



**Active Ageing und Lifelong Learning durch Entdeckungen,
Erfahrungen, Begegnungen und Geselligkeit**
Active Ageing et Lifelong Learning à travers des découvertes,
expériences, rencontres et convivialité

Avril - Juin 2022

Index

Edito	04	Mëttesdësch	35
Activités régulières	06	Club Senior Voyage	36
Exercices de relaxation pour le quotidien	07	Projets et Actions	38
Échange philosophique	08	Rencontre canine	39
Line & Country Dance avec Daggy Ries	09	Projet Granny Square	40
Pétanque	10	Échange individuel	41
Travaux manuels	11	Passe-temps divers	42
Après-midi de jeu	12	Lignes directrices concernant la participation	46
Gym douce sur chaise	13	Instants en images	48
Jeux de quilles	14		
e-Café	15		
Le vendredi créatif	16		
Randonnée au Fräiheitsbam	18		
Découvertes et formations	20		
Promenade en ville	21		
Rendez-vous au musée le jeudi	22		
Visite historique de Diekirch	24		
Kaffi & Croissant	25		
Journée de pêche à l'étang de Clemency	26		
Biennale d'art contemporain à Strassen	27		
Discussion sur le deuil	28		
Interclub-Pétanque	29		
Actionbound à Strassen	30		
Fromagerie de Berdorf et les châteaux de Beaufort	31		
Atelier de Cocktails	32		
La Roseraie de Zweibrücken	33		
Art floral pour l'été	34		



Club Senior
Stroossen



Patricia Petruccioli
Chargée de direction



Carmen Reuland
Educatrice



Danielle Gottal
Secrétaire



Sally Muller
Educatrice

Anmeldung und Informationen

Inscription et informations

Tel. 31 02 62 - 407

Club Senior Stroossen

📍 Centre Culturel Paul Barblé
203, route d'Arlon
L-8011 Strassen

🕒 8:00 - 16:30

☎ 31 02 62 - 407

✉ clubsenior@strassen.lu

Club Senior Stroossen

DE | Der **Club Senior Stroossen** ist eines der 20 vom Ministerium für Familie, Integration und Großregion anerkannten Begegnungs- und Beratungszentren für Menschen 60+. Sein Ziel ist es, die aktive Teilnahme am gesellschaftlichen und kulturellen Leben zu fördern und der sozialen Isolation im Alter entgegenzuwirken.

Als Erschaffer von Gelegenheiten und Momenten bietet der **Club Senior Stroossen** einen offenen Rahmen, der wohlwollende Begegnungen sowie einen respektvollen Austausch ermöglicht. Hier lernen Sie neue Leute kennen und pflegen bereits bekannte Kontakte.

Besuchen Sie Aktivitäten entsprechend Ihren Interessen:

- Kultur-, Sport- und Freizeitaktivitäten
- freundliche Begegnungen und Austausch
- Konferenzen und Kurse
- soziale Projekte, die den Zusammenhalt zwischen Kulturen und Generationen fördern
- Beratung und Auskunft

Warten Sie nicht länger und begleiten Sie uns im Abenteuer des Active Ageing und Lifelong Learning.

FR | Le **Club Senior Stroossen** est un des 20 centres de rencontre et de guidance pour personnes 60+, conventionnés avec le Ministère de la Famille, de l'Intégration et à la Grande Région. Son objectif est de promouvoir la participation active à la vie sociale et culturelle et d'aller à l'encontre de l'isolement social lié à l'âge.

En tant que créateur d'opportunités et de moments, le **Club Senior Stroossen** pose un cadre ouvert rendant possible des rencontres bienveillantes et des échanges respectueux. Ici vous pouvez faire connaissance avec de nouvelles personnes et entretenir des contacts déjà existants.

Suivez des activités selon vos intérêts :

- activités culturelles, sportives et de loisir
- rencontres et échanges conviviaux
- conférences et cours
- projets sociaux encourageant la solidarité entre cultures et générations
- conseils et guidance

N'attendez plus et venez nous rejoindre dans cette aventure du Active Ageing et Lifelong Learning.

Edito Edito



Chers citoyens et citoyennes de Strassen,

Bien que le passage à l'année 2021/22 fût similaire à celui de l'année précédente, je reste confiant quant aux mois à venir. La réintroduction du Mëttedësch le 8 février a prouvé qu'il y a des raisons d'être optimiste. Néanmoins, pour éviter tout imprévu, le repas de fin d'année des pensionné(e)s aura lieu début octobre.

Cette brochure vous permettra de découvrir les nombreuses activités du Club Senior Stroossen et les informations pertinentes concernant le club. Ces activités sportives, culturelles, artistiques ou gastronomiques vous offrent de nombreuses possibilités pour assister à des échanges conviviaux et des rencontres bienveillantes. Profitez de cette opportunité !

Je tiens à remercier chaleureusement les membres du groupe de travail qui ont participé à l'élaboration de cette brochure, en particulier Patricia, Carmen, Danielle et Sally.

La commune de Strassen soutient l'intégration naturelle des seniors dans notre société afin d'améliorer votre qualité de vie et de garantir votre indépendance le plus longtemps possible.

« L'un des privilèges de la vieillesse, c'est d'avoir, outre son âge, tous les âges. » V. Hugo

Jean Claude Roob
Échevin

Patricia Petruccioli, Chargée de Direction



DE | Zuerst einen herzlichen Dank für die vielen begeisterten Rückmeldungen betreffend der neuen Aufmachung unseres Programmheftes. Ganz nach dem Motto: Wenn Sie zufrieden sind, dann sagen Sie es uns. Und wenn nicht, dann wenden Sie sich an Toni. Sie kennen keinen Toni? Tja, wir auch nicht! Scherz bei Seite!

Wir sind für jedes Feedback offen und dankbar. Konstruktive Verbesserungsvorschläge nehmen wir gerne entgegen und lassen sie in unsere weiteren Überlegungen einfließen. In diesem Sinne möchte ich besonders darauf hinweisen, dass Ihre aktive Mitgestaltung dieser Broschüre ausdrücklich erwünscht ist: Themen für Konferenzen oder Kurse; Ziele für Besichtigungen oder Ausflüge; Ideen für Projekte; Beiträge für die Seiten **Allerlei Zeitvertreib** in Form von Gedichten, Rätseln, Rezepten oder Ähnliches.

Melden Sie sich bei uns und kommen Sie vorbei. Sie und Ihre Ideen sind herzlich willkommen. Einige davon werden wir auf Wunsch mit Ihnen ausarbeiten und in einer der nächsten Broschüren vorstellen. Um die restlichen kümmert sich dann Toni, Sie verstehen....

FR | Tout d'abord, un grand merci pour les nombreuses réactions enthousiastes concernant la nouvelle mise en page de notre programme. Fidèle à la devise: Si vous êtes satisfait, dites-le-nous. Et si ce n'est pas le cas, parlez-en à Toni. Vous ne connaissez pas de Toni? Eh bien, nous non plus! Blague à part!

Nous sommes ouvertes et reconnaissantes pour tout commentaire. Nous accueillons les suggestions d'amélioration formulées de manière constructive et nous les intégrons dans nos réflexions futures. Dans cette optique, je tiens à vous signaler que nous vous encourageons à participer activement à l'élaboration de cette brochure: thèmes de conférences ou de cours; destinations de visites ou d'excursions; idées de projets; contributions pour les pages **Passe-temps divers** sous forme de poèmes, devinettes, recettes ou autres.

Contactez-nous et venez nous rendre visite au bureau. Vous et vos idées êtes les bienvenus. Quelques-unes de ces idées seront élaborées ensemble avec vous et proposées dans une des prochaines brochures. Concernant celles qui restent, Toni s'en occupera, vous comprenez bien...



Regelmäßige Aktivitäten

Activités régulières



Montag | Lundi

Entspannungsübungen für den Alltag


Exercices de relaxation pour le quotidien





DE | Das Leben fordert uns mental und körperlich heraus. Gönnen Sie sich eine Pause in der Sie Energie und Ruhe tanken. Erleben Sie Entspannungsübungen anhand von verschiedenen Techniken (Fantasiereisen, Visualisierung, progressive Muskelentspannung...) für die Stärkung der inneren Kraft und Ausgeglichenheit.


FR | La vie nous met au défi sur le plan mental et physique. Offrez-vous une pause lors de laquelle vous trouvez calme et énergie. Découvrez des exercices de relaxation à travers différentes techniques (voyages imaginaires, visualisation, relaxation musculaire progressive...) pour renforcer votre force intérieure et votre équilibre.




 Alle 2 Wochen montags/
Toutes les deux semaines le lundi
11.4.2022 | 25.4.2022
16.5.2022 | 30.5.2022
13.6.2022 | 27.6.2022

 10:00 - 11:00

 Club Senior Stroossen

 5,00€ pro Sitzung vor Ort zu zahlen/5,00€ par séance à payer sur place

 Anmeldung: Freitag vor dem Termin/
Inscription: le vendredi précédent

 31 02 62 - 407

Montag | Lundi

Philosophische Diskussion

Échange philosophique



DE | Die Philosophie versucht, die Geschehnisse und Entwicklung der Welt sowie die menschliche Existenz zu erforschen und zu verstehen.

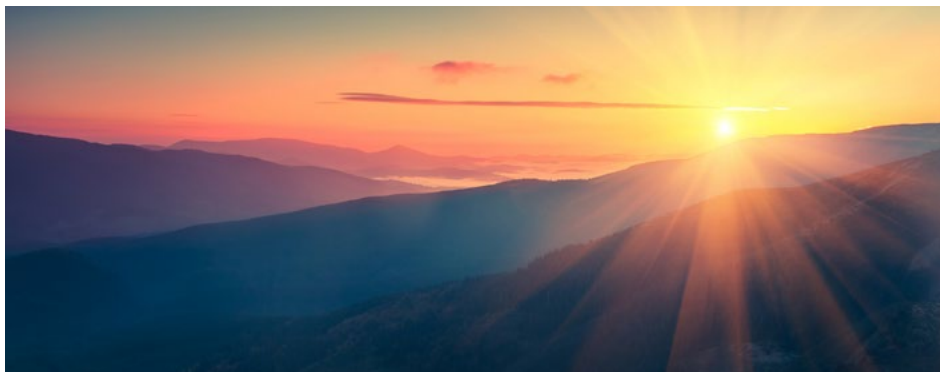
In thematischen Diskussionen werden verschiedene Themen beleuchtet und die persönlichen Sichtweisen ausgetauscht.

Frau Jacqueline Wolff, Autorin vieler Gedichte, führt durch die Diskussionen.

FR | La philosophie essaie de rechercher et de comprendre les événements et le développement du monde ainsi que l'existence humaine.

Dans des discussions thématiques traitant divers sujets, les points de vue personnels sont échangés.

Madame Jacqueline Wolff, auteure de maints poèmes, anime ces discussions.



Alle 2 Wochen montags/
Toutes les 2 semaines le lundi
11.4.2022 | 25.4.2022
16.5.2022 | 30.5.2022
13.6.2022 | 27.6.2022



-



Anmeldung: Freitag vor
dem Termin / Inscription:
le vendredi précédent



15:00 - 16:30



31 02 62 - 407



Club Senior Stroossen

Montag | Lundi

Line & Country Dance mit Daggy Ries

Line & Country Dance avec Daggy Ries




DE | Line Dance ist ein Formationstanz bei dem in der Gruppe getanzt wird. Festgelegte Figuren werden einstudiert und dann synchron mit den anderen Tänzern wiederholt. Dies geschieht in Linien neben- und hintereinander.


Line Dance bietet in jedem Alter eine perfekte Möglichkeit ohne Partner und doch nicht allein, mit viel Freude an Musik und Bewegung, sich einer Tanzgruppe anzuschließen.


FR | La Line Dance est un type de danse en groupe. Des séries de pas sont répétées et présentées de manière synchrone avec les autres danseurs.


La Line Dance est une opportunité parfaite de faire de la danse sans partenaire, mais jamais seule, et ce dans la bonne humeur et à chaque âge.





 Montag / Lundi
25.4.2022 - 11.7.2022
(außer / sauf 9.5. | 23.5. | 6.6.)

 17:30 - 19:00

 Hall Omnisports bleu
1^{er} étage | Rue Feyder
L-8026 Strassen

 90,00 €

 Anmeldung bis /
Délai d'inscription :
20.4.2022

 31 02 62 - 407

Dienstag | Mardi

Pétanque

Pétanque



DE | Im April starten unsere wöchentlichen Treffen zum Pétanque spielen im Park Riedgen. Ob geübter Spieler oder Anfänger, jeder ist willkommen.

Zum Auftakt am Osterdienstag, dem 19. April, organisieren wir eine kleine **Oster-Überraschung** für Sie!

Siehe auch Interclub-Pétanque S.29

FR | En avril, nous reprenons nos rendez-vous hebdomadaires pour jouer à la pétanque au parc Riedgen. Que vous soyez un joueur expérimenté ou un débutant, vous êtes le bienvenu.

Pour l'ouverture le mardi de Pâques, 19 avril, nous organisons une **petite surprise de Pâques!**

Veillez voir Interclub-Pétanque p.29



Jeden Dienstag ab/
Chaque mardi à partir du
19.4.2022



-



14:00



Anmeldung bis Vortag
Inscription: le jour précédent



Résidence Riedgen
30A, rue Henri Dunant, Strassen



31 02 62 - 407

Mittwoch | Mercredi

Handarbeitstreff

Travaux manuels




DE | Jeden Mittwochmorgen treffen sich hier Gleichgesinnte zum gemeinsamen Handarbeiten und Erfahrungsaustausch. Ob Sie nähen, stricken oder häkeln, Sie sind herzlich willkommen!

Spezial-Projekt: Granny Squares
siehe S.40


FR | Tous les mercredis matin des personnes partageant la même passion se rencontrent pour faire leurs travaux manuels et pour un échange d'expérience. Que vous cousiez, tricotez ou crochétiez, vous êtes les bienvenus!


Projet spécial: Granny Squares
voir p.40





 Mittwoch / Mercredi

 € -

 9:00 - 11:00

 Anmeldung bis Vortag
Inscription: le jour précédent

 Club Senior Stroossen

 31 02 62 - 407

Mittwoch | Mercredi

Spielenachmittag


Après-midi de jeu





DE | Jeden zweiten Mittwochnachmittag steht der Club Senior ganz im Zeichen des Spiels. Ob bekannte Spiele oder neue, für jeden ist etwas dabei. Haben Sie Lust in geselliger Runde einen gemütlichen Nachmittag zu verbringen, dann kommen Sie zu uns und spielen einfach mit.

FR | Chaque deuxième mercredi, le Club Senior propose un après-midi de jeux de société. Qu'il s'agisse de jeux connus ou nouveaux, il y en a pour tous les goûts. Si vous souhaitez passer un après-midi agréable en bonne compagnie, venez nous rejoindre.





 Alle 2 Wochen mittwochs ab /
Toutes les deux semaines le
mercredi à partir du 6.4.2022

 14:30 - 16:30

 Club Senior Stroossen

 -

 Anmeldung bis Vortag
Inscription: le jour précédent

 31 02 62 - 407

Donnerstag | Jeudi

Sitzgymnastik

Gym douce sur chaise




DE | Wie der Name schon sagt, werden die Übungen bei der Sitzgymnastik sitzend auf einem Stuhl durchgeführt. Die Übungen sind ein sanfter Weg für Senioren mit leichten (und auch ohne) Einschränkungen um Muskeln aufzubauen, die Beweglichkeit zu erhalten oder zu steigern und sich fit zu halten.


FR | La gym douce sur chaise propose des exercices pour des personnes à mobilité réduite ou non, dans le but d'un renforcement musculaire et d'un maintien de la mobilité.





 Donnerstag/Jeudi

 -

 10:00 - 11:00

 Anmeldung bis Vortag
Inscription: le jour précédent

 Résidence Riedgen
30A rue Henri Dunant, Stroossen

 31 02 62 - 407

Donnerstag | Jeudi

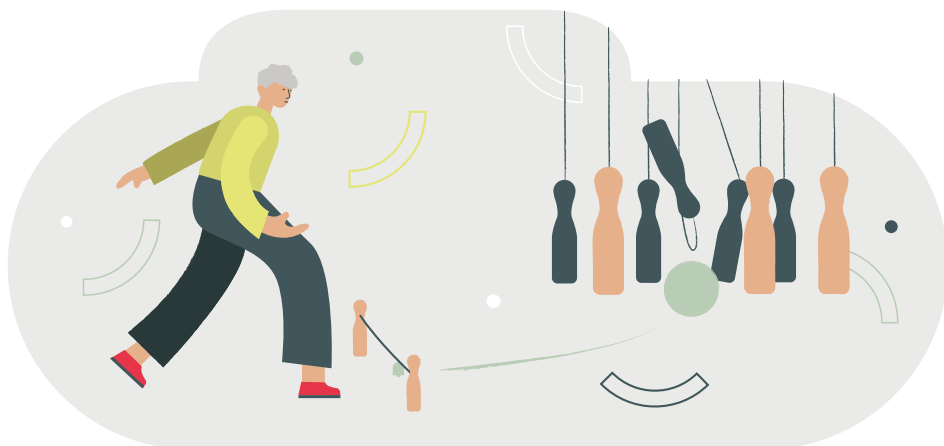
Kegeln


Jeux de quilles




DE | Wir lassen die „Klatzen“ rollen. Jeden zweiten Donnerstag im Monat treffen wir uns im Café Kleng Gemeng in Mamer zum Kegeln und Beisammensein. Ob Anfänger oder passionierter Kegler, jeder ist willkommen.

FR | Nous faisons rouler les boules. Chaque deuxième jeudi du mois, nous nous donnons rendez-vous au Café Kleng Gemeng à Mamer pour jouer aux quilles dans une ambiance conviviale. Débutant ou passionné, tout le monde est le bienvenu.





 Donnerstag/Jeudi
7.4.2022 | 21.4.2022 | 5.5.2022
19.5.2022 | 2.6.2022 | 16.6.2022
30.6.2022

 14:30 - 17:00

 Kleng Gemeng
15, rue du Marché, Mamer

 1,50 € (Bahn)

 Anmeldung bis Dienstag vorher
Délai d'inscription: mardi précédent

 31 02 62 - 407

Freitag | Vendredi

e-Café

e-Café




DE | Das e-Café des **Club Senior** Stroossen bietet Ihnen in einem angenehmen Rahmen Unterstützung bei spezifischen Fragen im Umgang mit Ihrem Smartphone und/oder Tablet. Ob Sie nun Einsteiger oder schon geübt sind, bei einer Tasse Kaffee oder Tee stehen wir Ihnen mit Rat und Tat zur Seite. Jeden 2. und 4. Freitag im Monat (an den Markttagen) ist das e-Café von 15.00-17.00 Uhr geöffnet.

Es handelt sich hier um einen offenen Gruppen-Treff, sollten Sie eine intensivere Begleitung benötigen besteht auf Anfrage die Möglichkeit für eine individuelle Beratung (15.-/Stunde).

FR | Le e-café du **Club Senior** Stroossen vous propose dans un cadre agréable une assistance pour des questions spécifiques avec votre smartphone et/ou tablette. Débutant ou expérimenté, nous sommes à votre disposition pour vous conseiller et vous aider concrètement autour d'une tasse de café ou de thé. L'e-Café est ouvert tous les 2^e et 4^e vendredis du mois (jours du marché) de 15.00 à 17.00h.


Il s'agit d'une réunion en groupe ouverte, pour une consultation plus intensive, il est possible de prendre un rendez-vous individuel (15.-/heure).





 Freitag /Vendredi
8.4.2022|22.4.2022|13.5.2022
27.5.2022|10.6.2022|24.6.2022

 -

 -

 15:00 - 17:00

 31 02 62 - 407

 Club Senior Stroossen

Freitag | Vendredi

Der kreative Freitag

Le vendredi créatif

DE | Der Frühling steht vor der Tür, somit wird es Zeit Garten, Terrasse oder Balkon auf Vordermann zu bringen. Wir stellen Ihnen drei kreative Ideen vor, die Sie gerne bei uns ausprobieren können.

FR | Le printemps approche à grands pas, il est donc temps de faire revivre votre jardin, terrasse ou balcon. Nous vous proposons trois idées créatives que vous pouvez venir essayer avec nous.



1 Makramee-Blumenampel

Paniers suspendus en macramé

DE | Makramee liegt wieder voll im Trend. Entdecken Sie die alte Knotentechnik und knüpfen Sie unter Anleitung eine interessante Blumenampel.

FR | Le macramé revient à la mode. Découvrez cette ancienne technique et nouez un triple panier suspendu pour fleurs.

📅 29.4.2022

🕒 14:30 - 16:30

📍 Club Senior Stroossen

€ 25,00 €

✍️ Anmeldung/Inscription :
26.4.2022


📞 31 02 62 - 407


② Blumenstecker aus Draht


Pique-fleur en fil de fer


DE | Dekorieren Sie Ihre Blumentöpfe oder -beete mit bunten Blumensteckern. Ob drinnen oder draußen es wird in jedem Fall ein Hingucker sein.

FR | Décorez vos pots ou parterres de fleurs avec un pique-fleurs multicolore. Que ce soit à l'intérieur ou à l'extérieur, ce sera un accroche-regard.


 20.5.2022

 14:30 - 16:30

 Club Senior Stroossen

 25,00 €

 Anmeldung/Inscription:
7.5.2022

 31 02 62 - 407


③ Serviertablett mit Mosaiksteinen


Plateau de service avec des pierres de mosaïque

DE | Fertigen Sie mit uns Ihr individuelles Serviertablett an. Wir stellen das Material (Tablett, Mosaik und Klebstoff) zur Verfügung und Sie bringen nur etwas Kreativität und gute Laune mit.


FR | Décorez votre plateau de service individuel avec nous. Nous mettons à disposition le matériel (plateau, mosaïque, colle). À vous d'apporter la créativité et la bonne humeur.


 17.6.2022

 14:30 - 16:30

 Club Senior Stroossen

 25,00 €

 Anmeldung/Inscription:
14.6.2022

 31 02 62 - 407

Wandern beim Fräiheetsbam

Randonnée au Fräiheetsbam




DE | Jeden Montag-, Mittwoch- und Freitagvormittag trifft sich die Wandergruppe auf dem Parkplatz beim Fräiheetsbam. Mit dieser regelmässigen Wanderung von +/- 8km (Abkürzung möglich) bei fast allem Wind und Wetter bleiben Sie in Form.

FR | Tous les lundis, mercredis et vendredis matin, le groupe de marche se réunit au parking près du Fräiheetsbam. Avec cette randonnée régulière de +/- 8km (raccourci possible) par presque tous les temps vous restez en forme.


 Montag /Mittwoch /Freitag
Lundi /Mercredi /Vendredi

 -

 9:00 - 11:00

 -

 Parking Fräiheetsbam


 31 02 62 - 407

Montagstreffen der Wandergruppe im **Club Senior Stroossen**


Réunion du lundi du groupe de marche au **Club Senior Stroossen**

DE | Einmal im Monat trifft sich die Wandergruppe im Club Senior zu einem geselligen Treffen für den Austausch und die Organisation anstehender Aktivitäten. Kommen Sie vorbei und lernen Sie diese engagierte, französischsprachige Gruppe kennen, die sich über neue Teilnehmer freut.


FR | Une fois par mois, le groupe de marche se réunit au Club Senior pour une rencontre conviviale avec échange et organisation des activités à venir. Venez rejoindre ce groupe francophone qui se réjouit d'accueillir de nouveaux participants.


 4.4.2022 | 2.5.2022 | 20.6.2022

 -

 14:30 - 15:30

 -

 Club Senior Stroossen

 31 02 62 - 407





Grillnachmittage der Wandergruppe

Grillades du groupe de marche

DE | Die Wandergruppe organisiert Grillnachmittage beim Fräiheitsbam für die tapferen Wanderer sowie deren Bekannte und Freunde. Nehmen Sie an diesem gemütlichen Moment teil. Bringen Sie einfach Salat/Kuchen für das Buffet mit und vergessen Sie Teller, Besteck und Serviette nicht. Bei Anmeldung sind 5.- anzuzahlen, der Rest ist vor Ort zu zahlen.

FR | Le groupe de marche organise des grillades au Fräiheitsbam pour les participants du groupe de marche ainsi que pour les amis et connaissances. Joignez-vous à nous pour ce moment de convivialité! Amenez salade/gâteau pour le buffet et n'oubliez pas vos assiettes, couverts et serviettes. L'acompte est de 5.- lors de l'inscription, le reste est à régler sur place.


 5.5.2022 | 9.6.2022

 12:00

 Parking Fräiheitsbam

 -

 -

 31 02 62 - 407

Walk & Talk

DE | Sie wünschen ein individuelles Gespräch und möchten dabei in Bewegung kommen, körperlich wie auch mental und seelisch? Wir bieten Ihnen eine Begleitung für Spaziergang und vertraulichen Austausch. Melden Sie sich bei uns und vereinbaren Ort und Zeit.

FR | Vous cherchez une conversation ouverte et vous aimeriez vous mettre en mouvement physiquement, mentalement et spirituellement? Nous proposons un accompagnement individuel pour des balades et échanges confidentiels. Contactez-nous et convenez d'un lieu et d'une heure.





**Entdeckungen und
Weiterbildung**
Découvertes et formations

Ausflug | Excursion

Walk the city


Promenade en ville




DE | Wir machen Urlaub in unserer Hauptstadt! Gemeinsam entdecken wir die Sehenswürdigkeiten auf drei interessanten Rundgängen. Bei den Spaziergängen stehen neben den historischen Höhepunkten, Austausch und Kennenlernen im Vordergrund. Den Nachmittag lassen wir bei einem gemütlichen Café-Besuch ausklingen.

FR | En vacances dans notre capitale! Ensemble, nous découvrons les attractions lors de trois circuits pédestres intéressants. Outre les sites historiques, les promenades sont axées sur l'échange et les rencontres. L'après-midi se termine par un verre en commun dans un des nombreux cafés.

Circuit Wenzel 5.5 km


 14.4.2022

 14:30


 Treffpunkt: Place Guillaume II


 Anmeldung bis/


Délai d'inscription: 12.4.2022

 31 02 62 - 407

Circuit Goethe 3 km


 12.5.2022

 14:30

 Treffpunkt: Place Guillaume II

 Anmeldung bis/

Délai d'inscription: 10.5.2022

 31 02 62 - 407

Circuit Vauban 4.5 km


 9.6.2022

 14:30

 Treffpunkt: Place Guillaume II

 Anmeldung bis/

Délai d'inscription: 7.6.2022

 31 02 62 - 407

Besichtigung | Visite

Treffpunkt Museum am Donnerstag

Rendez-vous au musée le jeudi



DE | „Entdecken Sie die Vielfalt der Museen in Luxemburgs Hauptstadt auf weniger als einer Meile“

So lautet der Slogan der **Museumsmile**. Dieses wunderschöne Wortspiel allein wirkt schon einladend! Einmal im Monat treffen wir uns in einem Museum und machen uns gemeinsam auf die Entdeckung der Dauer- sowie Sonderausstellungen. Ohne vorgesehene Führungen ergibt sich so ganz natürlich die Möglichkeit auf einen Austausch mit anderen Kunst- und Kulturinteressierten. Abschließend besteht die Option eines gemeinsamen Café-Besuches!

FR | «Découvrez la diversité des musées de la capitale luxembourgeoise sur moins d'un mile»

Tel est le slogan du **Museumsmile**. Ce charmant jeu de mots donne envie de visiter! Une fois par mois, nous nous donnons rendez-vous dans un musée pour y découvrir les expositions permanentes et temporaires. La visite sans guide offre la possibilité de s'échanger tout naturellement avec d'autres amateurs d'art et de culture. La clôture de l'après-midi peut ensuite se faire dans un bistrot de la Ville!

Termine/Événements: →



Termine

Événements:

Villa Vauban


Expo temporaire: Summer of '69

 Donnerstag/Jeudi
21.4.2022

 14:30 - 16:30

 18 Av. Emile Reuter
2420 Luxembourg

 Ticket vor Ort zu zahlen/
Ticket à payer sur place

 Anmeldung bis/
Délai d'inscription: 19.4.2022

 31 02 62 - 407

Musée National d'Histoire et d'Art


Expo temporaire Iran between times - Photographies d'Alfred Seiland

 Donnerstag/Jeudi
19.5.2022

 14:30 - 16:30

 Marché-aux-Poissons,
2345 Luxembourg

 Ticket vor Ort zu zahlen/
Ticket à payer sur place

 Anmeldung bis/
Délai d'inscription: 17.5.2022

 31 02 62 - 407

Lëtzebuerg City Museum


Expo temporaire: Collectionner, une sacrée mission...!

 Donnerstag/Jeudi
16.6.2022

 14:30 - 16:30

 14 Rue du St Esprit,
1475 Luxembourg

 Ticket vor Ort zu zahlen/
Ticket à payer sur place

 Anmeldung bis/
Délai d'inscription: 14.6.2022

 31 02 62 - 407

Ausflug | Excursion

Historische Besichtigung Diekirch

Visite historique de Diekirch



DE | Begleiten Sie uns mit dem Zug in die Eselsstadt Diekirch. Die geführte Besichtigung im Geschichtsmuseum zeigt unter anderem prähistorische Artefakte, römische Überreste, wie das in Diekirch gefundene Mosaik, und die mittelalterliche Krypta. Gemeinsames Mittagessen im Restaurant der Hotelschule (vor Ort zu zahlen). Der Nachmittag steht zur freien Verfügung mit den Optionen eines Besuchs im Automobilmuseum oder eines Spazierganges durch den gemütlichen Stadtkern sowie entlang der Sauer.

FR | Rejoignez-nous pour une excursion en train vers la ville de Diekirch. La visite guidée dans le musée d'histoire montre, entre autres, des objets préhistoriques, des vestiges romains, comme la mosaïque retrouvée à Diekirch, et la crypte médiévale. Déjeuner en commun au restaurant de l'école hôtelière (à régler sur place). L'après-midi est libre avec les options d'une visite au musée de l'automobile ou d'une promenade dans le centre-ville chaleureux et le long de la Sûre.



Mittwoch / Mercredi
27.4.2022



20,00 € (Visite guidée + Entrée)



8:30



Anmeldung bis /
Délai d'inscription: 20.4.2022



Luxembourg Gare routière -
Eingangshalle



31 02 62 - 407

Monatstreff | Rencontre mensuelle


Kaffi & Croissant

Kaffi & Croissant


DE | Wir präsentieren Ihnen den neuen Monatstreff **Kaffi & Croissant**. Verbringen Sie einen gemütlichen Vormittag in geselliger Runde bei einer Tasse Kaffee und frischem Croissant. Hier haben Sie die Möglichkeit die Mitarbeiterinnen des Club Senior kennenzulernen sowie neue Menschen zu treffen. Nette, offene Gespräche sind erwünscht.


FR | Nous vous présentons le nouveau rendez-vous mensuel **Kaffi & Croissant**. Passez une matinée en bonne compagnie avec une tasse de café et un croissant frais. Ici, vous avez la possibilité de faire connaissance des collaboratrices du Club Senior et de rencontrer de nouvelles personnes. Des conversations ouvertes et sympathiques sont souhaitées.





 Freitag /Vendredi
29.4.2022 | 20.5.2022 | 17.6.2022

 6,00 €

 9:00 - 11:00

 Anmeldung: bis Vortag
Inscription: le jour précédent

 Club Senior Stroossen

 31 02 62 - 407

Ausflug | Excursion

Angeltag am Känzeger Weier

Journée de pêche à l'étang de Clemency



DE | Wir haben einen Weiher exklusiv für die Club Senior Syrdall und Strassen reserviert. Dieses Angelabenteuer richtet sich an alle. Erfahrung ist ein Vorteil aber nicht notwendig. Einige Tipps und Tricks werden Ihnen vor Ort vermittelt. Angelausstattung ist mitzubringen. Würmer können vor Ort gekauft werden. Das gemeinsame Mittagessen im Restaurant des „Känzeger Weier“ (Ham, Fritten, Zalot - 18,50 €) ist vor Ort zu zahlen.

FR | Nous avons réservé un étang exclusivement pour les Clubs Senior Syrdall et Strassen. Cette aventure de pêche est ouverte à tout le monde. L'expérience est un avantage, mais pas nécessaire. Quelques trucs et astuces vous seront donnés sur place. Le matériel de pêche est à apporter. Les vers peuvent être achetés sur place. Le déjeuner en commun au restaurant du "Känzeger Weier" (Jambon, frites, salade - 18,50 €) est à régler sur place.



Mittwoch / Mercredi
18.5.2022



8:00 - 16:00



Étangs de Clemency -
62, rue de Grass -
L-4964 Clemency



30,00 € - p.P. exklusive Nutzung
des Weihers / Utilisation exclusive
de l'étang



Anmeldung bis /
Délai d'inscription: 2.5.2022



31 02 62 - 407

Ausstellung | Exposition


Biennale der zeitgenössischen Kunst in Strassen

Biennale d'art contemporain à Strassen


DE | Exklusive Besichtigung für den Club Senior der Ausstellung „Biennale der zeitgenössischen Kunst“ der Gemeinde Strassen von Künstler*innen der Fachbereiche Malerei, Skulptur, Fotografie und Installationen.


FR | Visite exclusive pour le Club Senior de l'exposition «Biennale d'art contemporain» de la commune de Strassen et par des artistes des domaines de la peinture, de la sculpture, de la photographie et des installations.





 Donnerstag / Jeudi
31.5.2022

 € -

 10:00

 Anmeldung bis /
Délai d'inscription: 25.5.2022

 Centre Culturel Barblé - Strassen

 31 02 62 - 407

Austausch | Échange

Gesprächsrunde über die Trauer

Discussion sur le deuil

DE | Trauer wird von jedem Menschen auf ganz unterschiedliche Art und Weise wahrgenommen und gelebt. Wir alle werden im Laufe unseres Lebens Verluste erfahren, die bei uns starke Gefühle auslösen. Nur durch die Trauer gelingt es uns, einen Verlust zu bewältigen. Trauer bedeutet also Heilung! Sie kann sich auf verschiedenen Ebenen ausdrücken und zeigen.


Eberhard Driesler arbeitet im Service Consultation von Omega 90. Er stellt die Organisation vor und führt durch die Gesprächsrunde zum Thema Trauer und Verlust.


FR | Chaque personne perçoit et vit le deuil d'une manière différente. Nous connaissons tous des pertes dans nos vies qui déclencheront en nous des émotions fortes. Ce n'est que par le deuil que nous réussissons à faire face à une perte. Le deuil est une étape de la guérison! Il peut s'exprimer et se montrer à différents niveaux.


Monsieur Eberhard Driesler travaille dans le Service Consultation d'Omega 90. Il présente cette association et animera la discussion sur le thème du deuil et de la perte.




omega 90


 Donnerstag / Jeudi
2.6.2022

 17:30 - 19:00

 Club Senior Stroossen

 -

 Anmeldung bis/
Délai d'inscription: 30.5.2022

 31 02 62 - 407

Challenge Interclub-Pétanque Interclub-Pétanque



DE | Sie haben Lust auf spannende Pétanque-Partien? Der Club Syrdall organisiert, in Zusammenarbeit mit den Clubs An der Loupescht, Sauerwisen und Strassen, einen Pétanque-Nachmittag in Niederanven.

Wir suchen maximum sechs motivierte Spieler*innen um für Strassen anzutreten.

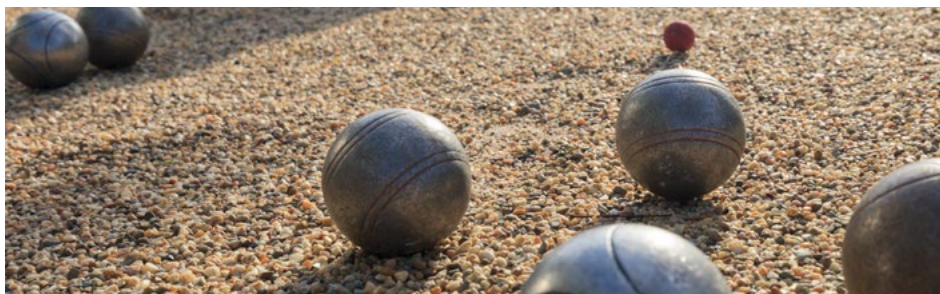
Der Nachmittag klingt bei einem gemeinsamen BBQ aus, ganz im Zeichen der Freundschaft und der Geselligkeit.



FR | Êtes-vous intéressé(e) par des parties de pétanque passionnantes? Le Club Syrdall, en collaboration avec les clubs An der Loupescht, Sauerwisen et Strassen, organise un après-midi de pétanque à Niederanven.

Nous recherchons un maximum de six joueurs /joueuses motivé(e)s pour concourir pour Strassen.

L'après-midi se termine par un BBQ en commun, le tout dédié à l'amitié et à la convivialité.



Mittwoch / Mercredi
8.6.2022



14:30



Boulodrome de Niederanven -
6939 Routsched



Gratis Teilnahme, Getränke und Grill
vor Ort zahlen / Participation gratuite,
boissons et barbecue à payer sur place



Anmeldung bis /
Délai d'inscription: 30.5.2022



31 02 62 - 407

Single-Event

Actionbound in Strassen

Actionbound à Strassen





DE | Im Rahmen der Single-Events, die in der letzten Broschüre vorgestellt wurden, findet eine interaktive 4,5 km lange Fuß-Rallye durch Strassen statt. Laden Sie hierfür die App „**Actionbound**“ auf Ihr Handy. Anhand dieser App finden Sie den Weg und die dazugehörigen Fragen. Wenn Sie Hilfe bei der Installierung und Handhabung benötigen sollten, können Sie sich gerne an uns wenden. Im Anschluss schlagen wir ein gemeinsames Essen im Restaurant vor. (individuell vor Ort zu zahlen)

FR | Dans le cadre des Single-Events présentés dans la dernière brochure, nous organisons un rallye pédestre interactif de 4,5 km à Strassen. Pour participer, téléchargez l'application «**Actionbound**» sur votre téléphone mobile. Cette application vous indique le chemin ainsi que les questions à résoudre. Si vous avez besoin d'aide pour l'installation et la manipulation, n'hésitez pas à nous contacter. Pour clôturer, nous vous proposons un repas en commun au restaurant. (à payer individuellement sur place)





 Freitag /Vendredi
10.6.2022

 9:00 - 12:00

 Club Senior Stroossen

 -

 Anmeldung bis/
Délai d'inscription: 7.6.2022

 31 02 62 - 407

Ausflug | Excursion

Berdorfer Käserei und die Schlösser von Beaufort

Fromagerie de Berdorf et les châteaux de Beaufort



DE | Morgens präsentiert uns die Familie Schmalen ihren Hof, wo seit 30 Jahren der bekannte Berdorfer Käse hergestellt wird. Gemeinsames Mittagessen in Berdorf (vor Ort zu zahlen). Nachmittags entdecken wir bei einer geführten Besichtigung das charmante Renaissanceschloss sowie die Ruinen der Mittelalterburg von Beaufort. Als Abschluss verkosten wir den bekannten Cassero Likör.

FR | Le matin, la famille Schmalen nous fait visiter leur ferme où le fameux fromage de Berdorf est fabriqué depuis 30 ans. Déjeuner en commun à Berdorf (à payer sur place). L'après-midi, nous découvrons le charmant château Renaissance et les ruines du château médiéval de Beaufort lors d'une visite guidée. Pour clôturer, nous dégustons la célèbre liqueur Cassero.



📅 15.6.2022

🕒 9:15

📍 Arrêt G. D. Charlotte Strassen

€ 61€ (Bus + 2x Visite guidée)

✍️ Anmeldung bis/
Délai d'inscription: 8.6.2022

📞 31 02 62 - 407

Workshop | Atelier
Cocktail Workshop
Atelier de Cocktails




DE | Ob alkoholfrei mit vitaminreichen Obstsaften oder mit einem kleinen Schuss für besondere Gelegenheiten, Hauptsache bunt und originell! Entdecken Sie diverse Mixturen, um sich und ihre Gäste mit sommerlichen Cocktail-Rezepten zu verwöhnen. Falls vorhanden können Sie gerne einen Shaker mitbringen.


Bei gutem Wetter findet der Workshop draußen statt, also Sonnenhut und -brille mitbringen für das Urlaubsfeeling!


FR | Que ce soit sans alcool avec des jus de fruits riches en vitamines ou avec un petit shot pour les grandes occasions, l'essentiel est que ce soit coloré et original! Découvrez divers mélanges pour vous gâter et surprendre vos invités avec des recettes de cocktails estivales. Si vous en disposez, vous pouvez apporter un shaker.


S'il fait beau, l'atelier aura lieu à l'extérieur, alors mettez un chapeau et des lunettes de soleil pour un air de vacances!





 **Dienstag / Mardi**
21.6.2022

 **14:30 - 16:30**

 **Club Senior Stroossen**

 **20,00 €**

 **Anmeldung bis /**
Délai d'inscription: 14.6.2022

 **31 02 62 - 407**

Ausflug | Excursion

Der Rosengarten in Zweibrücken

La Roseraie de Zweibrücken



DE | Der Tag beginnt mit einer Führung durch den Rosengarten, einer grünen Oase von 45.000 m² inmitten der Stadt. Über 45.000 Rosen in mehr als 1.500 verschiedenen Arten und Sorten präsentieren sich in einer stilvoll gestalteten Umgebung von Gehölzen, Blumen und Weihern.

Zu Mittag erwartet uns ein 3-Gänge-Menü im Restaurant des Hotels Rosengarten

Der Nachmittag bleibt zur freien Verfügung: entweder im Rosengarten, wo das kleine Rosenmuseum und das Café Dornröschen zu einem Besuch einladen, oder im nahen gelegenen Zentrum von Zweibrücken.

FR | La journée commence par une visite guidée de la roseraie, une oasis de verdure de 45 000 m² au milieu de la ville. Plus de 45 000 roses de plus de 1 500 types et variétés différents sont présentées dans un environnement aménagé de bosquets, de fleurs et d'étangs.

Vers midi, un menu à trois plats nous attend au restaurant de l'hôtel Rosengarten.

L'après-midi est libre : soit dans la roseraie avec le petit musée de la rose et le café Dornröschen, soit dans le centre tout proche de Zweibrücken.



Mittwoch / Mercredi
29.6.2022



8:00



Départ Arrêt G.D. Charlotte



79,00 € (Bus, Eintritt, Führung,
3-Gänge-Menü / Bus, entrée, visite
guidée, menu à trois plats)



Anmeldung bis /
Délai d'inscription: 20.6.2022



31 02 62 - 407

Workshop | Atelier

Blumengesteck für den Sommer

Art floral pour l'été


DE | Gute Laune verbreiten mit tollen Sommerblumen! Gestalten Sie eigenhändig unter Anleitung ein farbenfrohes und originelles Blumengesteck.


Bitte mitbringen: Rosenschere, Messer, Schere sowie eine Transportmöglichkeit für das Gesteck.


FR | Invitez la bonne humeur avec de splendides fleurs de l'été! Créez vous-même un arrangement floral décoratif et original avec des instructions sur place.

Veillez amener: sécateur, couteau, ciseaux ainsi qu'une caisse pour transporter l'arrangement.





 Donnerstag / Jeudi
30.6.2022

 14:30 - 17:00

 Club Senior Stroossen

 25,00 € (Anleitung + Material)

 Anmeldung bis/
Délai d'inscription: 22.6.2022

 31 02 62 - 407

Club Senior Stroossen

Mëttesdësch

Réservation obligatoire
pour le Mëttesdësch:

☎ 31 02 62 - 407

📍 Grande Salle Centre Barblé -
Strassen

🕒 12.00 - 14.00

€ 15,00 €



Menu: **12.4.2022**

- Potage
- Lasagne,
salade mixte
- Panna Cotta sauce
fruits rouges

Anmeldung bis /
Délai d'inscription:
7.4.2022

Menu: **26.4.2022**

- Potage
- Bouchée à la reine
- Crème Vanille

Anmeldung bis /
Délai d'inscription:
21.4.2022

Menu: **10.5.2022**

- Potage
- Geschnetzeltes
(= émincé de veau
à la Zurichoise) +
Spätzle + carottes
- Tarte de rhubarbe

Anmeldung bis /
Délai d'inscription:
5.5.2022



Menu: **14.6.2022**

- Potage
- Rôti de porc
aux herbes
- Tarte aux fruits

Anmeldung bis /
Délai d'inscription:
9.6.2022

Menu: **28.6.2022**

- Crudités
- Filet de poulet à la
provençale
- Clafoutis cerises

Anmeldung bis /
Délai d'inscription:
22.6.2022



Club Senior Voyage

📅 11.-16.9.2022

€ 1080.-/Person (280.-Zuschlag EZ)
1080.- / personne
(280.- suppl.ch.ind.)

✍️ Anmeldung : 15.7.2022

📞 31 02 62 - 407

Reise | Voyage

Holland-Brise und Floriade 11.-16.9.2022

Brise de Hollande et Floriade

DE | Gartenkunst und eine frische Brise, Windmühlen, Meer und hoffentlich Sonne erwarten Sie auf unserer Reise nach Holland. Unser Standort ist das Hotel Spaander im charmanten Städtchen Volendam, direkt am Markenmeer. Dies ist unser Ausgangspunkt für die Entdeckung der Gegend. Neben kulturellen Highlights dieser Reise bleibt genügend Zeit, die Seele baumeln zu lassen.

Ein Höhepunkt ist die Floriade, eine internationale Gartenschau, die seit 1960 alle 10 Jahre stattfindet, diesmal in Almere. Hier zeigen sich mehr als 40 Länder mit ihren jeweiligen Pavillons und präsentieren innovative Ideen der Begrünung.

In Zusammenarbeit mit Club Eist Heem und Voyages Schmit.

Detaillierte Infos können Sie bei uns nachfragen.

(Bus, 5 Übernachtungen im Hotel Spaander mit Halbpension, Mittagessen am ersten und letzten Tag, Eintritt und Führung Freilichtmuseum Zaanse Schans, Schiffsfahrt nach Marken, Eintritt und Führung Floriade, Reiserücktrittversicherung)

FR | L'art paysagiste et une brise fraîche, des moulins à vent, la mer et, espérons-le, du soleil vous attendent lors de notre voyage en Hollande. Nous nous installons à l'hôtel Spaander dans la charmante petite ville de Volendam, située directement au bord de la mer de Marken. Ce sera notre point de départ pour aller à la découverte de la région. À côté des visites culturelles, il restera du temps pour la détente.

Une des visites se fera à la Floriade, une exposition horticole internationale qui a lieu tous les dix ans depuis 1960, cette fois-ci à Almere. Plus de 40 pays y exposent leurs pavillons respectifs et présentent des idées innovantes en matière d'aménagement des espaces verts.

En collaboration avec Club Eist Heem et Voyages Schmit.

Pour des informations détaillées, veuillez nous contacter.

(Bus, 5 nuitées à l'Hôtel Spaander en demi-pension, déjeuner au premier et dernier jour, entrée et visite guidée du musée à ciel ouvert Zaanse Schans, tour en bateau vers Marken, entrée et visite guidée Floriade, assurance annulation)



Projekte und Aktionen

Projets et Actions

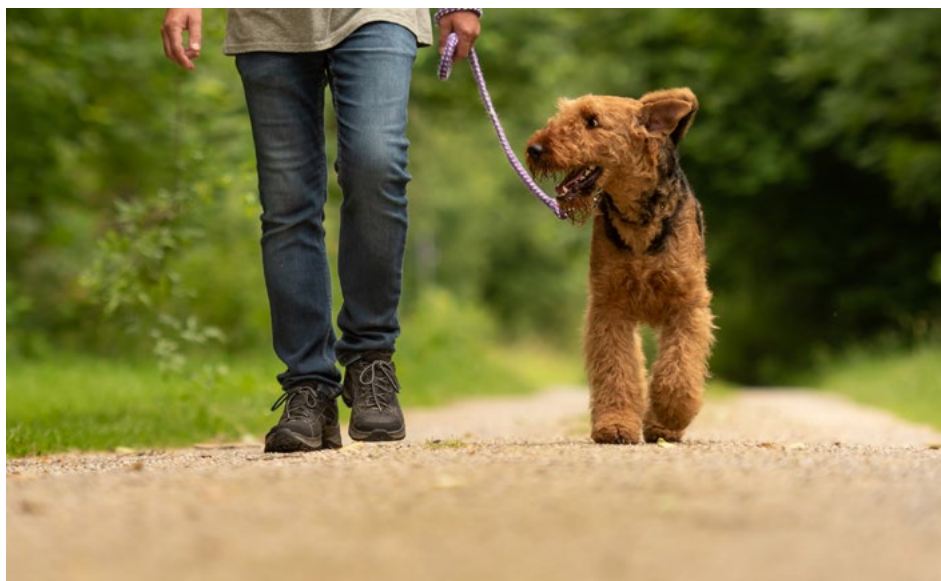
Hunde-Treff

Rencontre canine



DE | Sie sind Hundebesitzer und sowohl Sie als auch Ihr Vierbeiner möchten andere Pelznasen samt Herrchen/Frauchen kennenlernen, zwecks gemeinsamer Spaziergänge. Melden Sie sich bei uns und wir organisieren regelmäßige Treffen in der Gemeinde Strassen und Umgebung. Tierliebe Menschen, welche gerne in der Natur unterwegs sind, können sich gerne dazu gesellen!

FR | Vous êtes propriétaire d'un chien et vous souhaitez, comme votre compagnon à quatre pattes, faire la connaissance d'autres chiens avec leurs maîtres afin d'organiser des promenades communes? Contactez-nous et nous organiserons des rencontres régulières dans la commune de Strassen et ses alentours. Les amoureux des animaux qui aiment se promener dans la nature sont également les bienvenus!



Granny Square Projekt

Projet Granny Square



DE | Nach dem anhaltenden Erfolg des Strickprojektes für die Stëmm vun der Strooss, wagen wir eine neue Idee mit Granny-Squares. Hierbei handelt es sich um gehäkelte Vierecke, die zu Decken zusammengefügt werden. Um ein harmonisches Gesamtbild zu garantieren wird immer dieselbe Technik verwendet, die Farbkombinationen sind frei wählbar.

Theoretische und praktische Anleitung, sowie Wolle, erhalten Sie bei uns. Jeden Mittwochmorgen, im Handarbeitstreff, arbeiten wir gemeinsam daran. Gerne können Sie auch bei sich zuhause für dieses ambitionierte Projekt häkeln. Das Zusammenfügen wird nach Abgabe Ihrer Beiträge von uns übernommen.

Weiterhin nehmen wir, im Sinne der Nachhaltigkeit und Resteverwertung Woll-Spenden für unsere Projekte entgegen.

Die fertiggestellten Decken werden einer Institution in Luxemburg gespendet, die noch zu bestimmen bleibt.

Jeden Mittwoch, 9 - 11 Uhr, Club Senior Stroossen

FR | Après le succès continu du projet de tricot pour la Stëmm vun der Strooss, nous vous proposons une nouvelle idée avec les Granny Squares. Il s'agit de carrés au crochet qui sont assemblés pour former des couvertures. Afin de garantir une image globale harmonieuse, on utilise toujours la même technique, les combinaisons de couleurs par contre peuvent être librement choisies.

Les instructions théoriques ainsi que du soutien pratique et de la laine peuvent être demandés chez nous. Nous y travaillons ensemble tous les mercredis matin lors de notre atelier de travaux manuels. Vous êtes également libre de crocheter les carrés chez vous pour ce projet ambitieux. L'assemblage sera effectué par nos soins après dépôt de vos contributions.

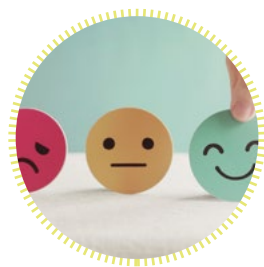
De plus nous continuons d'accepter les dons de laine pour nos projets dans un esprit de durabilité et d'utilisation des restes.

Les couvertures, une fois terminées, seront données à une institution luxembourgeoise qui reste à déterminer.

Tous les mercredis, de 9h à 11h, Club Senior Stroossen

Individuelle Gespräche

Échange individuel



DE | Es gibt Situationen und Phasen im Leben, da hilft vor allem eins: ein gutes Gespräch. Ob Sie sich einfach allein fühlen oder in einer spezifischen Situation nicht mehr weiterwissen, bei uns finden Sie vor allem eins: ein offenes Ohr. Sind Gedanken erst einmal ausgesprochen, bekommen sie eine neue Dynamik. Gerne bieten wir Ihnen den nötigen Raum und Zeit dafür. Ein respektvoller Austausch erweist sich manchmal schon als bester Ratgeber.

Vereinbaren Sie einen individuellen Termin bei uns im Club oder auch in der Natur bei einem Spaziergang mit einem **Walk & Talk**. Denn ist der Körper erst einmal in Bewegung, folgt der Geist und die Seele auch.

Termin auf Anfrage

FR | Il y a des situations et des phases dans la vie où une chose aide avant tout : une bonne conversation. Que vous vous sentiez simplement seul(e) ou que vous ne sachiez pas quoi faire dans une situation précise, nous vous offrons surtout une chose : une écoute active. Une fois les pensées exprimées, elles prennent une nouvelle dynamique. Nous vous offrons l'espace et le temps nécessaire. Un échange respectueux s'avère parfois être le meilleur conseiller.

Prenez un rendez-vous individuel avec nous au club ou dans la nature pour une promenade avec un **Walk & Talk**. Car lorsque le corps est en mouvement, l'esprit et l'âme suivront.

Rendez-vous sur demande





Allerlei Zeitververtreib

Passe-temps divers

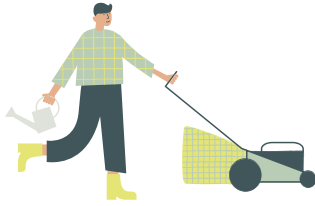
DE | Wie viele europäische Hauptstädte verstecken sich in diesem Buchstabengitter?*

FR | Combien de capitales européennes se cachent dans cette grille?***

**Communiquez-nous la solution via téléphone ou email et gagnez un bon pour le Mëttesdësch. Lors de plusieurs bonnes réponses, il y aura un tirage au sort.

*Teilen Sie uns Ihre Antwort per Telefon oder E-Mail mit und gewinnen Sie einen Gutschein für den Mëttesdësch. Bei mehreren richtigen Antworten entscheidet das Los.

O	Q	U	L	Y	L	M	X	G	I	A	F	H	Q	C
B	R	A	T	I	S	L	A	V	A	A	Q	D	A	E
U	P	M	Y	A	R	W	Y	I	T	N	X	N	X	M
H	X	S	U	I	E	S	B	L	B	N	Z	W	D	J
F	O	T	H	T	V	O	V	N	O	C	W	O	T	N
U	H	E	E	D	U	B	L	I	N	N	B	F	F	D
M	P	R	L	D	U	L	W	U	W	Y	D	U	T	Z
E	C	D	S	K	K	L	J	S	A	M	X	O	W	T
I	F	A	I	F	P	Q	M	U	F	T	T	D	N	I
S	F	M	N	B	X	H	N	V	B	W	U	V	S	R
V	A	O	K	U	R	R	X	F	W	L	F	S	J	I
I	A	T	I	D	Y	H	S	V	M	W	J	F	H	G
J	C	Z	Q	A	N	E	B	R	G	A	C	A	A	A
C	D	R	K	P	Q	T	T	E	N	V	D	J	N	U
C	L	U	X	E	M	B	O	U	R	G	D	R	G	A
E	W	V	Q	S	R	G	Q	M	J	L	J	V	I	L
B	K	I	R	T	D	C	X	H	G	J	I	J	N	D
V	A	D	U	Z	O	R	O	R	S	A	W	N	D	B
P	J	N	V	E	L	M	O	N	A	C	O	B	Z	Y
U	U	Y	N	O	S	L	O	L	L	L	T	L	E	P



Woran erkennt man, dass es langsam Frühling wird?

Der liebe Nachbar bringt den Schneeschieber zurück und fragt, ob er sich mal den Rasenmäher ausleihen kann.



Cultiver ses amitiés

Ne dites pas :

« Potager »

Dites :

« Vieux copain »

Info zum Europatag am 9. Mai Info Journée de l'Europe le 9 mai



DE | 2019 wurde der Europatag in Luxemburg zum gesetzlichen Feiertag erklärt; somit ist Luxemburg das einzige Land, in dem dies bislang der Fall ist.

Die Einwohner Luxemburgs verkörpern Europa, indem sie die Grenzen zu den Nachbarländern Deutschland, Belgien oder Frankreich ebenso leicht überschreiten, wie sie eine der vielen Sprachen sprechen, die täglich in Luxemburg zu hören sind. Gewissermaßen repräsentieren die Offenheit und die multikulturelle Einstellung Luxemburgs einige der Grundwerte der Europäischen Union.

Quelle und weitere Informationen:
<https://luxembourg.public.lu/de/gesellschaft-und-kultur/feste-und-traditionen/europatag.html>

FR | Au Luxembourg, la Journée de l'Europe a été déclarée jour férié légal en 2019, faisant du Grand-Duché l'unique pays à avoir fait ce choix jusqu'à présent.

Les résidents du Grand-Duché incarnent l'Europe, allant à la rencontre de leurs voisins allemands, belges ou français avec d'autant plus d'aisance qu'ils parlent l'une des nombreuses langues utilisées quotidiennement au Luxembourg. L'ouverture et l'attitude multiculturelle du Luxembourg représentent ainsi certaines des valeurs fondamentales de l'Union européenne.

Source et infos supplémentaires:
<https://luxembourg.public.lu/fr/societe-et-culture/fetes-et-traditions/journee-europe.html>

Ech kommen an de Club Senior, well ...

Je viens au Club Senior car,



Annie, 82

Ech kommen an de Club Senior, well et ass ëmmer flott. Et kann een allerhand Aktivitéite maache wéi z.B. Relaxation. Ech kommen och an den e-Café fir Hëllef mat mengem Tablet ze kréien.

Je viens au Club Senior car, c'est toujours chouette. On a la possibilité de participer à de nombreuses activités, comme la relaxation. Je participe aussi à l'e-Café pour avoir de l'aide avec ma tablette.



Här Schuh, 99

Ech kommen an de Club Senior fir e puer Wuert ze schwätzen.

Je viens au Club Senior pour échanger quelques mots.



**Marianne, 76
Henri, 82**

Mir kommen an de Club Senior, well dat ganz geselleg ass a well ee vill Leit kenneléiert. A well een eppes bäiléiert z.b. bei de Reesen.

Nous venons au Club Senior, car on rencontre beaucoup de gens dans un cadre convivial. Mais aussi parce qu'on apprend tant de choses, par exemple lors des voyages.



Margot, 72

Ech kommen an de Club Senior, well et eng Plaz ass wou een sech gebuerge fillt. Et leiert ee vill léif Leit kennen z.b um Mëttesdësch. Et ass ëmmer een do, deen engem nolauschtert.

Je viens au Club Senior, car on s'y sent à l'aise. On rencontre plein de gens gentils comme au Mëttesdësch. Il y a toujours quelqu'un à l'écoute.



Isabel, 60

Ech kommen an de Club Senior, well ech elo säit kuerzem an der Pensioun sinn an eng sënnvoll Beschäftegung sichen (Line Dance + Handarbecht).

Je viens au Club Senior, car je me trouve depuis peu en retraite et je suis à la recherche d'un passe-temps intéressant. (Line Dance et travaux manuels)

Richtlinien zur Teilnahme

Lignes directrices concernant la participation

DE | ANMELDUNG/ABMELDUNG

Anmeldungen erfolgen per Telefon: **31 02 62 - 407** oder per Mail: **clubsenior@strassen.lu**, genauso wie eventuelle Abmeldungen.

Bei einer Abmeldung Ihrerseits wird die Teilnahmegebühr nach Möglichkeit rückerstattet, außer es entstehen Unkosten. Diese werden verrechnet.

Bei einer Absage der Aktivität seitens des Clubs erhalten Sie eine Rückerstattung.

TEILNAHME

Die Teilnahme an allen Clubaktivitäten erfolgt auf eigene Verantwortung. Der Club Senior übernimmt keine Haftung für eventuelle Schäden.

Bringen Sie zu allen Aktivitäten die angegebene Ausstattung bzw. Material mit.

Bitte respektieren Sie die angegebenen Anmeldefristen sowie die Abfahrtszeiten. Dies vereinfacht die Organisation und den Ablauf der Aktivitäten.

Bei gesundheitlichen Bedenken, holen Sie sich im Vorfeld den Rat Ihres Hausarztes über eine eventuelle Teilnahme ein.

Die Mitarbeiter des Club Senior sind nicht berechtigt Hilfestellungen zu geben. Sollten Sie gesundheitliche Einschränkungen haben, so bringen Sie

bitte eine Begleitperson mit.

DATENSCHUTZ

Zu Publikationszwecken werden bei den Aktivitäten Fotos gemacht. Sollten Sie nicht fotografiert werden wollen, so teilen Sie uns dies schriftlich mit. Andernfalls gehen wir von Ihrem Einverständnis aus.

Aus organisatorischen und statistischen Gründen nehmen wir einige Ihrer persönlichen Daten auf. Diese werden vertraulich behandelt und nur im Rahmen der Aktivitäten und der Organisation des Club Seniors genutzt.

COVID19 MASSNAHMEN

Die Teilnahmebedingungen werden an die jeweiligen ministeriellen Richtlinien betreffend die Hygiene-Maßnahmen zur Bekämpfung der Covid19 Pandemie angepasst.

FR | INSCRIPTION / DÉSIGNSCRIPTION

Les inscriptions se font par téléphone : **31 02 62 - 407** ou par mail : **clubsenior@strassen.lu**, ainsi que les éventuelles annulations.

En cas d'annulation de votre part, les frais de participation vous seront remboursés si possible, sauf en cas de frais encourus. Ceux-ci seront facturés.

Si le Club annule l'activité, vous serez remboursé intégralement.

PARTICIPATION

La participation aux activités du club a lieu sous votre propre responsabilité. Le Club Senior décline toute responsabilité pour des dommages éventuels.

Veillez amener l'équipement et le matériel demandé à toutes les activités.

Veillez respecter les dates limites d'inscription et les heures de départ indiquées. Cela simplifie l'organisation et le déroulement des activités.

En cas de problèmes de santé, demandez conseil à votre médecin à l'avance concernant une éventuelle participation.

Les collaborateurs/trices du Club Senior ne sont pas autorisés à fournir une assistance. Si vous avez des restrictions de santé/mobilité, veuillez-vous faire accompagner par une personne aidante.

PROTECTION DES DONNÉES

Des photos seront prises pendant les activités à des fins de publication. Si vous ne souhaitez pas être photographié, merci de nous le faire savoir par écrit. Sinon, nous supposons votre consentement.

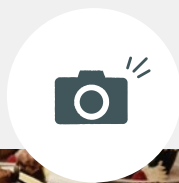
Pour des raisons organisationnelles et statistiques, nous enregistrons certaines de vos données personnelles. Celles-ci sont traitées de manière confidentielle et utilisées uniquement dans le cadre des activités et de l'organisation du Club Senior.

MESURES COVID19

Les conditions de participation seront adaptées aux directives ministérielles respectives en vigueur concernant les mesures d'hygiène dans le cadre de la lutte contre la pandémie de Covid19.

Momente in Bildern

Instanten en images



Activités régulières

Montag | Lundi

ab/àpd: **4.4.2022**

Groupe de marche

Jeden Montag /

Chaque lundi

9:00 - 11:00

Fräiheitsbam

ab/àpd: **11.4.2022**

Entspannung

am Montag

Jeden 2. Montag /

Chaque 2^e lundi

10:00 - 11:00

Club Senior Stroossen

ab/àpd: **11.4.2022**

Philosophische

Diskussion

Jeden 2. Montag /

Chaque 2^e lundi

15:00 - 16:30

Club Senior Stroossen

ab/àpd: **25.4.2022**

Line Dance

Jeden Montag /

Chaque lundi

17:30 - 19:00

Hall Omnisports bleu

Dienstag | Mardi

ab/àpd: **19.4.2022**

Pétanque

Jeden Dienstag /

Chaque mardi

ab/à partir de 14:00

Résidence Riedgen

30A rue Henri Dunant

Mittwoch | Mercredi

ab/àpd: **6.4.2022**

Handarbeitstreff

Jeden Mittwoch /

Chaque mercredi

9:00 - 11:00

Club Senior Stroossen

ab/àpd: **6.4.2022**

Groupe de marche

Jeden Mittwoch /

Chaque mercredi

9:00 - 11:00

Fräiheitsbam

ab/àpd: **6.4.2022**

Spielenachmittag

Jeden 2. Mittwoch /

Chaque 2^e mercredi

14:30 - 16:30

Club Senior Stroossen

Donnerstag | Jeudi

ab/àpd: **7.4.2022**

Sitzgymnastique

Jeden Donnerstag /

Chaque jeudi

10:00 - 11:00

Résidence Riedgen

30A rue Henri Dunant

ab/àpd: **7.4.2022**

Kegeln

Jeden 2. Donnerstag /

Chaque 2^e jeudi

14:30 - 17:00

Café Kleng Gemeng,

Mamer

Freitag | Vendredi

ab/àpd: **8.4.2022**

Groupe de marche

Jeden Freitag /

Chaque vendredi

9:00 - 11:00

Fräiheitsbam

8.4.2022 | 22.4.2022

13.5.2022 | 27.5.2022

10.6.2022 | 24.6.2022

e-Café

15:00 - 17:00

Club Senior Stroossen

Activités

APRIL | AVRIL

4.4.2022

Montagstreffen der Wandergruppe

Réunion Groupe de marche

14:30 - 15:30

Club Senior Stroossen

12.4.2022

Mëttesdësch

12:00

Centre Barblé - Grande salle

14.4.2022

Walk the city -

Circuit Wenzel Promenade en ville

14:30

Place Guillaume II

21.4.2022

Treffpunkt Museum am Donnerstag

Rendez-vous au musée le jeudi

14:30 - 16:30

Villa Vauban

26.4.2022

Mëttesdësch

12:00

Centre Barblé - Grande salle

27.4.2022

Ausflug Diekirch

Visite historique de Diekirch

8:30

Luxembourg Gare

29.4.2022

Kaffi & Croissant

9:00 - 11:00

Club Senior Stroossen

29.4.2022

Kreativ Freitag

Le vendredi créatif

14:30 - 16:30

Club Senior Stroossen

MAI | MAI

2.5.2022

Montagstreffen der Wandergruppe

Réunion du lundi du groupe de marche

14:30 - 15:30

Club Senior Stroossen

5.5.2022

Grillnachmittag der Wandergruppe

Grillades du groupe de marche

12:00

Fräiheitsbam

10.5.2022

Mëttesdësch

12:00

Centre Barblé - Grande salle

12.5.2022

Walk the city -

Circuit Goethe Promenade en ville

14:30

Place Guillaume II

18.5.2022

Angeltag -

Journée de pêche

8:00 - 16:00

Etangs de Clemency

19.5.2022

Treffpunkt Museum am Donnerstag

Rendez-vous au musée le jeudi

14:30 - 16:30

MNHA

20.5.2022

Kaffi & Croissant

9:00 - 11:00

Club Senior Stroossen

20.5.2022

Kreativ Freitag

Le vendredi créatif

14:30 - 16:30

Club Senior Stroossen

31.5.2022

Biennale der zeitgenössischen Kunst in Strassen

Biennale d'art contemporain à Strassen

10:00

Centre Culturel Barblé - Strassen

JUNI | JUIN

2.6.2022

Gesprächsrunde über die Trauer

Discussion sur le deuil
17:30 - 19:00
Club Senior Stroossen

8.6.2022

Interclub-Pétanque

14:30
Boulodrome de
Niederanven

9.6.2022

Grillnachmittag der Wandergruppe

Grillades du groupe
de marche
12:00
Fräiheitsbam

9.6.2022

Walk the city -

Circuit Vauban
Promenade en ville
14:30
Place Guillaume II

10.6.2022

Actionbound

9:00
Club Senior Stroossen

14.6.2022

Mëttesdësch

12:00
Centre Barblé -
Grande salle

15.6.2022

Berdorfer Käserei und die Schlösser von Beaufort

Fromagerie de Berdorf
et les châteaux de
Beaufort
9:15
Arrêt G.-D. Charlotte
Strassen

16.6.2022

Treffpunkt Museum am Donnerstag

Rendez-vous au
musée le jeudi
14:30 - 16:30
Lëtzebuerg City
Museum

17.6.2022

Kaffi & Croissant

9:00 - 11:00
Club Senior Stroossen

17.6.2022

Kreativ Freitag

Le vendredi créatif
14:30 - 16:30
Club Senior Stroossen

20.6.2022

Montagstreffen der Wandergruppe

Réunion du lundi du
groupe de marche
14:30 - 15:30
Club Senior Stroossen

21.6.2022

Workshop Cocktails

Atelier de Cocktails
14:30
Club Senior Stroossen

28.6.2022

Mëttesdësch

12:00
Centre Barblé -
Grande salle

29.6.2022

Rosengarten/ Roseraie

Zweibrücken
8:00
Arrêt G.D.Charlotte

30.6.2022

Blumengesteck für den Sommer

Art florale pour l'été
14:30 - 17:00
Club Senior Stroossen



COVID
check.lu

CovidCheck Event



Club Senior Stroossen

Centre Culturel Paul Barblé
203, route d'Arlon
L-8011 Strassen

31 02 62 - 407

clubsenior@strassen.lu

IMPRESSUM

Club Senior Stroossen
Nico Pundel
Jean-Claude Roob

Layout & Illustrations:

101

Photos:
iStock
Unsplash

Während unseren öffentlichen Veranstaltungen werden Fotos gemacht die in den offiziellen Publikationen wie z. B. Flyer und Broschüren sowie gegebenenfalls im Internet (Webseite und soziale Medien) verwendet werden können. Wenn Sie nicht fotografiert werden möchten, bitten wir Sie, dies dem Fotografen unverzüglich mitzuteilen.

Pendant nos événements publics, nos photographes prennent des clichés qui pourraient être utilisés pour nos publications officielles comme par exemple des dépliants et brochures ainsi que sur notre site web ou sur les réseaux sociaux. Au cas où vous ne seriez pas d'accord de figurer sur ces photos, veuillez en informer sans délai le photographe.

During our activities and public events, our photographers take pictures that could be used for our official publications such as flyers and brochures as well as on our website or on our social media channels. If you do not want to appear in these photos, please inform the photographer without delay.



Wir freuen uns Sie bald begrüßen zu können!

Au plaisir de vous accueillir bientôt!