersauer.lu

  / clubuewersauer

Liebe Leserinnen, Liebe Leser,

Unsere Winterbroschüre 2023 ist vielfältiger und breiter gefächert denn je.

Von einem Kurz-Trip nach Hamburg über die bestehenden regelmäßigen Aktivitäten und diverse Workshops bis hin zum Betreuten Stricken und dem „Club bei Iech Doheem“ ist alles dabei.

Denn nach der langen Zeit der Einschränkungen durch die Corona-Pandemie stehen auch beim Club Uewersauer die Zeichen auf Hoffnung, dass unsere Aktivitäten wieder in gewohnter geselliger Art und Weise stattfinden können.

Wenn wir der Coronazeit etwas Positives abgewinnen wollen, so ist es die Bestätigung der Wichtigkeit und des Wertes des sozialen und gesellschaftlichen Miteinanders um Krisen zu überstehen.

Beim Durchblättern der Broschüre werden Sie feststellen, dass wir Ihnen die Gelegenheit bieten wollen wieder aktiv zu werden und neue Kontakte zu knüpfen oder Neues auszuprobieren und nach der langen Zeit der physischen Distanz wieder mehr Nähe und Gesellschaft zuzulassen.

„Wenn wir die Zukunft ernst nehmen, dann müssen wir aufhören es anderen zu überlassen, sondern selbst aktiv werden.“ (Dr. Jane Godall)

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen einen guten Start in ein gesundes und erfolgreiches neues Jahr

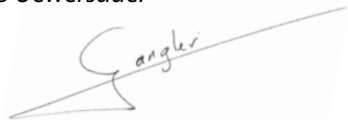
Pax Corinne

Responsable du Club Uewersauer



Gangler Jeff

*Président du Comité d'Accompagnement
du Club Uewersauer*





Léiw Matbierger/innen,

Et war e besonnescht schwéiert Joer, no enger laangfristeger Pandemie, déi eis viles erschwéiert hatt a vill Spueren hannerlooss huet. An awer huet eis kuerz dono déi dramatesch Noriicht aus der Ukrain erreecht. Et ass Krich!

Vill Leit dohannen hunn schlëmme Misär a Verzweiwung erlieft an dat nik wäit ewech vun hei.

Desweideren hatt de Krich an der Ukraine eis déi staark europäesch Energie-ofhängegkeet vu Russland gewisen. Lëtzebuerg an Europa wëllen onofhängeg vu fossille Brennstoffer ginn, fir eis Sécherheet, eis Fräiheet an awer och eise Klima ze schützen. Energie spueren an erneierbar Energien z'entwéckelen, dat ass d'Zil vum Staat, de Gemengen, de Betriber an awer och eis ganz Gesellschaft z'encouragéiere fir zesummen dëst Zil z'erreechen.

Trotzdeem duerfe mir als Club Uewersauer, eis Matbierger/innen während dëser Joreszäit an de laangen Nuechten nik ze kuerz komme loossen, an et ass ëmsou méi wichteg datt d'Leit eppes mateneen ënnerhuelen. Sozial Kontakter fleegen an emotional Momenter mat anere Leit aus de Gemengen erliewen.

Vill Matbierger/innen vum 3. a 4. Alter kënnen duerch des Méiglechkeet un enger ganzer Réi Aktivitéite wéi zb. Kultur, Gesellegkeet, Beweegung a Sport an awer och sozial an interkulturell Projet'en deelhuelen.

De Club Uewersauer, den am September 2019 seng Dieren opgemaach hatt, hatt Dank dem Succès fir jiddereen eppes Interessantes um Programm.

Zum Schluss well ech awer e puer Mercie soen:

All deene Leit, déi déi letzt Joren aktiv derbäi waren, well ouni si kéint de Club Uewersauer nik bestoen.

Ee grouse Merci gëllt awer och de Benevolat-Leit, déi ëmmer gär eng Hand mat upaken.

Merci och de Schäffen -a Gemengeréit aus de betreffende Gemengen, well nëmmen duerch regionaalt Zesummeschaffen erreecht ee flott Projet'en an Zefriddenheet bei de Bierger.

Zu gudder Läscht wënschen ech Eech schéin a glécklech Feierdeeg.



KEILEN Marc

Schäffe vun der Gemeng Géisdref

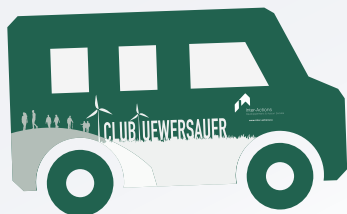
Sekretär vum Club Uewersauer

Nützliche Infos aus dem Club Uewersauer: Ihr Teilnahme ist uns wichtig

"Uewersauer Club-Bus"

Unser „Uewersauer Club-Bus“ soll Ihnen die Teilnahme an unseren Aktivitäten erleichtern. Bei Bedarf nehmen Sie einfach Kontakt mit uns auf.

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



In unserem Programm finden Sie immer die Aktivitäten für die folgenden 4 Monate. Um Ihnen noch mehr Aktivitäten, Workshops und Ausflüge anbieten zu können haben wir uns überlegt einen Newsletter zu schaffen. So haben wir die Möglichkeit, Ihnen, zusätzlich zu unserem bestehenden Programm, weitere Angebote mitzuteilen oder Sie über freigewordene Plätze auf dem Laufenden halten.

Wenn Sie an unserer „Uewersauer Newsletter“ interessiert sind, senden Sie eine E-Mail an:
clubuewersauer@i-a.lu mit dem Betreff „Uewersauer Newsletter“.

Dans notre programme, vous trouverez toujours les activités pour les 4 mois suivants. Pour vous proposer encore plus d'activités, d'ateliers et d'excursions, nous avons pensé à créer une newsletter.

Si vous souhaitez recevoir des informations sur les places libres de différentes activités et cours ou si vous voulez participer à des activités, envoyez un e-mail à clubuewersauer@i-a.lu avec l'objet « Uewersauer Newsletter »



Chrëschtmaart zu Näertrech



Am 20. November 2022 war es endlich so weit: Unser erster Adventsmarkt mit Live-Musik konnte stattfinden.

Ein Kuchenbüffet, Glühwein, ein Verkaufsstand mit selbstgebastelten Dekorationen, Kränzen und selbstgebackenem Gebäck sowie eine buntgemischte Tombola lockte insgesamt 50 BesucherInnen nach Noertrange in den „Paalsbau“.

Vom Adventskranz bis zum Weihnachtsstern, allerhand liebevoll Gestaltetes,



Gebasteltes und Gebackenes- für jeden war etwas dabei.

Natürlich kamen auch Tanz Liebhaberinnen nicht zu kurz. Mit Unterstützung unseres Live Musikers „De Klimperharry“ wurde so manches Tänzchen getanzt.

Gestärkt werden konnte sich dann bei selbstgebackenem Kaffee und Kuchen.

Es war ein schöner und gelungener Nachmittag der sich bis in die Abendstunden zog. Wir möchten uns noch einmal bei all unseren freiwilligen HelferInnen bedanken, die vor während und nach dem Markt ihre Zeit geopfert haben um beim Auf- und Abbau, beim Dekorieren und Gestalten sowie bei der Durchführung zu helfen.



Ihr Team des „Club Uewersauer“

*Lust etwas Neues
auszuprobieren?*

*Envie d'essayer quelque
chose de nouveau?*

Niemand weiß im Vorfeld, ob die neue Freizeitbeschäftigung auch Spaß machen wird. In unseren „Schnuppereinheiten“ können Sie (bei der ersten Teilnahme stunde) unverfänglich testen ob Ihnen der Kurs zusagt.

*Dans nos unités d'initiation, vous pouvez tester gratuit
(à la première heure de participation) si le cours vous convient.*

**Das Angebot gilt für folgende Kurse:
L'offre s'applique aux cours suivants :**

- Online Yoga
- Anfänger Yoga
am Montagmorgen
- Töpferei- und Bastecke
- Zumba für Alle
- Online Sprachkurse
- Online Klavier-
unterricht



Inhalt - Contenu



Gesellige regelmäßige Aktivitäten/
Activités conviviales régulières..... 10-19



Workshops / Ateliers..... 22-29



Kultur & Ausflüge / Culture & visites 30-39



Sport, Gesundheit & Wohlbefinden / Sport, Santé & Bien-Être 40-45



Infoveranstaltungen / Séances d'informations..... 46-49



Für Gross und Klein/ Pour les Grands et les Tout-Petits 50-57



E-Learning 58-61



De Club Bei lech Doheem..... 62-67



Gesellige regelmäßige Aktivitäten / Activités conviviales régulières

Töpferei- & Bastelecke	11
Coin céramique & bricolage	
Immer wieder Dienstags: Restaurant Treff	12
Tous les mardis : Ensemble au restaurant	
„Uewersauer Kachstudio“	13
„Konter & Matt Treff“	14
Konter & Matt	
Rummikub & Co bei Kaffee und Kuchen	15
Rummikub & Co avec une bonne tasse de café	
Alpakawanderung.....	16
Randonnées avec les alpagas	
Massen Shoppingnachmittag	17
Shopping au „Massen“	
Bingo für Alle.....	18
Bingo pour tous	



Töpferei- & Bastelecke Coin céramique & bricolage



De Ob Anfänger oder Profi: Kommen Sie mit Ihren Kunstwerken vorbei und setzen diese in gemütlicher Umgebung um. Natürlich können Sie auch einfach „nur“ zum Kaffee trinken vorbeischaun.

Fr Débutant ou professionnel : venez avec vos projets et réalisez-les. Bien sûr, vous pouvez simplement passer et prendre une tasse de café.



14:00 - 19:00



Do/Je



10 €



« Kanschthaus -
A Frantzen », Heiderscheid



Restaurant Treff

Ensemble au restaurant



De Zusammen in gemütlicher Runde treffen wir uns in der näheren Umgebung zu einem guten Essen. Wir freuen uns auf ein gemeinsames Essen mit Ihnen.

Fr Nous nous retrouvons autour d'un bon repas, en bonne compagnie, dans un restaurant régional. Nous nous réjouissons déjà de manger avec vous.

Restaurant « Um Schumanns'Eck »

05.01.2023 & 19.01.2023

02.02.2023 & 16.02.2023

02.03.2023 & 16.03.2023

06.04.2023 & 20.04.2023

Restaurant « Deeler Bistro »

26.01.2023

23.02.2023

23.03.2023

27.04.2023

Restaurant « Pizza Hut »

24.01.2023

07.03.2023



11:30 - 14:00



“Uewersauer Kachstudio“



De Kennen Sie noch nicht unseren Kochtreff? Dann schauen Sie doch vorbei. Wir beginnen vormittags mit einem gemeinsamen Einkauf um die benötigten Zutaten zusammen einzukaufen. Danach wird in gemütlicher Runde zusammen gekocht und gegessen. Gerne können Sie auch eigene Rezepte vorschlagen.

Fr Vous aimez cuisiner passionnément et souhaitez-vous retrouver avec des personnes partageant les mêmes idées ? Alors venez visiter notre atelier de cuisine. Le matin, nous nous

retrouvons ensemble pour acheter les ingrédients nécessaires.



09:30 - 15:30



12 €

« Centre Polyvalent », Nocher

10.01. & 28.03.2023*

« Am Paalsbau », Noertrange

07.02. & 25.04.2023*

*Anmeldeschluss : bis 1 Tag davor /

*Délai d'inscription : 1 jour avant



Konter & Matt Treff Konter & Matt



De

Jeden 1. & 3. Donnerstag im Monat treffen wir uns und lassen die Karten fliegen. Im Restaurant „Um Schumanns-Eck“ nutzen wir die Gelegenheit für ein gemeinsames Mittagessen, bevor wir uns dann anschließend ganz den Karten widmen werden.

Fr

Tous les 1^{er} et 3^{ème} jeudi du mois, nous nous rencontrons pour jouer aux cartes. Dans le restaurant « Schumann's-Eck », nous avons la possibilité de commencer par un repas commun, avant de nous consacrer complètement aux cartes.



11:30 - 17:30



05.01., 19.01., 02.02.,
16.02., 02.03., 16.03.,
06.04., 20.04.2023



Restaurant « Schumann's -
Eck », Nothum



Rummikub & Co bei Kaffee und Kuchen Rummikub & Co avec une bonne tasse de café



De Sie spielen gerne Rummikub oder Karten aber Ihnen fehlen die Mitspieler? Wir treffen uns zur Nachmittagszeit bei Kaffee und Kuchen und verbringen, in gemütlicher Runde, die Zeit beim Kartenspielen oder mit Rummikub.

Fr Vous aimez jouer au rummicub ou aux cartes, mais vous manquez des autres joueurs ? Nous nous retrouvons dans l'après-midi avec du café et des gâteaux et passons, dans une ronde confortable, le temps à jouer aux cartes ou rummicub.



14:00 - 17:00



12.01., 09.02., 09.03. &
13.04.2023



« Am Paalsbau »,
Noertrange



Alpakawanderung Randonnée avec les alpagas



De Sind Sie auf der Suche nach ein paar Stunden Gelassenheit und Entspannung? Dann ist eine Alpakawanderung genau das Richtige für Sie.

Fr Vous recherchez quelques heures de sérénité et de détente ? Alors une randonnée en alpaga est faite pour vous.



14:00 - 16:00



28.01., 25.02., 25.03. &
29.04.2023



25.01., 22.02., 22.03. &
22.04.2023



12 €



Heiderscheid



Claudia Keiser-Delbeck,
« Uewersauer Alpakas »



Shoppingcenter Massen



De Bummeln, shoppen und den Nachmittag gemütlich bei Kaffee und Kuchen ausklingen lassen. Verbringen Sie gemeinsam mit uns ein paar abwechslungsreiche Stunden.

Fr Promenez-vous, faites du shopping et terminez l'après-midi confortablement avec une bonne tasse de café. Passez quelques heures amusantes avec nous.



**Tagesausflug mit Bus/
Excursion en bus**



**11.01., 22.02. &
29.03.2023**



**06.01., 17.02. &
24.03.2023**



15 €



Bingo für Alle Bingo pour tous



De Sie glauben Bingo ist langweilig und fade? Nehmen Sie teil und lassen Sie sich vom Gegenteil überzeugen. Für die Gewinner hat sich unser Team kreative Preise ausgedacht. Wir beginnen wie immer mit einem gemeinsamen Mittagessen.

Fr Vous pensez que le bingo est un jeu ennuyeux et fade ? Participez et laissez-vous convaincre du contraire. Notre équipe s'est fait un plaisir de prévoir des prix créatifs pour les gagnants. Comme toujours, nous commençons par déjeuner ensemble.



11:30 - 17:00



26.01., 23.02., 23.03. &
27.04.2023



25.01., 22.02., 21.03. &
26.04.2023



Restaurant
« Deeler Bistrot », Dahl

“Club am Duerf“

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 mir Rat und Tat zur Seite stehen zu können.

Sprechen Sie uns an!

Dienstag / Mardi



Gemeinde
Wingeler

Donnerstag / Jeudi

Gemeinde Esch-Sauer



Montag / Lundi



Gemeinde
Boulaide

Mittwoch / Mercredi



Gemeinde
Goesdorf

Freitag / Vendredi

Stauseegemeinde



Stauseégemeng

Club Uewersauer - Anmeldung & Infos:

Tel.: 27 40 27 80 • GSM / Whatsapp: 621 82 65 36



Workshop & Kurse Ateliers & cours

Es wird wieder genäht	21
On recommence à coudre	
Acryl-Power Wochenende.....	22
Cours de peinture acrylique le weekend	
Keramikkurs: Dekoration für den Garten	23
Cours de céramique : décoration de jardin	
Kreativer Häkelworkshop bei den Alpakas	24
Atelier créatif de crochet avec les alpagas	
Goldeschmiedekurs	25
Cours d'orfèvrerie	
"Betreutes Stricken"	26
Aide au tricotage	
Acrylmalen für EinsteigerInnen.....	27
Peinture pour débutants	
Interkultureller Sprachenstammtisch mit Anna.....	28
Rencontre linguistique avec Anna	
Kräuterwanderung mit der "Diddeleger Kraiderfra"	29
Randonnée aux herbes	



Es wird wieder genäht On recommence à coudre



De Die TeilnehmerInnen bekommen individuelle Hilfe bei der Realisierung ihrer Ideen. Für EinsteigerInnen und Fortgeschrittene.

Fr Chaque participant reçoit une aide individuelle et coudre selon de ses connaissances son propre projet (une robe, un sac ou autres pièces). Pour débutants et avancés.



**Mi/Me 19:00 - 21:30
oder/ou
Do/Je 09:00 - 11:30**



**Ab/à partir du 11.01.2023
ou 12.01.2023**



180 € (10 Kurse / séances)



**« Korschthaus -
A Frantzen », Heiderscheid**



Ursula Huppertz-Scheuren



Acryl-Power-Wochenendkurs

Cours de peinture acrylique le week-end



De In diesem Kurs bauen Sie Ihre Kenntnisse aus. Wir werden unterschiedliche plastische Hintergründe schaffen sowie verschiedene Acrylmal-techniken ausprobieren. Dieser Kurs ist nicht für Malerei-Neulinge geeignet.

Fr Nous travaillerons avec des charges pour créer différents fonds en plastique et essayerons différentes techniques de peinture acrylique. Ce cours ne convient pas aux débutants en peinture.



10:00 - 17:00



25.02 & 26.02.2023



17.02.2023



210 €



« Korschthaus -
A Frantzen », Heiderscheid



Yvette Rischette



Keramikkurs: Dekoration für den Garten Cours de céramique: décoration de jardin



08:00 - 12:00 ou
13:00 - 17:00



04.03. & 01.04.2023



24.02.2023



80 € (Material inbegriffen /
matériel inclus)



« Kanschthaus -
A Frantzen », Heiderscheid



Carine Boentges-Reckinger

De

Ein zweiteiliger Workshop, für alle, die kreativ mit Ton arbeiten wollen.

1. Teil: Erstellung der Figuren, die dann im Atelier getrocknet und gebrannt werden.

2. Teil: Glasieren Ihrer Werke.

Fr

Un atelier en deux parties consacrées à la fabrication de petits objets de décoration pour la maison.

1^{ère} partie : création des figurines qui seront ensuite séchées et cuites dans l'atelier.

2^{ème} partie : émaillage de vos pièces.



Kreativer Häkelworkshop bei den Alpakas Atelier créatif de crochet avec les alpagas



De In dieser Häkelstunde bringt Ihnen Verónica, falls das Wetter es erlaubt bei den Alpakas auf der Weide, die Grundlagen des Häkelns bei und wird ihr Wissen und ihre Erfahrung mit Ihnen teilen, um Ihre eigene Reise der Kreativität zu beginnen.

Fr Dans cette leçon de crochet, Verónica Di Leo vous apprendra les bases (chaînes, points de suture, outils, terminologie) et partagera ses références dans le monde du crochet, des livres et des designers de crochet préférés pour commencer votre propre voyage de créativité.



14:00 - 17:00



15.04.2023



10.04.2023



80€ (Material inbegriffen / matériel inclus)



« Konschthaus - A Frantzen », Heiderscheid



Véronica Dei Leo



Goldschmiedekurs Cours d'orfèvrerie



De Sie erhalten die Möglichkeit, Einblicke in die handwerkliche Arbeit und gestalterische Vorgehensweisen des Goldschmieds zu erwerben. Werkstatteinweisung, Grundkenntnisse und Entwurfsübertragung werden in professioneller Weise übermittelt. Eigene Ideen werden besprochen und gemeinsam umgesetzt. Silber kann, wenn gewünscht, während des Kurses erworben werden.

Fr Vous avez la possibilité d'acquérir un aperçu du travail artisanal et des procédures de conception de l'orfèvre. Les instructions d'atelier, les

connaissances de base et le transfert de conception sont transmis de manière professionnelle. Vos propres idées sont discutées et mises en œuvre ensemble.



**10.02.2023 (19:00 - 21:00)
11.02. - 12.02. (10:00 - 17:00)**



01.02.2023



**210€ (Material inbegriffen /
matériel inclus)**



**« Korschthaus -
A Frantzen », Heiderscheid**



Marion Henné



“Betreutes Stricken“ Aide au tricotage



De Sie haben eine Strickfrage oder ein Strickproblem, was Sie aufhält? Wir lösen es gemeinsam! Unser Angebot „Betreutes Stricken“ richtet sich an alle Strickenden, ganz gleich, ob Anfänger oder Fortgeschrittene. Bitte melden Sie sich im Vorfeld an, damit unsere Expertin sich auf Ihre Fragen vorbereiten kann

Fr Vous avez une question de tricot ou un problème de tricot qui vous arrête ? Notre offre s'adresse à tous les tricoteurs, qu'ils soient débu-

tants ou avancés. Veuillez-vous inscrire à l'avance afin que notre experte puisse se préparer à vos questions.



09:00 - 11:00



Do/Je



10 €



« Korschthaus -
A Frantzen », Heiderscheid



Ursula Huppertz-Scheuern



Acrylmalkurs für EinsteigerInnen Peinture pour débutants



De

In diesem Kurs lernen Sie die Basics und Technik zur Herstellung von Acryl-Bildern. Der Kurs ist für Anfänger geeignet, denn die Leiterin widmet sich jedem Teilnehmer einzeln.

Fr

Dans ce cours, vous apprendrez les bases et la technique de fabrication d'images acryliques. Le cours convient aux débutants, car la responsable se consacre à chaque participant individuellement.



10:00 - 17:00



11.03. & 12.03.2023



01.03.2023



210€



« Korschthaus -
A Frantzen », Heiderscheid



Yvette Rischette



Interkultureller Sprachenstammtisch mit Anna

Rencontre linguistique avec Anna



De Ab April 2023 bieten wir Stammtische an, die sich mit den folgenden Sprachen und Kulturen beschäftigen: Englisch, Spanisch und Deutsch. Unsere gemütliche Runde ist kein Unterricht, es sind keine Lehrmittel nötig. Schauen Sie doch mal vorbei!

Fr À partir d'avril 2023, nous proposerons des tables de discussion sur les langues et les cultures suivantes : anglais, espagnol et allemand. Notre

tour confortable n'est pas un cours, il n'y a pas besoin de matériel pédagogique, il suffit de passer nous voir!



Auf Anfrage /
sur demande



20 €



Anna Hollenbach



Kräuterwanderung mit der “Diddelenger Kraiderfra” Randonnée aux herbes



De

Lassen Sie sich von der Kräuterexpertin erklären, wozu man die verschiedenen Kräuter nutzen kann. Gemeinsam wird eine Kräutersalbe hergestellt.

Fr

Laissez-vous expliquer, par l'experte en herbes, ce que vous pouvez faire avec différentes herbes et ce à quoi vous devez faire particulièrement attention. Les herbes récoltées serviront à fabriquer une pommade.



14:00 - 17:00



29.04.2023



21.04.2023



35€



Monique Meyer



Ausflüge & Kultur/ Visites & culture

„Club Uewersauer Ouschtermaart“	31
Whisky-Tasting	32
Dégustation de whisky	
Shopping im Zweibrückener Outlet	33
Outlet-Shopping à Zweibrücken	
Besichtigung der Käserei „Berduerfer Kéis“ & der Glasbläserei in Berdorf	35
Visite guidée de la fromagerie & de l’atelier de soufflage de à Berdorf	
Gebackener Fisch an Karfreitag	36
Poisson au four le Vendredi Saint	
Liebesbingo an Valentinstag	37
Bingo d'amour à St. Valentin	
Clubreise 2023: „Moin Moin Hamburg“	38
Voyage 2023: „Moin Moin Hamburg“	



CLUB UEWERSAUER OUSCHTERMAART

AM SAMSTAG: 25.03.2023

IM „CENTRE POLYVALENT“ IN NOCHER

14:00 – 18:00

Verbringen Sie mit uns einen tollen Nachmittag bei Kaffee und Kuchen,
stöbern Sie durch unsere selbstgemachten Dekorationen,
gefärbten Ostereieren und Frühlingsblüher.

Versuchen Sie auch Ihr Glück bei unserer Tombola mit vielen tollen Preisen.

Für das leibliche Wohl ist natürlich aus gesorgt.

Der Eintritt ist frei.

Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich überraschen.

Melden Sie sich an unter 2740 2780





Whisky-Tasting Dégustation de whisky



De Finden Sie heraus, welchen Whisky Sie bevorzugen und erfahren Sie, wie die verschiedenen Sorten hergestellt werden. Sie erhalten eine Einführung über die Geschichte und die Herstellung dieses Getränkes.

Im Preis inbegriffen ist die fachlich kommentierte Verkostung von 9 verschiedenen Whiskys, sowie Snacks.

Fr Apprenez à connaître le whisky, découvrez quel whisky vous préférez et apprenez comment les différentes variétés sont fabriquées. Vous recevrez une introduction sur l'histoire et la fabrication de cette boisson.

Le prix comprend la dégustation, de 9 whiskies différents. & des snacks.



19:00 - 23:00



04.02.2023



21.01.2023



80 €



Restaurant
« Auberger Fuussekaul »,
Heiderscheid



Shopping im Zweibrückener Outlet Outlet-Shopping à Zweibrücken



De Wir besuchen das größte Outlet-Center Deutschlands mit über 120 Shops. Zwischendurch haben Sie die Möglichkeit ihre Einkäufe im Bus zu verstauen, so dass Sie nach Lust und Laune in den Geschäften shoppen können.

Fr Nous allons découvrir le Outlet Center à Zweibrücken. Sur l'heure de midi, vous avez la possibilité de mettre vos achats dans le bus pour que vous soyez libre de vous promener.



**Tagesausflug mit Bus /
Excursion avec bus**



20.03.2023



13.03.2023



60 €

Club Uewersauer

Mëllt Iech bei eis!

- Hu Dir Zäit a Loscht?
- Wëll Dir Iech engagéieren?
- Kennt Dir eppes besonnesch gutt a wëllt dat mat aneren deelen?

MIR BRAUCHEN IECH

MIR SICHE BENEVOLE,
déi eis bei eisen Aktivitéiten ënnerstëtzen
Club Uewersauer: 27 40 27 80



Inter-Actions

Développement & Action Sociale

www.inter-actions.lu



Stauséigemeng



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



Besichtigung der Käserei “Berduerfer Kéis” & der Glasbläserei in Berdorf

Visite guidée de la fromagerie & de l’atelier de soufflage à Berdorf



De Vor unserem Besuch des Ateliers, der Künstlerin Pascale Seil, besichtigen wir die Käserei des “Berduerfer Kéis”. Anschließend stärken wir uns mit einem gemeinsamen Mittagessen, bevor wir dann am Nachmittag einen exklusiven Einblick in die Kunst der Glasbläserei bekommen. Im Preis inbegriffen: Busfahrt, Eintritte und ein kleines Souvenir.

Fr Nous commencerons avec une visite guidée de la fromagerie « Berduerfer Kéis ». La pause de midi sera fait au restaurant. Dans l’après-midi, nous visitons l’atelier de soufflage de verre

de Madame Pascale Seil. Finalement, il reste encore temps pour chacun de découvrir sur 3 étages l’exposition de verre et de bijoux. Le prix comprend : le trajet en bus, les tickets d’entrée et un petit souvenir.



**Tagesausflug mit Bus /
Excursion avec bus**



10.02.2023



03.02.2023



50 €



Gebackener Fisch an Karfreitag & "Osterbingo"

Le poisson frit traditionnel du vendredi sain &
« Bingo de Pâques »



De

Am Karfreitag treffen wir uns zum gemeinsamem Fischessen. Begleiten Sie uns und verbringen Sie mit uns im Anschluss einen geselligen Nachmittag mit unserem "Osterbingo".

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. Venez avec nous et parti-

cipez après le repas à notre « Bingo de Pâques »



11:30 - 17:30



07.04.2023



02.04.2023



Restaurant
« Deeler Bistro », Dahl



Liebesbingo an Valentinstag

Liebesbingo an Valentinstag



De Begleiten Sie uns an diesem speziellen Tag in ein Restaurant zu einem speziell für Sie ausgewähltem Menü. Verbringen Sie mit uns im Anschluss einen geselligen Nachmittag mit unserem "Bingo Spezial".

Fr Accompagnez-nous au restaurant pour un menu spécialement sélectionné pour vous. Passez encore un après-midi convivial avec nous avec notre « Bingo Spécial ».



11:30 - 17:30



14.02.2023



13.02.2023



Restaurant « Auberge
Fuussekaul », Heiderscheid



“Moin Moin Hamburg“



Hamburg



Lübeck



Busreise /
voyage avec bus



17.04. - 22.04.2023



15.02.2023



Preis wird Ihnen bei der
Anmeldung mitgeteilt



#Hamburg

De

Ein Ausflug nach

**Lübeck & Besichtigung
des "Niederegger Marzipan-
museums",**

die Besichtigung des

**U-Boot Museum &
Rickmer Rickmers in Hamburg,**

ein Ausflug zum

**Fischmarkt an den
Landungsbrücken,**

sowie eine Besichtigung der

Speicherstadt & Reeperbahn

sind nur einige von vielen
Highlights, die unsere Reise
nach Hamburg bietet.

Fr

Un voyage à

**Lübeck avec une visite
au musée de massepain de
Niederegger,**

la visite du

**Musée sous-marin et de la
Rickmer Rickmers,**

une excursion au

**Marché du poisson
« Fischmarkt »,**

ainsi qu'une visite à la

« Speicherstadt & Reeperbahn »

ne sont que quelques-uns des
nombreux highlights de voyage
à Hambourg.



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

“Uewersauer Wandergrupp”	41
Wandertag in Vianden	42
Randonnée à Vianden	
Immer Montags: Zumba für Alle	43
Chaque lundi : Zumba pour tous	
Anfänger Yoga am Montagmorgen	44
Yoga au lundi matin pour débutants	
Aktiv Yoga am Montagmorgen	45
Yoga actif au lundi matin	



“Uewersauer Wandergrupp“



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. Gerne können Sie auch Ihre Nordic-Walking Stöcke mitbringen oder Ihre 4-Beinigen Begleiter.

Fr Vous cherchez des compagnons de randonnée dans le coin ? Alors, inscrivez-vous et rencontrez des gens sympas près de chez vous. Vous pouvez aussi apporter vos bâtons de marche nordique ou votre chien.

Melden Sie sich an unter/
Inscrivez vous :

+ 352 621 82 65 36



14:00 - 16:00



Mi/Me



Wandertag in Vianden Journée de randonnée à Vianden



De Wegen der großen Nachfrage, einmal einen Wandertag zu organisieren, bieten wir regelmäßig eine ganztägige Wanderung an. In einem regionalen Restaurant werden wir uns bei einem gemeinsamen Essen eine Verschnauftpause gönnen. Die Wanderung beträgt ca. 15km.

Fr Nous organisons, par suite de votre demande, une auto pédestre qui dure toute la journée, avec un repas commun dans un restaurant régional. La randonnée est d'environ 15km.



**Tagesausflug mit Bus/
Excursion en bus**



09:00 - 16:00



18.03.2023



10.03.2023



15 €



Immer Montags: Zumba für Alle Chaque lundi : Zumba pour tous



De Sie haben Freude an Bewegung und Tanz? Dann besuchen Sie unseren Kurs und trainieren Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit. Der Einstieg ist einfach, das Training effektiv, und jeder kann es. Spaßfaktor garantiert!

Fr Visitez notre cours et entraînez votre condition, l'endurance et la force. Le facteur de plaisir est garanti !



19:30 - 20:30



ab/ à partir du 09.01.2023



150 €
(13 Einheiten/ séances)



« Hall Sportif »,
Heiderscheid



Claudine Laporal



Yoga am Montagmorgen für AnfängerInnen Yoga au lundi matin pour débutants



De Sie haben wenig bis gar keine Yogaerfahrung und möchten stärker, beweglicher werden und Stress abbauen? Im Anfängerkurs lernen Sie die grundlegenden Körperhaltungen, sowie Atem- und Entspannungstechniken.

Fr Vous avez peu ou pas d'expérience en yoga et souhaitez devenir plus fort, plus souple et réduire votre stress ? Dans le cours pour débutants, vous apprendrez les postures de base ainsi que les techniques de respiration et de relaxation.



09:30 - 10:25



06.02., 13.02., 20.02.,
06.03., 13.03., 20.03.,
27.03., 03.04., 17.04. &
24.04.2023



130 €
(10 Einheiten/ séances)



« Hannert der Kierch »,
Baschleiden



Sarah Cattani

ab Februar
à.p.d. février
2023



Aktiv Yoga am Montagmorgen Yoga actif au lundi matin



De Der Kurs beinhaltet die perfekte Mischung aus An- und Entspannung mit Atemübungen und Elementen der Meditation. Neben dem Sonnengruß werden noch andere Asanas praktiziert. Der Kurs ist perfekt für bereits Yoga-Praktizierende und hinterlässt ein glückliches, gestärktes und entspanntes Gefühl.

Fr Le cours comprend des exercices de respiration et des éléments de méditation. En plus de la salutation au soleil, d'autres asanas sont pratiquées. Le cours est parfait pour les pratiquants

de yoga déjà et laisse un sentiment heureux, renforcé et détendu.



10:30 - 11:30



06.02., 13.02., 20.02.,
06.03., 13.03., 20.03.,
27.03., 03.04., 17.04. &
24.04.2023



155 €



« Hannert der Kierch »,
Baschleiden



Sarah Cattani



Konferenzen & Informationsveranstaltungen Conférences et événements d'information

Energiesparen im Haushalt 47
Économiser de l'énergie à la maison

Kommunikation mit Kleinkindern 48
Communication avec les petits enfants

Selbst Energie erzeugen mit einer Photovoltaikanlage 49
Générez votre propre énergie avec un système photovoltaïque



Energiesparen im Haushalt Économiser de l'énergie à la maison



De Gerade in Zeiten steigender Energiepreise ist es unabkömmlich, den Strom- und Heizenergieverbrauch in Ihrem Haushalt zu senken. Informieren Sie sich zu folgenden Themen: Durchschnittsverbrauch im Haushalt sowie die grundsätzlichen Einsparpotentiale, Energiesparend Heizen sowie Strom sparen im Haushalt.

Fr Surtout en période de hausse des prix de l'énergie, il est essentiel de réduire la consommation d'électricité et d'énergie de votre ménage. Renseignez-vous sur : la consommation

moyenne du ménage et des possibilités d'économiser, le chauffage économe en énergie et économie d'électricité dans le ménage.



09.02.2023



19:00 - 21:00



« Centre Polyvalent »,
Nocher



Barros Michael



Kommunikation mit Kleinkindern Communication avec les petits enfants



De

In diesem Vortrag mit Beispielen aus dem Familien-Alltag geht es darum, erfolgreich Gespräche mit (Enkel)Kindern zu führen.

Lernen Sie, die Bedürfnisse des Kindes herauszufinden, ihm zu verstehen zu geben, „gehört und verstanden“ zu werden und gleichzeitig als Nebenprodukt Verbundenheit, Zuneigung und Liebe auszudrücken.

Fr

Cette conférence avec des exemples tirés de la vie de famille quotidienne parle d'avoir des conversations réussies avec des (petits) enfants.

Apprenez à identifier les besoins de l'enfant, à lui faire comprendre d'être « entendu et compris » tout en exprimant l'attachement, l'affection et l'amour comme sous-produit.



22.04.2023



9:30 - 11:00



17.04.2023



« Ancienne Mairie »,
Eschdorf



Ana Luisa Carilho



Selbst Energie erzeugen mit einer Photovoltaikanlage Générez votre propre énergie avec un système photovoltaïque



De

Die Umweltkommission der Stauseegemeinde, die Klima-Agence und der Naturpark Uewersauer laden zu einem Informationsabend ein: Selbst Energie erzeugen mit einer Photovoltaikanlage. Was muss ich dafür tun? Wie gehe ich vor und welche Möglichkeiten zur Nutzung habe ich?

Fr

La commission environnementale de la communauté du réservoir, l'Agence du climat et le parc naturel d'Uewersauer vous invitent à une soirée d'information : Produisez votre propre énergie avec une installation photo-

voltaïque. Que dois-je faire pour cela ? Comment dois-je procéder et quelles options ai-je pour l'utiliser ?



28.03.2023



19:00 - 21:00



20.03.2023



« Centre Culturel »,
Kaundorf



Klima Agence



Für Groß und Klein / Pour les grands et les tout-petits

Tiere in der Natur: Wildbienen 51
Nicoire pour abeilles sauvages

Spaß für Alle im "Beetebuerger Park" 52
Visite au « Parc Merveilleux » à Bettembourg

Ostereier gestalten - Bemalen, Färben & Schmücken 53
Création des œufs de Pâques - peindre, teindre & décorer

Ostern auf dem Bauernhof 54
Atelier de Pâques à la ferme

Besichtigung des Schiefermuseums in Martelange 55
Visite du nouveau musée de l'ardoise à Martelange

**Geführte Besichtigung des Tram- und Busmuseums
der Stadt Luxemburg** 56
Visite guidée du musée de Tramways et de bus
de la ville de Luxembourg

Das Ardennerpferd und die Kunst des Schmiedens 57
Le soin des chevaux et l'initiation à la forge



Tiere in der Natur: Wildbienen Nicoire pour abeilles sauvages



De

Wir vertiefen unser Wissen über Wildbienen, Honigbienen und Wespen. Unsere Mitmachaktion steckt voller Vielfalt und ermöglicht nachhaltiges Handeln zugunsten der Biodiversität. Das selbst gebaute Insektenhaus zum heimnehmen, ermöglicht spannende Beobachtungen im eigenen Garten.

Fr

Découvrez avec nous la surprenante vie des abeilles sauvage et guêpes. Pour leurs faciliter la vie nous leurs construisons un petit hôtel et vous aurez beaucoup de plaisir à les getter au jardin.



14:00 - 17:00



25.02.2023



21.02.2023



Waldendeckungszentrum
« Um Burfelt », Insborn



Lambotte Laurence



Spass für Alle: „Beetebuenger Märchenpark“ Visite au « Parc Merveilleux » à Bettembourg



De Der Parc Merveilleux ist der einzige Tierpark Luxemburgs und absolut einen Besuch wert! Im Park leben fast 200 Tierarten aus 5 Kontinenten: Afrika, Amerika, Australien, Asien und Europa. Stärken kann man sich im Restaurant und in der Cafeteria mit überdachter Terrasse.

Fr Le Parc Merveilleux est le seul parc animalier du Luxembourg et mérite absolument une visite ! Le parc abrite près de 200 espèces d'animaux provenant de 5 continents : Afrique,

Amérique, Australie, Asie et Europe. Vous pourrez vous restaurer au restaurant et à la cafétéria avec terrasse couverte.



**Tagesausflug mit Bus /
Excursion avec bus**



11.04.2023



06.04.2023



25 € (i) / 35 € (ii)



Ostereier gestalten: Bemalen, Färben & Schmücken

Création des oeufs de Pâques - peindre, teindre & décorer



De

Es ist ein alter und schöner Brauch Ostereier zu färben und zu dekorieren. Heute laden wir alle Interessenten, Großeltern, Eltern und Kinder ein, um 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.



14:00 - 16:00



03.04.2023



29.03.2023



15 € (👤👤) / 10 € (👤)



« Kanschthaus -
A Frantzen », Heiderscheid



Ostern auf dem Bauernhof Atelier de Pâques à la ferme



De Alles rund ums Thema: Huhn, Küken, Ei! Wir lernen das Huhn näher kennen, färben Eier mit Naturfarbe und begeben uns auf eine spannende Eiersuche.

Fr Tout autour du thème : poule, poussin, œuf ! Nous apprenons à mieux connaître la poule, à teindre les œufs avec des couleurs naturelles et à participer à une chasse aux œufs passionnante.



14:00 - 16:00



01.04.2023



27.03.2023



20 € (👤👤) / 10 € (👤)



Ferme pédagogique -
« Um HansHaff », Bockholtz



Sandra Hans



Besichtigung des Schiefermuseums in Martelange Visite du musée de l'ardoise à Martelange



De

Begleiten Sie uns nach Martelange in das, in das über 8 ha große Gelände mit seinen alten Werkstätten und charmanten Gebäuden, neu eröffnete Schiefermuseum. In den alten unterirdischen Gängen können Sie den Weg vom Schieferstein bis zum fertigen Produkt und seinen Weitertransport entdecken. Im Preis inbegriffen ist die Busfahrt, der Eintritt, sowie die geführte Besichtigung.

Fr

Sur 8 ha et avec un peu plus de 22 bâtiments, Haut-Martelange vous permettra de découvrir le chemin de l'ardoise, depuis son origine jusqu'au produit fini et son transport. Vous avez

la possibilité d'imaginer le quotidien de l'ardoisier et de voir les conditions de travail. Le prix comprend le trajet en bus, l'entrée et la visite guidée.



Tagesausflug mit Bus /
Excursion avec bus



11.03.2023



23.02.2023



30 € (2 Personen) / 20 € (1 Person)



Martelange- Haut



Mitarbeiter des Museums



Geführte Besichtigung des Strassenbahn- und Busmuseums

Visite guidée du musée de Tramways et de bus



De

Anhand von Fotos, alten Tramwagen und Autobusmodellen wird die Entwicklung der Verkehrsbetriebe der Stadt Luxemburg seit 1875 dargestellt. Im Preis inbegriffen ist die Busfahrt, der Eintritt, die geführte Besichtigung und eine kurze Fahrt mit einem alten Tram. Vor Beginn stärken wir uns mit einem gemeinsamen Mittagessen.

Fr

De nombreuses photos, des vieux tramways et des maquettistes de bus illustrent l'évolution des transports publics de la ville de Luxembourg depuis 1875. Le prix comprend le trajet en

bus, l'entrée et un tour en tram. Avant de commencer, nous nous renforçons avec un déjeuner ensemble



Tagesausflug mit Bus /
Excursion avec bus



17.02.2023



13.02.2023



15 € (2 Personen) / 10 € (1 Person)



Mitarbeiter des Museums

Das Ardennerpferd und die Kunst des Schmiedens Le soin des chevaux et l'initiation à la forge



De Hier erfahren Sie alles wissenswerte über die Ardennerpferde. Lernen Sie das Tier zu verstehen und zu pflegen. Anschließend erleben Sie die Arbeit eines Schmieds und greifen selbst zum Hammer. Die Kinder fertigen einen Schlüsselanhänger mit ihren Initialen an.

Fr Vous avez l'occasion de passer du temps avec un cheval de trait, comprendre l'animal et le soigner. Après vous ferez l'expérience du travail de forgeron et en prenant vous-même le marteau en main. Les enfants confectionnent un porte-clés avec leurs initiales.



10:00 - 12:30



11.02.2023



06.02.2023



30 € (👤) / 20 € (👤)



« Robbesscheier »,
Munshausen



Mitarbeiter der
« Robbesscheier »



E-Learning / E-learning

Laptop, Smartphone & Tablet	59
Facebook, Whatsapp & Skype	60
Apps installieren & aktivieren	61
Installation et activation des apps	



Laptop, Smartphone & Tablet



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

PC, Smartphone oder Tablet sind vorhanden, falls Sie kein Eigenes besitzen.

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

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



**Auf Anfrage /
Sur demande**



Facebook, Whatsapp & Skype



De Lernen Sie Kommunikationsplattformen wie Facebook, WhatsApp oder Skype kennen. Wir helfen Ihnen diese Funktionen auf Ihrem Gerät zu installieren und zu bedienen und stehen Ihnen danach beratend zur Seite.

PC, Smartphone oder Tablet sind vorhanden, falls Sie kein Eigenes besitzen.

Nous avons 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.



**Auf Anfrage /
Sur demande**



Apps installieren & aktivieren Installation et activation des apps



De Viele nützliche Apps sind bereits beim Kauf auf einem Smartphone oder Tablet installiert. Aber was ist, wenn man andere nützliche Apps wie Amazon, CMCM, Luxcaddy, RTL ... verwenden möchte, die noch nicht auf dem Gerät sind? Melden Sie sich bei uns und wir erklären Ihnen Schritt für Schritt, wie man eine App installiert.

Fr De nombreuses applications utiles sont déjà installées sur un smartphone ou une tablette lorsque

vous l'achetez. Mais que se passe-t-il si vous souhaitez utiliser des applications utiles comme Amazon, CMCM, Luxcaddy, RTL...qui ne sont pas déjà sur l'appareil ? Contactez-nous et nous vous expliquerons étape par étape comment installer une application.



Auf Anfrage /
Sur demande



De Club bei lech Doheem

“Uewersauer SprochenEck” - Online	63
« Uewersauer SprochenEck » en ligne	
Kreativ-& Dekorationsbox für zu Hause	64
Set de bricolage à la maison	
Online Yoga mit Sarah Cattani	65
Yoga en ligne avec Sarah Cattani	
Webinar: Alles eine Frage der Ernährung	66
Webinaire : "Tout est question de nutrition"	
Online Klavierunterricht	67
Cours de piano en ligne	



“Uewersauer SprochenEck” – Online Coin linguistique en ligne



De Sie suchen eine neue Herausforderung und möchten gerne eine neue Sprache lernen? In unserem Online “SprochenEck” können Sie online verschiedene Sprachen lernen.

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



**Nach Terminabsprache /
Sur rendez-vous**



12 € pro Kurs/ séance



**Anna Hollenbach /
Nicole Heffels**



Kreativ-& Dekorationsbox für zu Hause Set de bricolage à la maison



De

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

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.



Bestellen Sie sich den kostenlosen Katalog / Commandez votre catalogue gratuit



Online Yoga mit Sarah Cattani Yoga en ligne 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 Participez 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)



Sa



Sarah Cattani



Webinar: “Alles eine Frage der Ernährung“ Webinar: « Tout est une question de nutrition »



De Eine gesunde, ausgewogene Ernährung trägt zum Wohlbefinden und der Gesundheit bei. Informationen zu den aktuellen Empfehlungen für die Ernährung vom (Enkel)Kind sowie Tipps, wie Sie Ihrem (Enkel) Kind gesundes Essen schmackhaft machen können. Anhand von praktischen Beispielen erfahren Sie, wie Sie gesunde Essgewohnheiten im Alltag umsetzen können

pour la nutrition de l'enfant (petit-fils), ainsi que des conseils pour rendre la nourriture saine pour votre (petit-fils) enfant. À l'aide d'exemples pratiques, vous apprendrez à mettre en œuvre des habitudes alimentaires saines au quotidien.

Fr Une alimentation saine et équilibrée contribue au bien-être et à la santé. Vous obtenez des informations sur les recommandations actuelles



18:00 - 20:00



27.02.2023



25.02.2023



Michèle Meyer



Online Klavierunterricht Cours de piano en ligne



De

Sie möchten von einem professionellen Musiklehrer Unterricht erhalten - bequem und flexibel von zu Hause aus? Dann ist unser Live-Klavierunterricht per Webcam ist die ideale Lösung.

Fr

Souhaitez-vous recevoir des leçons d'un professeur de musique professionnel - de manière pratique et flexible de la maison? Alors nos cours de piano en ligne sont la solution idéale.



Nach Terminabsprache /
Sur rendez-vous



25 € pro Stunde



Nicole Heffels

Bodensee 2022



Vorschau Frühling 2023

Ausflüge:

**Bundesgartenschau
in Mannheim**

**Betriebsbesichtigung
John Deere Werk
in Mannheim**

**Körperwelten der Tiere
in Saarbrücken**

Aktivitäten

**Kinderyoga
mit Sarah Cattani**

Trac Gourmande

**Keramik Workshop:
"Freies Schaffen"**

Teilnahmebedingungen

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. plegen 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 Rückzahlungsbedingungen des Reiseunternehmers. Weitere Informationen zum Datenschutzgesetz erhalten Sie auf unserer Homepage: www.clubuwersauer.lu

Datenschutz

Während den Aktivitäten können Sie fotografiert oder gefilmt werden. Der Club Uwersauer 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 Uwersauer 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. Einzelne verpasste Kurseinheiten, sowie Teilleistungen einer Tagesfahrt oder Reisen werden nicht erstattet.

Absage einer Aktivität

Der Club Uwersauer 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.



Inter-Actions

Développement & Action Sociale

www.inter-actions.lu



Stauséigemeng



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 • GSM: 621 82 65 36

Email: clubuewersauer@i-a.lu

www.clubuewersauer.lu

Folgen Sie uns auch auf Facebook!

  /clubuewersauer