



36 92 32-5229

Nei Telefonsnummer

Büroszäite vu Méindeg bis Freideg,

09:00 bis 13:00 Auer

Begréissung

Léif Frënn vum Club EIST HEEM,
dat neit Joer huet gutt ugefaangen: mat Neijooschpatt, engem Mëttes-
dësch am Zeeche vun 10 Joer Benevolat a munchen Aktivitéiten
heesche mir eisen neie Mataarbechter Dennis Ottawa häerzlech wëll-
komm. Mir freeën eis op eng gutt Zesummenaarbecht a begréissen
déi nei Iddien a Perspektiven am Team.

Och Benevoller hu sech offrériert, fir sech mat hiren Kompetenzen ze
engagéieren. Villmools Merci dofir.

E grouse Merci un dëser Plaz och un eise Komitee wéi
d'Ënnerstëtzung vun der Gemeng Réiser bei villerlee praktesche wéi
och innovative Projet'en wéi elo de Moment: de Projet „IMPULS“:
Förderung vu Sport a Bewegung fir jiddereen.

Chers amis du club EIST HEEM,

**la nouvelle année a bien commencé: avec le pot de nouvel an,
un déjeuner en l'honneur de 10 ans de bénévolat et d'autres ac-
tivités, nous souhaitons également la bienvenue à notre nouveau
collaborateur Dennis Ottawa. Nous nous réjouissons d'une
bonne collaboration et accueillons les nouvelles idées et pers-
pectives dans l'équipe.**

**Les bénévoles se sont également portés volontaires pour s'enga-
ger avec leurs compétences. Merci beaucoup.**

**Un grand merci aussi à notre comité et à la commune de Roeser
pour leur accompagnement sur de projets pratiques et inno-
vatifs, comme p.ex. le projet «IMPULS»: promotion du sport et
du mouvement pour tous.**

Bettina Fries

Nadine Glod

Verena Braun

Dennis Ottawa

Andrea Wengler-Das Neves

Chargée de direction

Éducatrice graduée

Éducatrice diplômée

Éducateur diplômé

Administration

mir schwätzen...nous parlons...nos falamos...wir sprechen...we speak...



Inhalt

Begréissung / Inhalt 1-2

Gesellegkeet

Mëttesdësch / Oppene Méindeg	3-5
Liescafé / Gediechnistraining / Kinogrupp	6-7
Maart Tréier / Sonndesausflich	8-9

Kultur

Paris –Le Spectacle / Udo Jürgens Story	10-11
Reesreportage: New Zealand	12

Ënnerwee / Visitten

Dagesausflich	13-17
Mythos Paris / Haus Omega	18-19
Handwiewerei / Fësch-Haff	20-21
Fondation Kräizbiereg / Parkinson asbl	22-23

Virträg / Interkulturell

Hormongläichgewiicht / Fasten	24-25
Café de Babel	26

Kreativitéit

Kachen a genéissen	27
Kreativ Ateliers	28-29

Technologie

Digital Medien	30-31
----------------	-------

Entspannung / Bewegung

Salzgrott / Qi Gong / Wanderungen	32-35
Vëlostouren / Keele spillen / Spadséiergang	36-37
Zumba Gold / Nordic Walking / Softwalking	38-39

Vakanz

Mini-Trip lechternach / Elsass	40-43
--------------------------------	-------

Règlement / Op ee Bléck 44-48

Mëttesdësch

All éischen Donneschdeg am Mount invitéiere mir zu engem gemeinsame Mëttegiessen.

Tous les premiers jeudis du mois, nous vous invitons à un déjeuner commun.



Donneschdeg, den 07. Mäerz 2024

Geméiszopp

Poulet, Ratatouille, Gromperen aus dem Schäffchen

Tiramisu

Donneschdeg, den 04. Abrëll 2024

Fréijoerszalot

Ham am Deeg, Räs a Carottes vichy

Muertekuch

Donneschdeg, den 02. Mee 2024

Tomat-Mozzarella-Toast

Wäinzoosis mat Moschterzooss, Püree an Zalot

Vanillesglace mat Äerdbier

Donneschdeg, den 06. Juni 2024

Buffet „italienne“:

Antipasti, Pasta, Dolce



12:00 Auer am Club



All Kéier 17,00 €, Gedrénks extra



wgl. bis méindes virdrun umellen

Geselligkeet



Oppene Méindeg

All Méinden bitt de Club ofwiesselnd Aktivitéiten un, déi zu gesellege Stonnen invitéieren. Fir Poteren, Spillen, Froen zum Programm stellen, Bicher ausléinen, bleift no a während den Aktivitéiten nach Zäit.

04. Mäerz 2024	Bingo
11. Mäerz 2024	Atelier: Schrumpffolie (S. 29)
18. Mäerz 2024	Sëtzdanz "Musicals"
25. Mäerz 2024	Quiznomëtteg
08. Abrëll 2024	Bingo
15. Abrëll 2024	Atelier: Blumengesteck (S. 29)
22. Abrëll 2024	Sëtzdanz "60er Joer"
29. Abrëll 2024	Spillnomëtteg / Handaarbechten
06. Mee 2024	Bingo
13. Mee 2024	Sëtzdanz "60er Joer"
27. Mee 2024	Quiznomëtteg



ëmmer méindes vu 14:00 bis 17:00 Auer



gratis

Sëtzdanz

Trainéiert Är Beweegelechkeet, Rhythmik a Koordinatioun, mol no Musicals, mol no Musek aus Ärer Jugend.

Restez en forme et entraînez votre coordination, tantôt sur des musicals, tantôt sur de la musique de votre jeunesse.



Bingo

Verbréngt e gesellege Nomëtteg mat Bingo a flotte Präisser.

Passez un après-midi avec Bingo et de beaux prix.



Handaarbechten

Mir treffen eis fir ze heekelen, strécken an ze poteren.

Nous vous donnons rendez-vous pour tricoter, etc.



Quiznomëtteg

Verschidden Quiz-Aarten a Spaass erwaarden lech.

Différents types de quiz vous attendent cet après-midi.



Spillnomëtteg

Kaarten, Scrabble, Rummy-Cup, Mensch-ärgere-Dich-nicht, Cornhole a villes méi stinn lech zur Verfügung.

Une palette de jeux, comme jeu de cartes, Scrabble, Rummy-Cup, Cornhole vous est mise à disposition.



Bibliothék

Dir fannt e grouse Choix u Romaner a Krimien, asw.

Vous pouvez vous servir de nos romans, littératures de voyage, etc. dans notre bibliothèque.



Geselligkeet

Liescafé



Virlesen, nolauschteren, an d'Gespréich kommen, zesummen an aner Welten andauchen, Perspektiven austauschen, Emotiounen deelen... Esou kann een eise Liescafé beschreiwen. Zesumme liese mir de Moment:

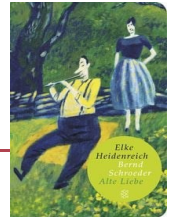
***Alte Liebe** von Elke Heidenreich und Bernd Schroeder*
Alte Liebe rostet nicht. Aber die leidenschaftliche Lore hat Angst, bald mit dem frisch pensionierten Harry untätig im Garten zu sitzen. Unterdessen heiratet ihre Tochter Gloria in dritter Ehe einen steinreichen Industriellen, der ihr Vater sein könnte. Wie konnte es so weit kommen? Elke Heidenreich und Bernd Schroeder erzählen in umwerfenden Dialogen die Geschichte eines Ehepaars. Komischer sind die Szenen einer Ehe noch nicht erzählt worden.



Jeeweils Mëttwochs, am Club
 06. a 27. Mäerz, 10. Abrëll,
 08. a 15. Mee 2024



10:30 bis 12:00 Auer, gratis



Matdenken - fit bleiwen



Zesummen trainéiere mir interaktiv a mat Spaass eist Kuerz- a Laangzäitgediechtnes. Jeeweils en Thema passend zu den Joreszäiten guidéiert lech duerch eng Stonn. D'Methoden sinn einfach an effektiv.



Mëttwoch, den 20. Mäerz 2024
 Mëttwoch, den 17. Abrëll 2024
 Mëttwoch, den 29. Mee 2024



Jeeweils um 10:00 Auer am Club, gratis

Kinogrupp „ClubCiné“

Eine neue Idee in unserem Club Aktiv+ ist eine Kinogruppe. Besuchen Sie mit uns verschiedene Kinos in Luxemburg und nehmen Sie an aktuellen Filmhighlights im Rahmen der Kinogruppe teil. Entsprechende Kinos, Filme und Uhrzeiten werden jeweils eine Woche vor Beginn der Veranstaltung bekannt gegeben.

Une nouvelle idée dans notre club Aktiv+ est un groupe de cinéma. Visitez avec nous différents cinémas au Luxembourg et participez aux grands films actuels dans le cadre du groupe cinéma. Les cinémas, les films et les horaires seront communiqués une semaine avant le début de la manifestation.



Jeeweils Méindes,
22. Abrëll 2024, 27. Mee 2024, ca. 18:00 Auer



RDVS jeeweils beim Club oder Kino sur Place



9,00 € fir Trajet Minibus

Gesellegheet



Maart Tréier a Gaardenzenter

Moies besiche mer de WocheMaart zu Tréier, deen u frësche Wuere viles ze bidden huet. No engem gemeinsame Mëttegiese geet et weider an de Gaardenzenter "Dehner", wou Dir Planze fir bannen a baussen fannt.

Visite du marché hebdomadaire à Trèves et shopping au centre de jardin "Dehner".



Freideg, den 31. Mee 2024



09:30 Auer beim Club / Minibus






15,00 € fir den Trajet a Begleedung



Car-Sonndeg zu lechternach

E spannende Sonndeg mat Oldtime-
ren mat all Zort Gefierer. Alles, wat
méi al ass wéi 1998 un Autoen,
Traktoren, Motoen, sinn op der his-
torescher Maartplaz e gesinn.
Virdunn iesse mir zesummen am
Restaurant.






	Sonndeg, den 31. Mäerz 2024
	10:30 Auer: beim Club / Minibus 11:30 Auer: Restaurant Pizzeria «Du Passage» 2, rue Haut Ruisseau, Echternach
	12,00 € fir den Trajet a Begleedung

Sonndesausflug: Brunch zu Miersch

Dëse Sonndeg huele mir lech mat op Miersch an d'Bistro-
Brasserie op der zentraler Méchelsplaz fir zesummen e le-
ckeren Brunch ze genéissen.

Ueschléissend kënt Dir lech un engem gemittleche
Spadséiergang am Mierscher Park bedeelegen éier mir dann
zréck op Bierchem fueren.



	Sonndeg, den 14. Abrëll 2024
	11:30 Auer: beim Club / Minibus 12:00 Auer: Bistro "Beim Méchel" 1, rue Jean Majerus, L-7555 Mersch
	56,00 €, inkl. Büffet, Transport a Begleedung

Kultur



Artikuss: Paris - Le Spectacle

Dir interesséiert lech fir Musek, fir franséisch Musek a kuckt gäre Showe? Da kommt Dir bei dësem Spektakel bestëmmt op Är Käschten.

Paris ! Le Spectacle, c'est un vibrant hommage aux plus grandes chansons françaises des années d'après-guerre qui font le charme et la réputation de la Ville Lumière dans le monde entier.

Françoise (Stéphanie Impoco) une jeune artiste en herbe arrive de province sur la butte Montmartre et rêve de vivre à Paris et de devenir célèbre. Sur son chemin, elle va croiser la route d'Edith Piaf (Nathalie Lermitte) qui va devenir son amie, sa confidente, son âme soeur. Françoise va rencontrer l'amour en la personne de Charles Aznavour (Jules Grison), artiste peintre, bohème qui vit à Pigalle. Une idylle va naître entre eux dans la ville lumineuse où l'amour triomphe toujours !

Avec des chansons entre autres de Charles Aznavour, Edith Piaf, Jacques Brel, Yves Montand, Charles Trenet, Gilbert Bécaud, Josephine Baker et de Maurice Chevalier.



Samschdeg, den 23. Mäerz 2024



19:00 Auer: beim Club / Minibus
19:50 Auer: 3, rue Jean Anen
L-4413 Soleuvre



35,00 € fir den Ticket, Trajet a Begleedung
Kulturpass gött unerkannt

Trifolion: Udo Jürgens Story

„Die Udo Jürgens Story – Sein Leben, seine Liebe, seine Musik“ ist eine wundervolle und außergewöhnliche Hommage an den Grandseigneur der deutschen Unterhaltungsmusik – mit den großen Hits und einigen unbekannteren Juwelen sowie spannenden Geschichten rund um das Leben dieser bedeutenden Musiklegende. Die „Die Udo Jürgens Story“ geht endlich wieder auf große Tournee durch rund einhundert Städte. Schauspielerin Gabriela Benesch und Sänger und Pianist Alex Parker führen ihre Gäste dann auf eine musikalischen Zeitreise von Evergreens wie „Ich weiß, was ich will“, über „Ein ehrenwertes Haus“, „Ich war noch niemals in New York“, „Griechischer Wein“, „Liebe ohne Leiden“, „Merci Cherie“, „Aber bitte mit Sahne“, „Mit 66 Jahren“ bis zu „5 Minuten vor 12“, „Mein Ziel“ und vielen weiteren Hits.“



Loost lech dëse Concert net entgoen, besonesch wann Dir Fan vum Udo Jürgens sidd.



Samschdeg, den 20. Abrëll 2024



18:30 Auer: beim Club / Minibus
19:45 Auer: 2. Porte St. Willibrord
L-6486 Echternach



65,00 € fir de Concert, Trajet a Begleedung

Kultur



Reesreportage: New Zealand

Den Olivier Kerschen hëlt lech des Kéier mat op seng Rees an Neiséiland.

„Eng Fotorees vun Nord op Süd duerch Neiséiland, mir entdecken zesummen déi zwou Inseln mat hiren spektakuläre Landschaften. D’Geschicht erzielt eng Rees mam Rucksak vun der Nord-Insel bis iwwert d’Süd-Insel, vu Vulkaner, tropesche Bëscher, Strand a Bierger. Mir kucken zesummen d’Fotoen a schwätzen iwwert d’Andréck vun der Plaz“

Ne ratez pas le reportage de photos de voyages de M. Kerschen qui vous emmène cette fois-ci en Nouvelle-Zélande.



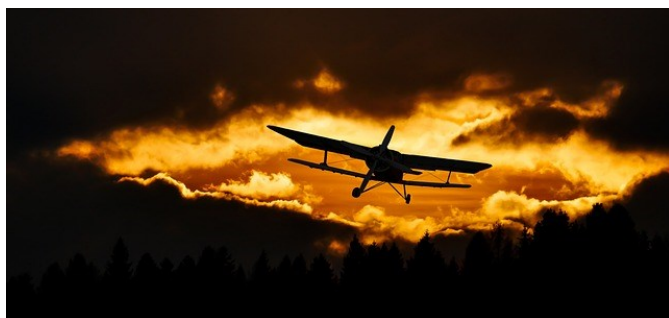
Freideg, den 08. März 2024, 14:30 Auer am Club



5,00 €

Flugausstellung Hermeskeil

Die Flugausstellung bei Hermeskeil ist ein Familienunternehmen, das 1973 gegründet wurde und seitdem ständig ergänzt und erweitert wird. Auf dem 76.000 qm großen Außengelände und in vier Hallen mit einer Gesamtfläche von 3.600 qm finden Sie über 100 originale Flugzeuge, 60 Flugmotoren, reichlich flugtechnische Informationen und Details aus allen entwicklungsstechnischen Epochen der Luftfahrt. Ein weiteres Highlight ist die Concorde mit 150 Sitzplätzen, in der sich ein Café befindet.



Léiert dësen interessante Musée am Kader vun enger guidéierter Visitt kennen. No der Visitt loosse mir den Nomëtteg mat engem lessen zu Kell am See auskléngen.



Donneschdeg, den 18. Abrëll 2024



08:15 Auer beim Club / Reesbus



45,00 €, inkl. Trajet, Visite guidée a Begleedung
Mëttegiessen individuell



Dësen Ausflug gött zesumme mat de
"Frënn vum 3. Alter Réiserbann" organiséiert.

Ënnerwee



Dinant: Zitadellen

Dinant a seng mächtig Zitadell hunn den Titel vun "fotogenster Stad" an den Ardennen. Während enger geféierter Visitt gi mer flott a spannend Detailler a Geschichte gewuer. De Bus bréngt eis bis op Zitadell erop, wou mir de Panorama iwwert Maas genéisse kënnen. No der Visitt stärke mir eis am klengen Restaurant an der Zitadell selwer. (Apéritif vin blanc cassis, Jambon d'Ardenne, Rôti de porc sauce crème champignons, dessert du jour (café, eau et vins compris)

Duerno fuere mir mat der Gondel erof an d'Stad. Do wäerte mer eng kleng Croisière vun ongeféier 45 Minutten iwwert Maas maachen. Eisen Tour féiert eis hei laanscht Charles de Gaulle Bréck, déi mat hiren Saxophon Statuen drun erënnert, dass den Erfanner vum Saxophon vun Dinant kënnt. Bis 16:30 Auer ass fräi Zäit virgesinn, fir d'Stad op eege Fauscht ze entdecken.

La citadelle c'est l'endroit phare de Dinant. En plus de la visite guidée le matin on fera l'après-midi une petite croisière sur la Meuse. Un déjeuner vous sera servi dans une salle au sein de la citadelle. Venez découvrir Dinant avec nous!



Freideg, den 26. Abrëll 2024



07:40 Auer beim Club / Reesbus



88,00 €, inkl. Trajet, Visitt, Croisière a Menü



Dësen Ausfluch gött zesumme mam Clubhaus "Beim Kiosk" vu Schëffleng organiséiert.

Karlsruhe: Nadelwelt Internationale Messe für Handarbeiten

Sie begeistern sich auch für Handarbeiten? Stricken, sticken, häkeln, nähen, filzen... liegt wieder voll im Trend. Wir haben uns deshalb entschlossen eine Messe in Karlsruhe zu besuchen, wo über 100 Aussteller den Besuchern mit Rat und Tat zur Seite stehen und Ihnen die neuesten Trends präsentieren. Fachkundige Beratung steht Ihnen mit Rat und Tat zur Seite. Gleichzeitig besteht die Möglichkeit an verschiedenen Kursen aktiv teilzunehmen.

Vous vous intéressés aux travaux manuels? Tricoter, broder, crocheter, coudre, feutrer... a de nouveau trouver un grand intérêt. Profitez de l'occasion et participez à une excursion à Karlsruhe où vous trouvez plus que 100 exposants avec étoffes, laines, fils et accessoires.



Freideg, den 03. Mee 2024



06:55 Auer beim Club / Reesbus



48,00 €, inkl. Trajet an Entrée



Dësen Ausfluch gött zesummen mam Clubhaus "Beim Kiosk" vu Schëffleng an dem Clubhaus "An de Sauerwissen" Rëmeleng organiséiert.

Ënnerwee



Beilstein a Cochem

Reiner Vitz, Konschthistoriker, erkläert lech bei enger Visitt d'Ëmstänn a Liewensbedéngungen vun de „klenge Leit“ an de leschte Joerhonnerten. Unhand vu Fotoen a Grafiken, déi him vu Beilsteiner zougedroe goufen, weist hien lech op enger Staffel en Abléck an d'Liewen vu Wënzer an Handwierksfamillen a vu Christen a Judden mat hiren Traditiounen. Beilstein gouf opgrond vun senger historescher Ambience och als „Hollywood“ op der Musel Kuliss vu bekannte Filmer.

No eiser Visitt bréngt eis de Bus op Cochem, wou Dir iessen, den Nomëtteg op enger Terrass oder mat der Visitt vun der Reichsbuerg, enger historescher Moschertfabrik asw. op eege Fauscht verbrénge kënt.



Freideg, den 21. Juni 2024



08:00 Auer beim Club / Reesbus



39,00 € fir den Trajet a Visite guidée zu Beilstein



Dësen Ausfluch gëtt zesummen mam Clubhaus “Beim Kiosk” vu Schëffleng organiséiert.

Eltville: Sekt- und Biedermeiermarkt

Jedes Jahr feiert man in Eltville das bekannte Sektfest am romantischen Rheinufer und im Rosengarten der kurfürstlichen Burg. Seit 150 Jahren wird hier Sektgeschichte geschrieben und Namen wie Matheus Müller, Mumm und Schloss Vaux tragen heute noch den Ruf von Eltville hinaus in die ganze Welt. An den Ständen der heimischen Winzer und Sektmanufakturen wird der prickelnde Rebensaft ausgeschenkt. Dazu gibt es eine kulinarische Vielfalt, Kunsthandwerk sowie ein musikalisches und tänzerisches Unterhaltungsprogramm.



Chaque année, Eltville célèbre la fête du vin mousseux sur les rives romantiques du Rhin et dans la roseraie du château des princes électeurs. Eltville porte à juste titre le surnom de "ville du vin mousseux" depuis 150 ans. Tous les stands des viticulteurs locaux et des manufactures de vin mousseux répartis sur l'ensemble du site de la fête, de la tour historique de Sébastien au château des princes électeurs, serviront les délicieux vins des viticulteurs. Il y aura également une grande variété culinaire, de l'artisanat ainsi qu'un programme de divertissement musical et de danse.



Sonntag, den 07. Juli 2024



09:00 Auer beim Club / Reesbus



45,00 €, inkl. Trajet a Begleitung



Dësen Ausflug gëtt zesummen mam Club Aktiv+ vu Stroossen organiséiert.

Visitt



Moderne Galerie Saarbrücken: Mythos Paris

Von Edouard Baldus bis Otto Steinert spannt die Ausstellung einen zeitlichen Bogen von rund 100 Jahren. Sie untersucht die fotografische Kultur in Paris, der Stadt wo die Fotografie 1839 patentiert wurde, und spürt verschiedene fotografische Mythen auf, die die Geschichte der Fotografie geprägt haben. Präsentiert werden rund 200 Exponate mit wertvollen Leihgaben aus prominenten Sammlungen Frankreichs und Deutschlands, darunter das Centre Pompidou Paris, der Bibliothèque nationale de France, das Museum Folkwang Essen und das Museum Ludwig Köln.

D'Edouard Baldus à Otto Steinert, l'exposition couvre une période d'environ 100 ans. Elle examine la culture photographique à Paris, la ville où la photographie a été brevetée en 1839, et traque les différents mythes photographiques qui ont marqué l'histoire de la photographie.



Dönschdeg, den 05. Mäerz 2024



09:00 Auer beim Club / Minibus



25,00 €, inkl. Trajet, Entrée a Begleitung



Haus Omega

Haus Omega ist eine stationäre palliative Betreuungseinrichtung in Luxemburg-Hamm, die in 15 geräumigen Einzelzimmern schwer kranken und sterbenden Menschen in ihrer letzten Lebensphase Behandlung, Pflege, Sicherheit und Geborgenheit bietet. Es ist ein Lebensort für Menschen, die nicht mehr im Akutkrankenhaus betreut werden müssen, da aufgrund ihrer fortgeschrittenen, unheilbaren Erkrankung keine Heilungsmöglichkeit mehr besteht und sie nicht (mehr) zu Hause betreut werden können.

Haus Omega setzt sich als Ziel, die Wünsche des Bewohners zu respektieren und Sterben in Würde zu ermöglichen und erweitert das Angebot an palliativen Behandlungsmöglichkeiten in Luxemburg und versteht sich als komplementäre Einrichtung im bestehenden Netzwerk von Palliativstationen, Langzeit-Einrichtungen und ambulanter Pflege.

Wëllt Dir méi iwuer dës Ariichtung gewuer gi, da schléisst lech enger Visitt un, wou Dir d'Raimlechkeeten kenneléiere kënt an Är Froen betreffend der Opmam, der Patienteverfügung, dem Thema Dout, Trauer asw. stelle kënt.



Mëttwoch, den 13. Mäerz 2024



14:30 Auer: beim Club / Minibus
15:00 Auer: 80, rue de Hamm
Lëtzebuerg



9,00 € fir den Trajet, Visitt gratis

Visitt



Handwiewerei Lily Weisgerber

Opgrond vun der grousser Nofro, bidde mir dës Visitt fir d'zweet un. Entdeckt mat eis en aalt Handwierk: d'Wiewerei. D'Mme Weisgerber erklärt eis an hierem Atelier Traditoun bis hin zu moderner Technik, déi an hieren Aarbechten ugewannt gött. Si erklärt eis d'Basis vum Handwierk, iwwert Fuedem, Wiewstil, Muster bis hin zum Entworf um Computer.

Découvrez avec le club la tradition de l'artisanat du tissage. Mme Weisgerber vous explique son métier, les différentes techniques, les différents modèles, etc.



Mëttwoch, den 10. Abrëll 2024



14:00 Auer: beim Club / Minibus
14:30 Auer: 7, rue de Luxembourg
L-5314 Contern



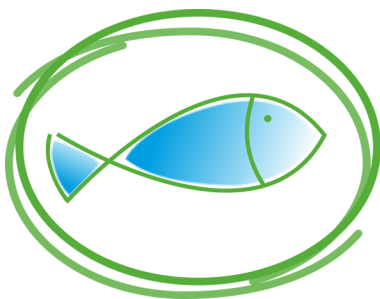
8,00 € fir d'Visitt, 9,00 € fir den Trajet



Fësch-Haff Gréiweldeng

Besicht mat eis de Fësch-Haff a léiert en aussergewöhnleche Projet am Kader vun nohaltegem Geméisubau kennen, deen sech am Kreeslaf vun der Aquaponik geréiert. „Eis Planze wuessen ouni Äerd an si ginn duerch Fësch mat den néideschen Nährstoffer versuergt. Mir sinn eng Start-up-SARL, déi sech der Entwécklung vun alternativen Ubaumethode widmet. Eis Missioun ass et d'lokal Liewensmëttelproduktioun ze fërderen.“

Le cycle de l'aquaponie crée une relation symbiotique entre les poissons et les plantes. Les déchets des poissons fournissent des nutriments aux plantes, tandis que ces dernières filtrent et purifient l'eau, créant ainsi un système de culture durable et respectueux des ressources.



Mëttwoch, den 05. Juni 2024



14:00 Auer: beim Club / Minibus

14:30 Auer: 10, Breil
L-5426 Greiveldange



29,00 € fir den Trajet / Visitt a Crémant oder Gedrénks ouni Alkohol

Visitt



Fondation Kräizbiereg

All Joers loosse mir eis Chrëschtkaarte vun der Fondatioun Kräizbiereg drécken an dunn duechte mir et wär mol eng Iddi eng Visitt vun dëser Struktur ze maachen an dobäi en Abléck an des ze kréien.

D'Ateliere vum Kräizbiereg empfänke momentan eng 100 Persounen mat engem physischen Handicap fir hinnen eng Aarbecht ze offréieren. Si sinn op 8 verschidden Ateliere verdeelt a soumat gëtt déi sozial Inklusioun vun de Persounen mat enger Behënnerung gefuerdert a gestärkt.

Sidd dir lo virwëtzeg ginn a wëllt déi 8 Ateliere entdecken, da kommt mat op des Besichtigung, woubäi Dir Är Froen zu der Fondatioun Kräizbiereg stelle kënnt.

Chaque année, nous faisons imprimer nos cartes de Noël par la Fondation Kräizbiereg et nous avons alors pensé que ce serait une idée de visiter cette structure et d'en avoir un aperçu. Les ateliers de Kräizbiereg accueillent actuellement une centaine de personnes avec un handicap physique afin de leur proposer un emploi. Ils sont répartis sur 8 ateliers différents et ainsi l'inclusion sociale des personnes handicapées est exigée et renforcée. Si vous êtes curieux et souhaitez découvrir les 8 ateliers, alors visitez avec nous la Fondation Kräizbiereg et posez toutes vos questions.



Mëttwoch, den 29. Mee 2024



13:40 Auer: beim Club / Minibus
14:00 Auer: 180, route de Zoufftgen
L-3598 Dudelange



9,00 € fir den Trajet / eng Spend ass wëllkomm

Parkinson Luxembourg asbl

Mir besichen den „Centre La Tulipe“, Service vun „Parkinson Luxembourg asbl“. Hei gi mir während engem Virtrag méi iwwert d'Parkinsonkrankheet, d'Liewe mat der Krankheet an d'Fuerschung op deem Gebitt gewuer.

Am Uschloss kënnen déi Leit déi wëllen, gären um Parkinson-Boxing deelhuefen oder awer ee gemittlechen Nomëtteg mat eise Membere an der Cafeteria verbréngen.

Visite du «Centre La Tulipe», service de « Parkinson Luxembourg asbl» Un exposé sur la maladie, la vie avec la maladie et la recherche sera suivi d'une séance de Parkinson-Boxing ou d'un après-midi tranquille dans la cafétéria.



Thierry Lentz, Parkinson asbl



Donneschdeg, den 30. Mee 2024



12:30 Auer: beim Club / Minibus
13:00 Auer: Centre La Tulipe
16, rue des Champs
L-3348 Leudelange



9,00 € fir den Trajet, Visitt gratis

Virtrag



Hormongläichgewicht

D'Jessy Müller, Naturopathin, erkläert iech déi 6 wichtegst Hormoner a wat d'Symptomer vun enger Disbalance sinn. Dir kritt Tipps an Tricks a folgende Beräicher, fir Är Hormoner erëm natierlech a Balance ze bréngen:

- Stressmanagement
- Ernährung
- Schlof an Entspannung
- Ëmweltgéfter
- Sport a Bewegung

Duerno kucke mir och, wéi een de Symptomer vun der Menopaus natierlech entgéintwierke kann.



Jessy Müller (diploméiert Naturopathin)



Freideg, den 15. Mäerz 2024, 14:30 Auer am Club



5,00 €

Fasten: Frühjahrsputz für Körper und Geist

Buchinger Fasten, Basenfasten, Intervallfasten: Was verbirgt sich hinter diesen Begriffen? In diesem Vortrag werden Sie erfahren wie die einzelnen Fastenarten durchgeführt werden, für welche Personen sie sich eignen und welche Vor- oder auch Nachteile sie mit sich bringen.



Sie bekommen Informationen darüber, woran man eine Übersäuerung erkennen kann und es werden die Begriffe Autophagie Detox und PRAL- Wert erklärt. Außerdem erfahren Sie nebenbei noch wie man sich im Alltag mit Nahrungs- und Hausmitteln ohne großen Aufwand entgiften kann.

Die Referentin: Saskia Braun ist Diplom Betriebswirtin, ärztlich geprüfte Fastenleiterin (dfa) und Yogalehrerin BDYoga und begleitet seit 2002 Menschen bei ihren Fastenwochen. Seit 2004 ist sie im Vorstand des Faastewanderfrenn a.s.b.l. Vereins in Luxemburg. Ihr Wunsch ist es Menschen dabei zu unterstützen mit natürlichen Mitteln eine gesunde Lebensweise zu führen.



Saskia Braun, Fastenleiterin



Donneschdeg, den 11. Abrëll 2024,
14:30 Auer am Club



5,00 €

Interkulturell



CAFE DE BABEL - STAMINET

 **ROESER**

Venez pratiquer une langue étrangère
Kommen Sie eine Fremdsprache üben
Come practice a foreign language
Vieni a praticare una lingua straniera
Venha praticar uma língua estrangeira
Ven a praticar un idioma extranjero
Kommt eng friem Sprooch üben

ALL 3TE MËINDE VUM MOUNT UM 19H00
CHAQUE 3ÈME LUNDI DU MOIS À 19H00

15.01.2024

CENTRE CULTUREL EDWARD STEICHEN
2, rue de Bettembourg L-3320 Bivange

19.02. / 18.03. / 15.04. / 27.05. / 17.06.

MAISON COMMUNALE, SALLE FRANÇOIS BLOUET
40, Grand-Rue L-3394 Roeser

Gratis Participatioun
Participation gratuite



Ausserdeem: All 2te Mëttwoch vum Mount
zu Frëiseng
En plus: Chaque 2ème mercredi du mois à Frisange
5, Lëtzebuergerstrooss - "Al Gemeng" - 19h00

an all 4ten Dënschde vum Mount zu Hesper
et chaque 4ème mardi du mois à Hesperange
476, route de Thionville - "Foyer CELO" - 19h00



Organisation: Commission communale du vivre-ensemble interculturel de Roeser

English Version:
Versão portuguesa:
www.roeser.lu/cafedebabel



Kachen a genéissen

Endeckt mat eis traditionell Rezepten an Zutaten op eng nei Aart a Weis, natierlech alles frësch a selwer zoubereet:



- Mäerz:** *Rieslingspaschéit a Paté*
Judd mat Gaardebounen
Île flottante
- Abrëll:** *Champignonszopp*
Fësch- a Crevettegratin, Râis
Gemëschten Zalot
Tarte tatin / Tarte au citron
- Mee:** *Zalot aus Spargel an Äerdbier*
Spargel mat Tagliatelle & Co
Tiramisu



Donneschdeg, den 14. Mäerz 2024
Donneschdeg, den 25. Abrëll 2024
Donneschdeg, den 16. Mee 2024



Jeeweils vun 09:30 bis 15:00 Auer am Club



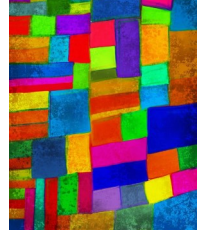
Käschte gi gedeelt

Kreativitéit



Acryl-Molen

Keng Angscht virun enger wäisser Fläch: Ënnert dësem Motto invitéiert Iech d'Hobbymolerin Yvonne Thiry-Beasch, hieren Hobby, d'Acryl-Molerei kennenzelieren.



Mme Thiry-Beasch vous présente la peinture acrylique et vous invite à y participer activement. Elle vous met des couleurs à votre disposition.



jeeweils Donneschdes, den
07. an 21. Mäerz 2024
04. Abrëll an 18. Abrëll 2024
02. Mee an 16. Mee 2024



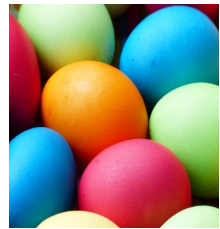
vu 15:00 bis 17:00 Auer am Club



gratis, inkl. Faarwen
Pinsel an Toile matbréngen

Eeër fierwen mat der Maison Relais

Et ass schon Traditioun am Club, datt Ouschtereëer gefierft gi fir den „Ouschterhues op der Spuer“.



Nous honorons la tradition de colorer des oeufs de Pâques, pour l'action „Ouschterhues op der Spuer“, organisée par la commune de Roeser.



Donneschdeg, den 28. Mäerz 2024
14:30 Auer am Club



gratis

Schrumpffolie

Schrumpffolie ist ein Werkmaterial, das durch Erhitzen im Backofen schrumpft. Dabei verkleinert es sich um ~ 50%, gleichzeitig wird es dicker und fester. Mit Schrumpffolie können Schmuckteile, Accessoires oder auch plastische Objekte hergestellt werden.



Le film rétractable permet de réaliser des bijoux, des accessoires ou encore des objets plastiques.



Méindeg, den 11. März 2024
14:30 Auer am Club



5,00 € fir Material

Trockenblumengesteck

Aus Holz und getrockneten Blumen lassen sich im Handumdrehen filigrane Dekorobjekte herstellen. Trockengestecke sind zeitlos und langlebig.



Le bois et les fleurs séchées permettent de réaliser en un clin d'œil des objets décoratifs en filigrane. Les arrangements de fleurs séchées sont intemporels et ont une longue durée de vie.



Méindeg, den 15. Abrëll 2024
14:30 Auer am Club



8,00 € fir Material

Technologie

Online-Quiz: Iwwert Lëtzebuerg

Bréngt ären Smartphone mat, fir un engem interaktiven Quiz deelzehuelen. De Gewënner kritt ee Kaddo.



Daniel Silva, Internetstuff Réiserbann



Mëttwoch, den 27. Mäerz 2024



14:30 Auer am Club



gratis



Internet: Et gött keng domm Froen

Bréngt Är Froen iwwert den Internet mat an den Här Silva liwwert lech d'Äntwerten. Dir profitéiert mat Sécherheet och vun de Froen, déi Anerer stellen.



Daniel Silva, Internetstuff Réiserbann



Freideg, den 19. Abrëll 2024



14:30 Auer am Club







gratis

Dating-Apps

Sief et fir ee Partner oder eng Frëndschaft ze fannen, den Internet offrëiert vill Méiglechkeeten.

Zesumme kreéieren mir een Dating-Profil fir den Daniel Silva. Mir diskutéieren Méiglechkeeten a Grenzen vun der Sich op online-Portalen.





	Daniel Silva, Internetstuff Réiserbann
	Freideg, den 24. Mee 2024
	14:30 Auer am Club
	gratis

INTERNETSTUFF

ROESERBANN & WEILER-LA-TOUR

Internetberodung individuell

Fir perséinlech Berodungen frot wgl. no engem RDVS.

	Daniel Silva, Internetstuff Réiserbann
	Internetstuff Roeserbann & Weiler-la-Tour 13, rue Méckenheck, L-3321 Berchem GSM: +352 621 390 156 Email: internetstuff@ciglroeserbann.lu

Entspannung



Salarium Salzgold Langsur

„Salz und Meeresklima haben eine wohltuende und entspannende Wirkung, welche seit Jahrtausenden bekannt ist.

So unterstützt es unsere Zellen mit der Versorgung von Spurenelementen und Mineralien. Es hilft unserem Körper bei der Ausscheidung von Giftstoffen und stärkt unser Immunsystem.“

Wëllt Dir lech an ärem Kierper eppes Guddes doen, dann ass eng Sëtzung (45 Min.) an der Salzgrott, wou d'Temperatur tëscht 18-20 Grad an d'Loftfiichtegkeet bei 50-60% läit, genau dat Richtegt. Uschléissend ass e gemeinsaamt Mëttegiess virgesinn.

Vous voulez faire quelque chose de bien pour votre corps, alors venez avec nous à la grotte de sel à Langsur avec une température de 18-20 degré et d'une humidité de 50-60%. Après cette séance un déjeuner en commun est prévu.



Donneschdeg, den 14. Mäerz 2024

Mëttwoch, den 10. Abrëll 2024

Mëttwoch, den 15. Mee 2024



10:15 Auer: beim Club / Minibus

10:50 Auer: Wasserbilliger Straße 31a
D-54308 Langsur



37,00 €, inkl. Trajet, Sëtzung a Begleedung
Mëttegiessen individuell



Qi Gong

Qi Gong hat eine jahrtausendalte Tradition und ist ein wesentlicher Bestandteil der traditionellen chinesischen Medizin. Qi Gong ist eine Kombination aus innerer Konzentration, ruhiger und tiefer Atmung sowie fließender Bewegung. Diese Form der allgemeinen Lebenspflege kann vorbeugend und heilend wirken.

Le Qi Gong appartient à la médecine traditionnelle chinoise et se trouve parmi les 5 méthodes de cure chinoise les plus célèbres. C'est une combinaison de concentration intérieure, de respiration calme et profonde et de mouvements souples visant la cure biophysique et le bon flux d'énergies intérieures et vitales.



Volker Bänsch, Taiji- a Qi Gong-Lehrer



immer Freides um 10:00 Auer am Club



19,00 € pro Seance

*Fürchte dich nicht
vor dem langsamen Vorwärtsgehen,
fürchte dich nur
vor dem Stehenbleiben.*

aus China

Bewegung



Mat Wanderschong uerchert d'Land

Léiert eist Ländchen mat schéine Wanderunge kennen. Mir invitéieren lech zu engem Choix vun Touren ëm déi 7 km. Nom Tour ass jeeeweils e gemeinsamt Mëttegiessen virgesinn.

Découvrez le pays en faisant de belles randonnées. Nous vous invitons à une sélection de tour de +/- 7 km. Après chaque randonnée, un déjeuner commun est prévu.



Wanderkonditioun fir ca. 2,5 Stonnen a moderatem Tempo gëtt virausgesat. Toure si liicht bis mëttelschwéier.



Une condition de marche pour 2-3 heures à un rythme modéré est nécessaire. Les randonnées sont légères à moyennes.

Trëppeltour vu Gare zu Gare: Roodt-Syre-Betzdorf



Gehen Sie mit uns den insgesamt 6,5 km langen Wanderweg von Roodt Syre nach Betzdorf und erleben sie die wunderschöne Natur Luxemburgs.

Suivez avec nous le sentier de randonnée de 6,5 km de Roodt-sur- Syre à Betzdorf et découvrez la magnifique nature de la vallée de la Syre.



Dönschdeg, den 12. Mäerz 2024



09:00 Auer: Gare Bierchem

10:00 Auer: Gare Roodt-Syre



gratis, Mëttegiessen individuell







Themenwanderung: „Via Botanica“

Der naturkundliche Lehrpfad bei Lellingen führt durch eines der schönsten Täler und Pflanzenvielfalt im Norden Luxemburgs. Mit etwas Glück blühen gerade die wilden Narzissen.

Le sentier de découverte de Lellingen traverse l'une des plus belles vallées au nord du Luxembourg. Le sentier est connu pour sa diversité végétale.







	Dönschdeg, den 23. Abrëll 2024
 	08:30 Auer: Club / Minibus 09:30 Auer: Parking Café "Lellger Stuff" 3, Ierwerscht Duerf, L-9760 Lellgen
	12,00 € fir Trajet a Begleedung

Esch-sur-Sûre: „Eislekpad“

Hoch, runter, hoch und wieder runter! Aber es lohnt sich, denn dieser Wanderweg bietet Ihnen vom Aussichtspunkt Kuelebiërg den schönsten Blick auf Esch-sur-Sûre.

Monter, descendre, monter et redescendre ! Mais ce chemin en vaut la peine, car ce sentier vous offre la plus belle vue sur Esch-sur-Sûre depuis le point de vue du Kuelebiërg.



	Dönschdeg, den 14. Mee 2024
 	08:30 Auer: Club / Minibus 09:30 Auer: Parkplaz Rue des Jardins L-9650 Esch-sur-Sûre
	12,00 € fir Trajet a Begleedung

Bewegung



Mam Vëlo op den Tour

Op mat oder ouni E-Bike: Mir entdecken zesummen flott Vëlospisten, déi eis entweder op Rondweeër uerchert d'Land féieren oder mam Zuch gutt ze erreeche sinn. Ënnerwee gi mir zesummen an e Restaurant.

Nous découvrons de belles pistes cyclables qui traversent le pays en boucle ou qui sont accessibles en train. En cours de route, nous nous arrêtons au restaurant.



gratis / Mëttegiessen individuell



Eng Grondkonditioun gëtt virausgesaat.
Fir de Fall vun enger Reparatur, bréngt wgl. de passende Schlëssel an en Ersatzschlauch mat.

Vu Bierchem op Dummeldeng / 45 km

Bei dëser Tour pedaléire mir vu Bierchem aus iwwert Hesper op de Kierchberg an op Dummeldeng. No engem gemeinsamen lessen geet et z'réck.



Dënschdeg, den 30. Abrëll 2024



10:00 Auer beim Club

Vu Bierchem op Waasserbëlleg / 53 km

Dësen Tour féiert eis iwwert Réimech. Vun do aus geet et laanscht Musel bis op Waasserbëlleg, wou mir an den Zuch fir z'réck klammen. Op der Musel ass eng Rascht virgesinn.



Dënschdeg, den 28. Mee 2024



10:00 Auer beim Club



Keele spillen

Hutt Dir Loscht op e gudde Maufel an e puer Klatzen ze schéissen? Eis Keelenequipe weist lech wéi et geet.

Envie de participer à nos après-midis conviviales de jeux de quilles et d'un repas en commun, alors inscrivez-vous.



Freides, den 22. Mäerz an den 12. Abrëll 2024
Donneschden, den 23. Mee 2024



11:30 Auer sur Place: Café beim Kueb
24, rue du Luxembourg
L-4391 Steebrécken



gratis, Mëttegiessen individuell

Spadséiergang fir kleng a grouss

Zesummen mat der Crèche Méckenhaischen maache mir eis dëse Mëttwoch op de Tour. Mat den Aen vun hiere kleng Visiteuren entdecke mir, wat lénks a riets vum Wee läit.

En collaboration avec la Crèche Méckenhaischen, nous nous mettons en route ensemble ce mercredi. Avec les yeux des petits visiteurs, nous découvrons ce qui se trouve à gauche et à droite de notre chemin.



Mëttwoch, den 08. Mee 2024, ab 14:00 Auer



Crèche Méckenhaischen
11, rue Méckenheck, L-3321 Berchem



gratis, inkl. Kaffi a Kuch



Bewegung

Zumba Gold



“Zumba Gold: eine Mischung aus Aerobic und latein-amerikanischen Tanzelementen, angepasst an Menschen 50+”. D’Claudia Berettini (méindes) an d’Nadine Fischbach (freides) weisen lech an d’Choreographie an.

Zumba Gold: mouvements de fitness et de danse sur de la musique sud-américaine, adaptés à la population 50+.



Méindes vun 09:30 bis 10:30 Auer am Club



Freides vun 18:30 bis 19:30 Auer am Club

Nordic Walking



Den Trainer Guy Quintus weist lech déi richteg Nordic Walking Schrëtt. Bei Interessi frot no eisem Plang mat den Départen. D’Weeër féieren ofwiesselnd duerch de Réiserbann an Emgéigend.

Apprenez les pas du Nordic Walking avec l’entraîneur Guy Quintus. Restez en forme en pratiquant ce sport en pleine nature.



Méindes a mëttwochs vun 09:00 bis 10:30 Auer
Donneschdes vun 16:30 bis 18:00 Auer



Destinatiounen no Plang

Softwalking

Nordic Walking am luesen Tempo, dat ass Softwalking. Léiert schéi Weeër am Réiserbann an Emgéigend kennen.



Mäerz	Abrëll	Mee
Mé. 04.03. Crauthem	Më. 03.04. Crauthem	Mé. 06.05. Helleng
Më. 06.03. Helleng	Mé. 08.04. Beeteb. P.	Më. 08.05. Crauthem
Mé. 11.03. Weiler	Më. 10.04. Crauthem	Mé. 13.05. Weiler
Më. 13.03. Beeteb. P.	Mé. 15.04. Helleng	Më. 15.05. Beeteb. P.
Mé. 18.03. Beeteb. B.	Më. 17.04. Crauthem	Më. 22.05. Bierchem
Më. 20.03. Crauthem	Mé. 22.04. Weiler	Mé. 27.05. Beeteb. P.
Mé. 25.03. Bierchem	Më. 24.04. Beeteb. B.	Më. 29.05. Crauthem
Më. 27.03. Weiler	Mé. 29.04. Bierchem	



all Méindeg an all Mëttwoch,
vun 09:00 bis 10:00 Auer



gratis



Vakanz



Mini-Trip: lechternach

Loscht op eng kuerz Auszäit vum Alldag? Dir hutt awer keng Loscht stonnelaang ze fueren, Dann ass eise Minitrip vun 3 Deeg mam Minibus op lechternach vläicht genau dat Richtegt. ***Envie d'une petite pause du quotidien? Alors rejoinez nous pour 3 jours de détente à l'hôtel «Bel-Air» à Echternach.***

Mëttwoch, den 19. Juni 2024

Gemittlech starte mir um 11h15 beim Club fir eis a Richtung lechternach ze maachen, wou mir um lechternacher Séi zu Mëtteg iesse wäerten an duerno d'Geleeënheet besteet e Spadséiergang ronderëm dësen ze maachen. Ueschléissend checke mir dann am ****Hotel „Bel-Air“ an, wou mir während 2 Nuechte logéieren. Virum Owe siessen am Hotel besteet d'Méiglechkeet vun hirem klenge Wellness-Beräich oder private Park ze profitéieren.

En route vers Echternach, nous faisons une escale au lac d'Echternach pour le déjeuner et une promenade autour de celui-ci. Ensuite Check-Inn à l'hôtel et dîner.



Donneschdeg, den 20. Juni 2024

No engem räichhaltege Moies-essen fuere mir an den Zentrum vun der lechternacher Stad, wou mir un enger guidéierter Visitt deelhuefen an op des Manéier d' Stad nei entdecke kënnen. D' Mëttegiessen an de Nomëtteg stinn lech dann zur fräier Verfügung. Virum Owessiessen am Hotel kënt Dir da nach hire klenge Wellness-Beräich benotzen.

Après le petit-déjeuner vous avez la possibilité de prendre part à une visite guidée de la ville d'Echternach, suivi du temps libre au centre-ville. En après-midi vous pouvez profiter de l'espace Wellness de l'Hôtel ou vous promener dans leur parc privé. Dîner a l'hôtel.

Freideg, den 21. Juni 2024

Nom Moies-essen, pake mir d' Valissen an de Minibus a maachen eis da scho rëm op den Heemwee. Virdu besiche mir d' Mëttelalterbuerg an huelen un enger guidéierter Visitt (mat Casseroverköstigung) vum Beeforter Schlass deel. Am Hôtel Meyer iesse mir zesummen zu Mëtteg. Jee no Loscht a Laun kann een duerno och nach e bëssi spadséiere goen éier et dann am Nomëtteg Richtung Bierchem geet.

Avant de rentrer, nous visiterons le château médiéval et le château de Beaufort et prendrons le déjeuner ensemble.



Mëttwoch bis Freideg, 19. bis 21. Juni 2024



380,00 € fir en Einzelzëmmer
300,00 € fir en Duebelzëmmer pro Persoun



Inkl. 2 Iwwernuechtungen mat Frühstück, Wellnessberäich, Visitten, Trajet a Begleedung
Mëttes- an Owessiessen ginn individuell bezuelt.

Vakanz



Kultur– und Wanderreise: Elsass

Entdecken Sie Natur und Kultur im Elsass zu Fuß und im Eco-museum.

Découvrez la nature et la culture alsaciennes à pied et à l'écomusée. De plus informations sur le déroulement du voyage sont disponibles sur demande au bureau.

Montag, den 23. September 2024

Anreise nach Colmar. Nach gemeinsamen Mittagessen Besichtigung der Stadt **Colmar** zu Fuß mit einem lokalen Fremdenführer. Abendessen und Übernachtung im Hotel.. **Das ****Hotel Europe** liegt mitten im Elsass und ist ca 3 km von Colmar entfernt.

Dienstag, den 24. September 2024

Nach dem Frühstück Fahrt nach **Ribeauvillé**. Zwischen Reben und Bergen liegt die charmante Stadt, die es verstanden hat, ihr Kulturerbe zu bewahren. Im 14. Jahrhundert ließen mächtige Herren mit dem Bau der Stadtmauer beginnen und das Schloss errichten. Wir starten vom Platz der Republik eine Entdeckungstour zu drei Burgen, die über der Stadt thronen: Diese sind durch einen 3-stündigen Rundweg miteinander verbunden. (Mittagessen auf eigene Kosten) Am Nachmittag Aufenthalt in Colmar. Möglichkeit zu einem gemütlichen Geschäftsbummel in den Fußgängerzonen.

Mittwoch, den 25. September 2024

Am Vormittag Fahrt nach **Turckheim**. Ungefähr zwei Stunden lang können Sie sich wandernd anhand eines Lehrpfades über den Weinanbau informieren und die tolle Aussicht auf die Stadt, das Rheintal und die vorderen Vogesen genießen. Am Nachmittag freier Aufenthalt in Turckheim und eine Weinprobe.

Donnerstag, den 26. September 2024

Nach dem Frühstück besichtigen wir das Freilichtmuseum „Ecomusée d'Alsace“. Es ist wie ein elsässisches Dorf aus dem frühen 20. Jahrhundert aufgebaut. Als „Musée de France“ zeigt es eine außergewöhnliche Sammlung von Gebäuden und Alltagsgegenständen und beteiligt sich an der Weitergabe von Fertigkeiten und handwerklichem Know-how. Mit seinem Standort in Ungersheim, einer Gemeinde im ökologischen Wandel, ist es auch ein echter Akteur für die Bewahrung der Umwelt. Am späten Nachmittag treten wir unsere Rückreise nach Luxemburg an.



Montag bis Donnerstag, 23. bis 26. September 2024



925,00 € Doppelzimmer in Alleinnutzung p.P.
750,00 € Doppelzimmer p.P.



Fahrt im **Nicht-Raucher** ****Reisebus
3x Halbpension im ****Hotel Europe
Frühstück, Mittagessen am ersten und letzten Tag
Führung Colmar und Weinprobe in Turckheim
Eintritt Ecomusée
Begleitung und Reiserücktrittsversicherung

Règlement

Règlement

Mat de folgende Reegelen, wëlle mir alle Bedeelegten e gudden Oflaf vun eisen Aktivitéiten erméiglechen.

- Dir huelt op Är eege Verantwortung un eisen Aktivitéiten deel.
- All Persounen vu 45 Joer un kënnen un eisem Programm deelhuefen, onofhängeg wou Dir wunnt.
- Är Umeldungen si verbindlech, wann Dir lech per Mail, Telefon oder am Club selwer ugemellt hutt. Mellt Dir lech per Mail oder Repondeur un, sidd Dir fest ugemellt, wa mir lech dëst confirméiert hunn. Mat Är Umeldung zu enger Aktivitéit erkläert Dir lech mat de jeeweiligen Konditiounen (Inhalt / Präis) averstane. Mellt lech aus organisatoresche Grënn w.e.g. bei all Aktivitéit un.
- Fir extern organiséiert Aktivitéiten iwwer 15 € kritt Dir eng Facture zougeschéckt. Dir kënnt dës per Virement oder bor bezuelen.
- Bei allen Aktivitéiten waarde mir max. 10 Minutten iwwert d'festgeluechten Zäit op d'Participant'en, déi ugemellt sinn.
- Ass fir eng Aktivitéit keng Plaz méi, setze mir lech op eng Waardelëscht a mellen eis am Fall, wann erëm eng Plaz fräi gëtt.
- Sidd Dir verhënnert, un enger ugemellter Aktivitéit deelzehuelen, sot eis w.e.g. esou séier wéi méiglech of. Domat huet eng aner Persoun evtl. d'Méiglechkeet nozeréckelen.
- Falls eis duerch Är Ofmeldung Onkäschten entstinn, kënnen mir d'Käschten net zeréckerstatten. Mir versichen, en Ersatz ze fannen, kënnen dëst awer net garantéieren.
- Bei entsprecheuden Ëmstänn behale mir eis fir, de Programm ze änneren an unzepassen. De Club behält sech d'Recht, Aktivitéiten ofzesoen oder ze verréckelen (mangels Umeldungen, Krankheetsfall, Wieder etc.) Bei Aktivitéiten déi de Club selwer ofseet, ginn 100% zeréckbezult.
- Fir d'Umëllung froe mir aus organisatoresche a statistesche Grënn no perséinleche Donnéeën. Mir assuréieren, domat vertraulech ëmzegoen an Är Donnéeën nëmmen op d'Aktivitéit bezunn, u Reesveranstalter, Hotel, Sécherheetskontrollen etc. virun ze ginn. Mat Är Umëllung erkläert Dir lech domat averstanen.
- Bei eisen Aktivitéiten gi Fotoen zu Publikatiounszwecker gemaach. Wëllt Dir net op enger Foto drop sinn, deelt eis dëst mat, soss gi mir vun Ärem Averstännis aus.

Mäerz 2024

Op ee Bléck

Fr	01.03.2024	Sedan / Ardennen	<i>ausgebucht</i>
Mé	04.03.2024	Bingo	S. 04
Dë	05.03.2024	Saarbrécken: Mythos Paris	S. 18
Më	06.03.2024	Liescafé	S. 06
Do	07.03.2024	Mëttesdësch	S. 03
Do	07.03.2024	Acryl-Molen	S. 28
Fr	08.03.2024	Reesreportage: New Zealand	S. 12
Mé	11.03.2024	Atelier: Schrumpffolie	S. 29
Dë	12.03.2024	Wanderung: Roodt-Betzdorf	S. 34
Më	13.03.2024	Haus Omega	S. 19
Do	14.03.2024	Salzgrott	S. 32
Do	14.03.2024	Kachen a genéissen	S. 27
Fr	15.03.2024	Hormongläichgewiicht	S. 24
Mé	18.03.2024	Sëtzdanz mat Musicals	S. 04
Më	20.03.2024	Matdenken - fit bleiwen	S. 06
Do	21.03.2024	Acryl-Molen	S. 28
Fr	22.03.2024	Keele spillen	S. 37
Sa	23.03.2024	Artikuss: Paris - Le Spectacle	S. 10
Mé	25.03.2024	Quiznomëtteg	S. 04
Më	27.03.2024	Liescafé	S. 06
Më	27.03.2024	Online-Quiz	S. 30
Do	28.03.2024	Nancy mam Chr. Rodermann	<i>ausgebucht</i>
Do	28.03.2024	Eeër fierwen	S. 28
So	31.03.2024	Car-Sonndeg lechternach	S. 09

Op ee Bléck

Abrëll 2024

Do	04.04.2024	Mëttesdësch	S. 03
Do	04.04.2024	Acryl-Molen	S. 28
Mé	08.04.2024	Bingo	S. 04
Më	10.04.2024	Liescafé	S. 06
Më	10.04.2024	Salzgrott	S. 32
Më	10.04.2024	Handwiewerei	S. 20
Do	11.04.2024	Fasten	S. 25
Fr	12.04.2024	Keele spillen	S. 37
So	14.04.2024	Sonndesausfluch Miersch	S. 09
Mé-So	15.-21.04.2024	Vakanz: Chiemsee	<i>ausgebucht</i>
Mé	15.04.2024	Trockenblumengesteck	S. 29
Më	17.04.2024	Matdenken - fit bleiwen	S. 06
Do	18.04.2024	Flugausstellung Hermeskeil	S. 13
Do	18.04.2024	Acryl-Molen	S. 28
Fr	19.04.2024	Internet: Froen an Äntwerten	S. 30
Sa	20.04.2024	Udo-Jürgens-Story	S. 11
Mé	22.04.2024	Sëtzdanz	S. 04
Mé	22.04.2024	Kino-Grupp	S. 07
Dë	23.04.2024	Wanderung: „Via Botanica“	S. 35
Do	25.04.2024	Kachen a genéissen	S. 27
Fr	26.04.2024	Dinant: Zitadellen	S. 14
Mé	29.04.2024	Quiznomëtteg	S. 04
Dë	30.04.2024	Vëlostour: Dummeldeng	S. 36

Mee 2024

Op ee Bléck

Do	02.05.2024	Mëttesdësch	S. 03
Do	02.05.2024	Acryl-Molen	S. 28
Fr	03.05.2024	Karlsruhe: Nadelwelt	S. 15
Mé	06.05.2024	Bingo	S. 04
Më	08.05.2024	Liescafé	S. 06
Më	08.05.2024	Spadséiergang mat Crèche	S. 37
Mé	13.05.2024	Sëtzdanz	S. 04
Dë	14.05.2024	Wanderung: «Eislekpad»	S. 35
Më	15.05.2024	Liescafé	S. 06
Më	15.05.2024	Salzgrott	S. 32
Do	16.05.2024	Kachen a genéissen	S. 27
Do	16.05.2024	Acryl-Molen	S. 28
Më-Do	22.-23.05.2024	Minitrip: Heilbronn	<i>ausgebucht</i>
Do	23.05.2024	Keele spillen	S. 37
Fr	24.05.2024	Internet: Dating-Apps	S. 31
Mé	27.05.2024	Quiznomëtteg	S. 04
Mé	27.05.2024	Kino-Grupp	S. 07
Dë	28.05.2024	Vëlostour: Waasserbëlleg	S. 36
Më	29.05.2024	Matdenken - fit bleiwen	S. 06
Më	29.05.2024	Fondation Kräizbiere	S. 22
Do	30.05.2024	Parkinson Luxembourg asbl	S. 23
Fr	31.05.2024	Maart Tréier & Dehner	S. 08



36 92 32-5229

Nei Telefonsnummer

Op ee Bléck

**Büroszäite vu Méindeg bis Freideg,
09:00 bis 13:00 Auer**

Regelméisseg Aktivitéiten



méindes	<i>09:00 - 10:00 Auer</i>	Softwalking
	<i>09:00 - 10:30 Auer</i>	Nordic Walking
	<i>09:30 - 10:30 Auer</i>	Zumba Gold
	<i>14:00 - 17:00 Auer</i>	Oppene Méindeg
mëttwochs	<i>09:00 - 10:00 Auer</i>	Softwalking
	<i>09:00 - 10:30 Auer</i>	Nordic Walking
donneschdes	<i>16:30 - 18:00 Auer</i>	Nordic Walking
freides	<i>10:00 - 11:00 Auer</i>	Qi Gong
	<i>18:30 - 19:30 Auer</i>	Zumba Gold

Mat Ärem Engagement kënnen mir en Don
 un déi folgend Associatiounen iwwerreechen:
600,00 € fir d'Spëndchen asbl
600,00 € fir den Cent-Buttek
600,00 € fir d'Association Thérapie Équestre
 Villmools Merci!