



📍 11-15, rue C.M. Spoo
L-3876 SCHIFFFLANGE
☎ 26 54 04 92
✉ info@beimkiosk.lu
🏠 Foyers Seniors



SEPTEMBER
DEZEMBER
2025

www.beimkiosk.lu

Erklärung der Ikonen | *explication des icônes*



Datum | *date*



Uhrzeit | *heure*



Ort | *lieu*



Preis | *prix*



Sprache | *langue*



Wichtige Infos | *infos importantes*



Anmeldung | *inscription*



Banküberweisung | *virement bancaire*



📍 11-15, rue C.M. Spoo
L-3876 SCHIFFFLANGE

☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

🌐 www.clubhaiser.lu

📱 Beim Kiosk

BIL: IBAN LU78 0021 1671 8946 5500

Inhaltsverzeichnis | *Sommaire*

Editorial	3
Informationen - <i>informations</i>	8
Ausflug - <i>excursions</i>	18
Visiten a Kultur - <i>visites et culture</i>	26
Solidaritéit, Intergenerationell & Interkulturell - <i>solidarité, intergénérationnel & interculturel</i>	37
Sport, Bewegung - <i>sports, mobilité</i>	40
Couren a Konferenzen - <i>cours et conférences</i>	62
Kreatives - <i>ateliers créatifs</i>	79
Geselligkeet - <i>convivialité</i>	90

Léif Frënn vum Clubhaus beim Kiosk,



Et ass mir eng grouss Eier mech als neie Buergermeeschter vun eiser schéiner Gemeng Schëffleng eng éischte Kéier un Iech riichten ze dierfen.

D'Clubhaus beim Kiosk ass net nëmmen en Treffpunkt fir eis eelst Matbierger.innen - et ass e wichtege Liewensraum an Häerzstéck vun eiser Gemeng. Hei huet jiddereen d'Méiglechkeet aktiv ze bleiwen, sozial Kontakter ze erhalen a gemittlech Momenter zesummen ze verbréngen. D'Clubhaus bitt e wäertvolle Kader fir sech auszetauschen an un ofwiesslungsräichen Aktivitéiten deelzehuelen, ugepasst un d'Wënsch an d'Bedierfnesser vun all Eenzelen.

Dëse Programm, deem Dir elo an den Hänn haalt, spigelt dës Dynamik erëm: kulturell, sportlech, kreativ oder einfach nëmme geselleg Aktivitéiten - vill Méiglechkeeten, fir gemeinsam Zäit ze verbréngen an d'Konscht vum gudde Liewen am Alter ze fleegen.

Als neie Buergermeeschter ass et mir wichteg, dës wichtigen Treffpunkt och an Zukunft ze ënnerstëtzen an ze garantéieren dat d'Clubhaus de Wënsch an Erwaardunge vun de Benotzer.innen entsprécht.

E grouse Merci geet un d'Responsabel vum Clubhaus, déi mat vill Engagement an Häerzblutt dozou bäidroen, dass dës wichteg Initiativ lieweg an dynamesch bleift.

Ech wënschen Iech vill Freed beim Entdecke vun dësem flotte Programm a freeë mech drop, Iech geschwënn am Clubhaus ze begéinen - bei enger Taass Kaffi oder op engem vun deene sëllegen Events.

Carlo FEIEREISEN
Buergermeeschter
vun der Gemeng Schëffleng

Chers amis du Clubhaus beim Kiosk,

C'est avec une grande fierté et une profonde gratitude que je m'adresse à vous pour la première fois en tant que bourgmestre de notre belle Commune de Schiffflange.

Le Clubhaus beim Kiosk n'est pas seulement un lieu de rencontre pour nos aînés - c'est un véritable cœur battant de notre communauté. Un espace qui permet à chacun de rester actif, de maintenir des liens et de partager des moments de convivialité. Il représente un cadre précieux pour se retrouver, échanger et participer à des activités variées, adaptées aux envies et aux rythmes de chacun.

Ce programme que vous tenez entre les mains est le reflet de cette dynamique: des activités culturelles, sportives, créatives ou simplement conviviales - autant d'occasions pour partager des moments ensemble et de cultiver l'art de bien vieillir.

En tant que nouveau bourgmestre, je tiens à vous assurer de mon soutien pour que ce lieu continue d'évoluer et de répondre à vos envies, vos besoins et vos attentes.

Un grand merci aux responsables du Clubhaus, qui, avec beaucoup d'engagement et de passion, contribuent à ce que ce lieu de vie important reste vivant, dynamique et précieux.

Je vous souhaite beaucoup de plaisir à découvrir les propositions de cette saison et je me réjouis de vous rencontrer bientôt au Clubhaus, autour d'un café, lors d'une animation ou simplement pour échanger quelques mots.

*Carlo FEIEREISEN
Bourgmestre
de la Commune de Schiffflange*



Äddi soen - mat engem laachenden an engem trauregen Ae

Heiansdo kënnt de Moment, wou ee muss Äddi soen – och wann et net einfach ass. Eis léif Aarbechtskolleegin Barbara huet sech decidéiert, nei Weeër anzeschloen, a verléisst eist Team, fir e neit Kapitel an hirem Liewen opzeschloen.

Mär kucken zeréck op vill schéi gemeinsam Joren, op onzieleg Momenter voller Laachen, Zesummenhalt a géigesäiteger Ënnerstëtzung. Mat senger Aart, sengem Häerz a senger Zouverlässegkeet huet d'Barbara net nëmmen seng Aarbecht mat Bravour gemeeschtert, mee och d'Mënsche ronderëm sech inspiréiert a beréiert.

A jidderee weess: Barbara hat eng grouss Leidenschaft fir d'Kachen, Strécken, Heekelen a Bitzen. Mat vill Gedold huet si net nëmmen eis Aktivitéite beräichert, mee och eis mat hire kulinarischen, gutt gehäerzte Menüe verwinnt. Sein Talent a seng Freed un deem, wat hatt gemaach huet, wäerten eis nach laang an Erënnerung bleiwen.

Et war eis eng Eier a Freed, hatt als Kolleegin a Mënsch bei eis ze hunn. Och wann d'Barbara am Kiosk feelen wäert, wënsche mär him vu ganzem Häerz nëmmen dat Bescht op sengem neie Liewenswee: nei Perspektiven, spannend Erlebnisser a vill schéi Bekanntschaften.

Léift Barbara, villmools Merci fir alles. Du wäerts eis feelen - a mär soen: bis geschwënn eemol a vill Gléck fir d'Zukunft!



Gudde Moien Sandra

Gudde Moien - ech sinn d'Sandra Wallig, an een echten Minnettsdapp, also engagéiert, sozial, frëndlech an awer och riid eraus.

Dobäi laachen ech gär, reesen mécht mär vill Spaass an den Sport däerf natierlech och net feelen. An een grousst Häerz fir Déieren hunn ech och zanter menger Kandheet.

An ech freeën mech Ierch alleguer kennen ze léieren, wann ech den 1. August am Club Haus ufänken wäert mat schaffen.



Virschäfte wat de Paiement / Remboursement vun den Aktivitéiten / Ausflich / Reesen ugeet

Oppassen: Mir verschécke KENG Rechnungen. Wann dirvun eis den OK kritt fir un enger Aktivitéit deel ze huelen, ass et an ärer Verantwortung fir ze bezuelen.

- Wann Där lech fir eng Aktivitéit ugemellt hutt, si Där gebieden dës esou séier ewéi méiglech ze bezuelen. Wa bis 1 Mount virdru kee Paiement bei ons agaangen ass, huele mär ons d'Recht fir Är Plaz weider ze ginn.
- Tickets'en fir Theater, Concerts asw müssen innerhalb vun 1 Woch no der Unmeldung bezuelt gin. Falls dir aus irgendwelchen Grënn NET könnt un der Aktivitéit Deel huelen, könne mär iech den Ticket **NET** rembourseren.
- Acompten fir Reesen oder Minitrips müssen spëtstens bis zur Deadline bezuelt gin.

Mär hoffen op Äert Versteesdemech a soe Merci.

Règlement concernant le paiement et le remboursement des activités, sorties et voyages

Attention: Nous n'envoyons AUCUNE facture. Une fois que vous avez reçu notre confirmation pour participer à une activité, il est de votre responsabilité d'effectuer le paiement.

Depuis janvier 2024, une nouvelle réglementation concernant les paiements/remboursements des activités/excursions/voyages entrera en vigueur. Si vous vous êtes inscrits pour une activité, vous êtes priés de régler celle-ci dans les meilleurs délais. Si aucun paiement ne nous est parvenu 1 mois avant que l'activité débute, nous nous prenons le droit de redonner votre place à quelqu'un d'autre. Les tickets de théâtre/concert sont à régler dans le délai d'une semaine, tandis que les acomptes pour les voyages ou les minitrips sont à régler au plus tard pour la date indiquée dans la brochure.

Nous vous remercions pour votre compréhension. Merci.



Dem seng Diere stinn op, fir all Léit, déi:

- Aktivitéiten net eleng mee a flotter Gesellschaft maache wëllen
- Neies léieren a sech zu interessanten Themen informéiere wëllen
- sech duerch Sport a Bewegung wëlle fit halen an dëst zesumme mat Aneren
- hiert Wëssen a Kënneg wëlle mat Aneren deelen
- am Benevolat eng nei Erausfuerderung sichen
- gär mat anere Generatiounen a Kulturen a Kontakt kommen
- léiwer am Grupp ewéi eleng op Visitt, Ausflich, Reesen, Theater ginn
- sech aktiv op eng nei Liewensetapp oder hir Pensioun wëlle preparéieren

D'Club Haus beim Kiosk riicht sech virun allem (awer net exklusiv) u Léit ab 50 Joer. Och méi Jonker sinn häerzlech wëllkomm a fannen Interessantes an eisem Programm.

Kommt bei eis laanscht. Mä freeën eis op Äre Besuch!



Les portes du *Club Haus* sont ouvertes à toutes les personnes qui :

- ont envie d'être actives plutôt en bonne compagnie que toutes seules
- désirent apprendre de nouvelles choses et s'informer sur des sujets d'intérêt
- souhaitent rester en forme par le sport et ceci ensemble avec d'autres
- souhaitent partager leur savoir et savoir-faire avec d'autres
- cherchent un nouveau défi dans le bénévolat
- aiment le contact avec d'autres générations et cultures
- préfèrent faire une visite, une excursion, un voyage, aller au théâtre en groupe que toutes seules
- veulent se préparer activement à une nouvelle étape de la vie ou à la retraite.

Le Club Haus beim Kiosk s'adresse prioritairement mais non pas exclusivement aux personnes de 50 ans et plus. Des plus jeunes sont les bienvenus et trouvent des activités intéressantes dans le programme.

Il nous est impossible de publier la brochure intégralement en français. Nous sommes à votre entière disposition pour vous donner tous les détails qui vous manquent dans le résumé français des activités.

Passez nous voir. Vous êtes les bienvenus.

Datenschutzregelung

Seit dem 25. Mai 2018 besteht in der europäischen Union eine neue Regelung was die persönlichen Daten einer Person betrifft.

Wir teilen Ihnen hiermit mit, dass alle ihre Daten, die in unserer Datenbank enthalten sind, ausschließlich zum Versand unserer Programmhefte und der Buchhaltung benutzt werden. Daten unserer Teilnehmer wurden nie und werden auch in Zukunft nicht an Dritte weiter gereicht.

Im Rahmen unserer organisierten Gruppenreisen sind wir dazu verpflichtet die Daten Ihres Ausweises an das Unternehmen weiter zu reichen, mit dem wir die Reise planen. Dies damit der Name auf dem Flugticket mit dem auf dem Ausweis übereinstimmt. Kopien des Ausweises, die Sie uns bei Teilnahme an einer Reise geben, werden sofort nach der Reise zerstört.

Wir bitten Sie, uns per Brief oder Mail mitzuteilen, falls Sie nicht mehr wünschen, dass Ihre persönlichen Daten in unserer Datenbank enthalten sind.

Règlement général sur la protection des données

Depuis le 25 mai 2018 une nouvelle réglementation concernant la protection des données à caractère personnel des personnes physiques est directement applicable dans toute l'Union Européenne.

Dans le cadre de nos relations avec nos membres du Club Haus beim Kiosk, nous tenons à vous informer que toutes vos données personnelles qui figurent dans notre système informatique sont uniquement utilisées pour l'envoi de nos brochures en relation avec nos activités et pour notre comptabilité.

Aucune transmission de vos données à caractère personnel à des tiers n'a jamais été effectuée et ne sera pas non plus effectuée dans l'avenir.

Dans le cadre de nos voyages organisés, nous sommes obligés de transmettre les données de votre carte d'identité à l'entreprise avec laquelle nous organisons le voyage, afin que le nom de la personne qui figure sur le billet d'avion soit conforme avec la pièce d'identité.

Les copies de vos cartes d'identités, nous transmises suite à une inscription et une participation à un voyage avec le Club Haus beim Kiosk, seront détruites de suite après le retour de chaque voyage.

Nous vous demandons de nous informer par mail ou par courrier au cas où vos données personnelles ne devraient plus figurer dans notre banque de données.

WICHTIGE HINWEISE: BITTE AUFMERKSAM LESEN UND BEACHTEN

- Die Teilnahme an Club-Aktivitäten erfolgt auf eigene Verantwortung.
- Anmeldungen werden telefonisch, per e-mail oder Einschreibung im Club entgegengenommen. Sie werden dann sofort informiert, ob ein Platz frei ist oder ob Sie auf der Warteliste stehen.
- Wurde Ihnen mündlich oder per e-mail ein Platz zugesagt, dann überweisen Sie bitte **umgehend** den entsprechenden Betrag auf das Club-Konto mit dem korrekten Vermerk. Sie erhalten kein zusätzliches Schreiben oder eine Rechnung.
- Ihre Anmeldung ist verbindlich.
- Sollten Sie aus gesundheitlichen Gründen absagen müssen, so informieren Sie uns sofort. Unter Umständen können wir Ihren Platz an einen Interessenten weitergeben. Die für uns entstehenden Unkosten werden nicht zurückerstattet.
- Falls sie einen Kurs frühzeitig abbrechen, ihnen aber kein ärztliches Attest hierfür vorliegt, so werden ihnen **keine** schon getätigten Kosten rückerstattet.
- Klären Sie vor Beginn einer Sportaktivität mit Ihrem Arzt ab, ob diese für Sie geeignet ist.
- Informieren Sie den Kursleiter oder Begleiter über eventuelle Gesundheitsprobleme. Dies ist in Ihrem eigenen Interesse. Diese Informationen werden selbstverständlich streng vertraulich gehandhabt.
- Eine korrekte Basisausstattung ist bei jeder Sportaktivität absolut erforderlich. Gerne geben wir Ihnen die nötigen Informationen. Genügend trinken ist bei jeder körperlichen Tätigkeit unablässig.
- Bei vielen Aktivitäten werden Fotos von den Teilnehmern gemacht. Diese werden zu Veröffentlichungen im Club, auf unserer Homepage, Luxsenior, für Plakate, Facebook usw. genutzt. Sind Sie nicht damit einverstanden, dass ein Foto mit Ihnen veröffentlicht wird, dann teilen Sie uns dies bitte schriftlich mit.

AUFGEPASST! Parkreglement in Schifflingen:

- Place Grande-Duchesse Charlotte:
gebührenpflichtiges Parken, maximal 4 Stunden
- Rue C.M. Spoo und Nebenstraßen:
mit Parkscheibe, maximal 2 Stunden, gratis

INFORMATIONS IMPORTANTES : À LIRE ET À RESPECTER SOIGNEUSEMENT

- La participation aux activités est à votre propre responsabilité.
- Les inscriptions se font par téléphone, courriel ou au Club même. Vous êtes tout de suite informé s'il y a une place libre ou bien si vous êtes noté sur la liste d'attente.
- Si une place vous a été assurée oralement ou par courriel, veuillez virer **dans les meilleurs délais** le montant correct avec la mention respective. Vous ne recevez pas de courrier particulier ou de facture afin de régler votre inscription.
- L'inscription est un engagement de votre part.
- Si un problème de santé vous contraint à annuler, veuillez-nous en informer tout de suite. Votre place pourra éventuellement être occupée par une personne sur la liste d'attente. Nous ne pouvons **pas** vous rembourser les frais qui incombent au Club à la suite de votre annulation.
- En cas de désistement d'un cours, sans ordonnance médicale, nous ne pouvons pas rembourser le prix du cours entamé.
- Avant de vous inscrire à une activité sportive, clarifiez avec votre médecin si celle-ci est adaptée pour vous.
- Informez le responsable de l'activité d'un problème de santé éventuel. Ceci pour des raisons de sécurité. Ces informations sont évidemment confidentielles.
- Un équipement de base correct est indispensable pour chaque activité sportive. Nous vous renseignons volontiers. S'hydrater lors d'activités physiques est de toute importance.
- Des photos sont prises lors de nombreuses activités. Ces photos sont publiées sur notre site Internet, Luxsenior, figurent sur des affiches, facebook etc. Si vous refusez la publication de votre photo, veuillez-nous en avertir par écrit.

ATTENTION ! règlement de stationnement à Schiffflange :

- Place Grande-Duchesse Charlotte :
parking payant, durée maximale 4 heures
- Rue C.M. Spoo et les rues des alentours :
avec disque, durée maximale 2 heures, gratuit

Das „Ruff-Bus“ - Angebot



Wochentags: Zwischen 7.35 - 17.30 Uhr kann dieser Bus individuell genutzt werden, um von Punkt A zu Punkt B zu gelangen. Der „Ruff-Bus“ steuert ebenfalls die Gewerbezone Foetz und das Escher Krankenhaus bei Bedarf an.

Der „Ruff-Bus“ kann von 8.00 - 17.00 Uhr unter der Gratis-Telefonnummer 8002-5002 bestellt werden. Fahrten, die zwischen 7.35 - 8.35 Uhr erfolgen sollen, müssen am Vortag vor 17.00 Uhr bestellt werden.

Bei der Anmeldung sind Name, Adresse und Telefonnummer, sowie die gewünschte Uhrzeit und das Ziel der Fahrt anzugeben.

Samstags fährt der „Ruff-Bus“ zwischen 9.05 - 16.30 Uhr und führt nur Fahrten durch, die spätestens am Vortag vor 17.00 Uhr reserviert worden sind.

Selbstverständlich kann der „Ruff-Bus“ mehrere Passagiere gleichzeitig mitnehmen, wobei eventuell ein kleiner Umweg gemacht werden muss.

Das „Ruff-Bus“-Angebot ist für alle Schifflinger Einwohner gratis.

Tel.: 8002-5002



Unsere Club-Karte 2025 | Notre carte club 2025

Sie nehmen an unseren Aktivitäten teil und möchten zudem

- eine Geste der Anerkennung unserer Arbeit und Bemühungen machen?
- die neuen Projekte des Club Haus beim Kiosk finanziell unterstützen?
- uns helfen, die hohen Ausgaben für die Programmhefte und andere administrative Unkosten zu decken?

Dies können Sie mit Ihrem Beitrag durch die Club-Karte 2025 tun.

Wir sind auf Ihre Unterstützung angewiesen!

**Bitte überweisen Sie 18 € auf das Club-Konto bei der BILL:
IBAN LU78 0021 1671 8946 5500 mit dem Vermerk „Club-Karte 2025“
oder kommen Sie bei uns im Club vorbei.**

Wir bedanken uns im Voraus herzlich für Ihre Unterstützung.

Vous participez à nos activités ?

Vous désirez faire un geste de reconnaissance pour notre engagement ?

Participer aux frais administratifs tels que l'impression de cette brochure ?

Vous souhaitez soutenir financièrement un des nombreux projets du Club ?

**Vous pouvez le faire par la carte club 2025 en virant 18 € sur le compte
du club auprès de la BIL : IBAN LU78 0021 1671 8946 5500 avec la mention
Carte Club 2025. Nous vous remercions d'avance pour votre soutien.**

Home-Page

Där fannt eis aktuell Broschür um Internet: **www.beimkiosk.lu**

Mär sinn och op Facebook ze fannen: **beimkioskscheffleng**.

Wëllt Där hëllefen, d'Ëmwelt schützen an d'Broschür JUST nach iwwer Internet
kucken an NET méi heemgeschéckt kréien?

Sot eis Bescheid.

*Vous trouvez notre brochure sur notre home-page **www.beimkiosk.lu**.*

*Vous nous trouvez aussi sur Facebook sous **beimkioskscheffleng**.*

Vous désirez contribuer à la protection de l'environnement et consulter la brochure

UNIQUEMENT par Internet et NE PLUS la recevoir par courrier ?

Informez-nous.

Auf der Suche nach einem passenden Geschenk?

Eine Freundin, ein Freund, Bekannte oder ein Familienmitglied feiert bald Geburtstag?

Vatertag steht vor der Tür und Sie wissen nicht, was Sie schenken sollen? Es fällt Ihnen kein passendes Weihnachtsgeschenk ein? Zerschlagen Sie sich nicht länger den Kopf: schenken Sie einen Gutschein des Club Haus beim Kiosk. Entweder mit einem präzisen Kursus oder spezifischen Ausflug. Oder aber einem Geldbetrag, den der Beschenkte nach eigenem Belieben einsetzen kann.

Sagen Sie uns Bescheid, wir bereiten Ihnen gerne ein Geschenkcoupon vor.



Chèque Cadeau

Pour : _____

De la part de : _____

Montant : _____ € ou Activité : _____

Date : _____ Expire le : _____

A la recherche d'un cadeau?

Un/une ami(e), un membre de votre famille fête son anniversaire ?

La fête des pères approche et vous ne savez pas quoi offrir ?

Vous recherchez des cadeaux pour Noël ? Ne vous tracassez pas : offrez un bon cadeau du Club Haus beim Kiosk. Sois-vous offrez un cours ou une excursion précise. Ou bien vous offrez un montant que celui qui reçoit le bon peut investir dans l'activité qui lui plaît.



Club Haus beim Kiosk ënnerstëtzen

SOUTENIR LE CLUB HAUS BEIM KIOSK

Mat Ärem Don ënnerstëtzt Där d'Aarbecht vum Club Haus beim Kiosk an erlaabt eis et ons Offer ze erweideren an eis nach méi fir d'Léit anzesetzen!

Avec votre don vous soutenez le travail du Club Haus beim Kiosk, ce qui nous permet d'élargir notre offre et de nous engager encore plus pour la population !

LU78 0021 1671 8946 5500 (BIL)

Mentioun: Don



© www.istockphoto.com

Solidaritéitsaktiounen vum Club Haus beim Kiosk

Fläisseg Hänn

Ënnert der Leedung vum Marie-Jeanne Claude trefft sech de Grupp vun de Fläissegen Hänn een Mol d'Woch am Club Haus beim Kiosk fir a geselleger Ronn kreativ ze ginn. Dëst ënnert dem Motto: „Zesumme bitzt et sech besser a vill méi flott“.

Regelméisseg steet eng aner flott Bitz-oder Handaarbecht um Programm. All Alter ass an dësem Grupp vertruend.

D'Fläisseg Hänn schaffe ganz aktiv u verschiddene soziale Projeten wou si sech solidaresch weisen.

D'Kleedersammlung fir „Stëmm vun der Strooss“

Wéi Där wësst, sinn dës Kleeder fir Leit, déi keen Doheem hunn an déi an engem schwiereger Liewenssituatioun sinn.

Mär huele propper a gutt erhalen Dammen - an Häre Kleeder, Poschen, Kierf, Bettgedecks a gutt erhalte Schong. Dringend gebraucht gi Jacketten, Wantergezei, Jeans-Boxen an Ënnerwäsch.

Mir behalen eis Recht awer vir och Saache **NET** unzehuelen, wann hiren Zoustand ze desolat ass. Et soll een **NET méi wéi 2 Tuten** bréngen.

Collecte de vêtements propres et en bon état (vêtements dames et hommes, couvertures, sacs, chaussures) en faveur de l'association « Stëmm vun der Strooss ».



Gebeess fir e gudden Zweck

Am Club gëtt ganz aktiv Gebeess gekacht a fir e gudden Zweck verkaf. Vill verschiddenen Sorten, jee no Saison, ginn ugebueden. Zum Schluss vum Joer spent de Club d'Suen, déi duerch de Verkaf vum Gebeess erakomm sinn, enger Associatioun fir sech esou solidaresch mat deenen hiren Projekte ze weisen.



Besser informéiert-Fir eng héich Liewensqualitéit am Alter

Infosenior.lu ass en Internetsite vum Familljeministère, deem Informatiounen iwwer Hebergementer, Servicer an Aktivitéite fir eeler Leit regroupéiert.

Geduecht ass de Site fir Mënschen, déi geschwënn an d'Pensioun ginn. Awer och fir déi, déi nach doheem liewen a wëlle bleiwen, souwéi fir déi, déi geschwë wëllen an eng Wunnstruktur fir eeler Leit plënnere.

Um Internetsite infosenior sinn allegueren déi Prestataire am Beräich vun der Begleedung vun eelere Mënschen ze fannen, déi en Agreement vum Familljeministère hunn. Agedeelt ass de Site an 8 Aktivitéiten: Wunnstrukturen, Logements encadrés, Dagesfoyeren, Aides et soins à domicile, Repas sur roues, Téléalarm, Aktivitéiten a Club Activ Plus. Am Detail fënnt een zum Beispill Informatiounen iwwert d'Zëmmerpräisser, Gréissten a soss Extraen.

Wann dir also Froen sollt hunn wéi:

- Wéi eng Offere gëtt et?
- Wat ass am Präis abegraff?
- Wat sinn d'Resultater vun der vun der Qualitéitskontroll?
- Wéi vill kascht et?

Dann gitt lusst op den Internetsite: www.infosenior.public.lu/fr.html



Hues du Zäit an wëlls déi sënnvoll notzen?

Komm als Benevole bei eis!



Hues Du Freed drun, an dengem Ëmfeld eppes ze beweegen? Wëlls Du deng Erfahrung, däi Wëssen oder einfach deng Zäit mat anere Mënschen deelen? Da bass Du bei eis genau richtig!

Mir sichen engagéiert Fräiwëlleger, déi bereet sinn, eis bei eisen Aktivitéiten z'ënnerstëtzen – sief et bei kreativen Atelierien, sportlechen Aktivitéiten, bei Fester oder einfach als Ouer a Gespréichspartner fir eis Membere.

Wat bréngs Du mat?

- Eng oppe Astellung
- E bësse fräi Zäit
- Freed un der Aarbecht mat anere Mënschen

Wat bidd Dir Iech?

- Eng frëndlech a geschätzten Atmosphär
- Versuergung a Begleedung fir deng Aufgab
- Versécherung a kleng Gesten als Merci
- Vill schéin Erfarungen a nei Bekanntschaften

Egal ob reegelméisseg oder spontan - all Hëllef zielt!

Mell dech bei eis!

Zesumme maache mer en Ënnerscheid.

Erzählen Sie, wie es damals war **Racontez comment c'était autrefois**



Deemools
Eis
Geschicht(en)



Für die Internetseite deemools.lu, die sich im Aufbau befindet, sammeln wir Zeitzeugenberichte, um ein lebendiges Bild der Vergangenheit zu bewahren und für alle zugänglich zu machen.

Pour le site internet deemools.lu, actuellement en construction, nous recueillons des témoignages pour préserver une image vivante du passé et la rendre accessible à tous.

**Werden Sie Zeitzeuge
und teilen Sie Ihre Erinnerungen
zu Themen wie:**

- Alltag auf dem Land oder in der Stadt
- Schule, Ausbildung, Beruf
- Traditionen, Freizeit und Vereinsleben
- Gesellschaftlicher Wandel:
Infrastrukturen, Mobilität,
Zuwanderung, kulturelle Vielfalt

Video-Interview an einem Ort und
in der Sprache Ihrer Wahl.

**Devenez témoin de votre époque
et partagez vos souvenirs
sur des sujets tels que :**

- *Le quotidien à la campagne ou en ville*
- *L'école, la formation, les métiers*
- *Les traditions, les loisirs, la vie associative*
- *L'évolution de la société : infrastructures, mobilité, immigration, diversité culturelle*

Entretien filmé au lieu et dans la langue de
votre choix.

Infos: 36 04 78-44 (GERO) oder/ou
89 93 31-202 (Naturpark Öwersauer)



Eine Initiative von /
Une initiative de

gero
KOMPETENZZENTRUM
FÜR DEN ALTER


NATURPARK
ÖWERSAUER

uni.lu
UNIVERSITÉ DU
LUXEMBOURG

C2DH
LUXEMBOURG CENTRE FOR
CONTEMPORARY AND DIGITAL HISTORY

Mit der Unterstützung von /
Avec le soutien de

 soutenu par
**œuvre
nationale**



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Famille, des Solidarités,
du Vivre ensemble et de l'Accueil

In Zusammenarbeit mit /
En collaboration avec

**club
aktiv**

Wichtige Hinweise zu unseren Ausflügen

Damit ein Ausflug bestmöglich Ihren Fähigkeiten entspricht, markieren wir deshalb ab jetzt unsere Reisen mit Symbolen:

- leicht
- mittelschwer
- anstrengend

Auch wenn Freizeit angesagt ist, stehen Ihnen die Club-Begleiter/Begleiterinnen zur Verfügung und haben eventuell ein fakultatives Programm vorgesehen.

Informations importantes pour nos excursions.

Afin qu'une excursion du club corresponde au mieux à vos capacités et pour vous orienter dans votre choix, nous marquerons désormais les voyages par un système de points :

- Facile
- moyen
- difficile

Si le programme prévoit du temps libre, les accompagnateurs/accompagnatrices restent à votre disposition.



● Kaiserslautern: Japanischer Garten

In japanischen Gärten bleibt nichts dem Zufall überlassen. Weder die Art und Weise, wie Steine und Felsen gesetzt werden, noch wie Kies gemustert ist, Gebäude, Pflanzen und andere Elemente angeordnet sind oder Ihr Blick gelenkt wird. Hinter allem stecken eine Philosophie sowie ein Konzept. Auch der Standort spielt eine wichtige Rolle - und das Gelände, auf dem der Japanische Garten Kaiserslautern entstanden ist, erwies sich als wie geschaffen dafür ... Teiche, Wasserfälle, Steinlaternen, Felsen, Moose, Kiesbeete, Teehäuser ... Elemente wie diese prägen japanische Gärten seit Tausenden von Jahren. Jedes Detail hat Symbolkraft, nichts ist zufällig.

Virmëttes erwaart lech eng geféiert Visitt vum Gaart an och dem Téihaus. Mir genéissen en Téi am Gaart. Duerno ass fräi Zäit fir e Mëttegiessen an d'Entdecken vu Kaiserslautern virgesinn.

De Retour ass géint 16.00 Auer virgesinn.

Dësen Ausflug ass zesummen mat eisen Frënn vum Club Aktiv+ Réiserbann vu Bierchem.

Dans les jardins japonais, rien n'est laissé au hasard. Ni la manière dont les pierres et les rochers sont placés, ni les motifs du gravier, ni la disposition des bâtiments, des plantes et des autres éléments, ni la manière dont votre regard est dirigé. Il y a une philosophie et un concept derrière tout cela. L'emplacement joue également un rôle important - et le terrain sur lequel le jardin japonais de Kaiserslautern a été créé s'est avéré être fait pour cela ... Etangs, cascades, lanternes de pierre, rochers, mousses, parterres de gravier, maisons de thé ... Des éléments comme ceux-ci caractérisent les jardins japonais depuis des milliers d'années. Chaque détail a une valeur symbolique, rien n'est laissé au hasard.



www.japanischergarten.de/start



**Freideg / vendredi
19.09.**



Rendez-vous
7h30 Club Haus
7h35 Parking Hall
Polyvalent
(rue Denis Netgen)



Sot eis bei der
Umeldung, wou
Där eraklammt



Lëtzebuergesch,
deutsch



62 € (Transport am
Bus an Visite guidée
japanischer Garten
an Téizeremonie)
**(bezeule bis spëitstens
den 01.09.2025)**



Iwwerweisen:
„Japanischer Garten“

UMELDUNG: ☎ 26 54 04 92

info@beimkiosk.lu

● Marie-Astrid - Traditionnelles Club Aktiv+ Treffen



**Dienstag / mardi
23.09.**



Rendez-vous
10h15 Club Haus
10h20 Parking Hall
Polyvalent
(rue Denis Netgen)



Sot eis bei der
Umeldung, wou
Där eraklammt
a wat Där iesst



Lëtzebuergesch,
deutsch, français



**80 € (zahlen bis
zum 23.08.2025)**



Iwwerweisen:
„Marie Astrid“

Verbringen Sie mit uns und unseren Freunden der anderen „Club aktiv+“, einen herbstlichen Tag an Bord der MS "Princesse Marie-Astrid". Genießen Sie bei gutem Essen und Trinken einen unvergesslichen Nachmittag auf der wunderschönen Mosel. Musikalisch wird uns Jeannot Conter begleiten und für gute Stimmung sorgen. Wer möchte, kann gerne auch noch das Tanzbein schwingen.

Venez passer une journée avec nous et nos amis des autres « Club activ+ » à bord du MS « Princesse Marie-Astrid ». Profitez d'un après-midi inoubliable sur la magnifique Moselle en dégustant de bons plats et boissons. Jeannot Conter nous accompagnera musicalement et mettra de l'ambiance. Nous nous réjouissons déjà de cette traditionnelle excursion en bateau.

MENU

Feine Gemüsecremesuppe / *Fine crème de légumes*

Königinpastete, Pommes Frites und Salat

Bouchée à la reine, pommes frites et salade

Oder / *ou*

Gebratene Polenta mit Champignons Ragout und Gemüse

Polenta aux champignons et légumes

Apfeltorte Grossmutterart mit Vanilleeis

Tarte grand-mère avec sa glace vanille

📄 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

● ROERMOND (NL) Designer Outlet, Shopping



www.mcarthurglen.com/de/outlets/nl/designer-outlet-roermond

Ein tolles Einkaufsziel, nur 20 Minuten von Maastricht entfernt. In diesem Factory-Outlet mit über 180 Shops erwarten Sie exklusive Angebote und die neuesten Trends, sowie Cafés und Restaurants. Wenn Sie genug geshoppt haben, können Sie bequem vom Outlet Center bis ins Zentrum von Roermond spazieren, welches mit netten Restaurants sowie mit einigen historischen Sehenswürdigkeiten auf Sie wartet.

Retour um 16.00 Auer zu Roermond.



**Mëttwochs /mercredi
01.10.**



Rendez-vous
07h30 Club Haus
07h35 Parking Hall
Polyvalent
(rue Denis Netgen)



Sot eis bei der
Umeldung, wou
Där eraklammt



Lëtzebuergesch,
français



45 € (**bezuelen bis
den 03.09.2025**)



Iwwerweisen:
„Roermond“



UMELDUNG: ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

● Erlebnistag in der historischen Wassermühle in Birgel (D)



www.muehlebirgel.de

© www.pixabay.com



**Donnerstag / jeudi
09.10.**



Rendez-vous
08h00 Club Haus
08h10 Parking Hall
Polyvalent
(rue Denis Netgen)



**Sot eis bei der
Umeldung, wou
Där eraklammt**



**Lëtzebuergesch,
deutsch**



**90 € Transport im
Bus, geführte Tour
des Mühlenanwes-
ens, Mittagessen,
1 Getränk (zahlen bis
zum 09.09.2025)**



**Iwwerweisen:
„Wassermühle“**

Die historische Wassermühle in Birgel ist ein wunderbares Ziel, welches ein nostalgisches Erlebnis anbietet und an vergangene Zeiten erinnert.

Starten tun wir in den Tag mit einer mit einer Mühlenführung, wo wir näheres über das Backhaus, die Getreidemühle, das Sägewerk, der Senfmühle, der Ölmühle sowie der Schnapsbrennerei erfahren. Zwischendurch werden wir uns mit einem 3-Gang-Mittagessen (Mühlsteinbrot mit Kräuterbutter und Griebenschmalz, Kartoffelcremesuppe, mühlenge-schnetztes an Champagner-Cassis-Soße und ein Überraschungsdessert, inklusive einem Freigetränk (0,2L) stärken, ehe es dann weitergeht.

Nach der Führung erwartet uns eine Kaffeezeit mit Kaffee/Tee und Kuchen.

Ehe wir dann abreisen in Richtung Luxemburg besteht noch die Möglichkeit den Hofladen zu besuchen.

Die Rückkehr in Schifflingen wird gegen 18.30 Uhr sein. Dieser Ausflug findet zusammen mit unseren Freunden vom Club Aktiv+ Réiserbann aus Bierchem stattfinden.

📄 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

● Flotten Dagesausfluch an d'Éislek



Eist Éislek ass ëmmer derwäert fir e flotten Dag do ze verbréngen. Moies fuere mär op Esch-Sauer fir déi bescht bekannten Duchfabrik ze besichen. Hei hu mär eng geféiert Visite duerch de Musée. Et bleift och nach Zäit fir an hirem Buttek e schéine Souvenir ze kafen. Duerno geet et weider an d'Fuussekaul wou mär zu Mëtteg iessen. Hei hutt Där de Choix tëschent 3 Haaptplatten an 2 Desserten:

Paschtéit, Fritten an Zalot,

oder Pizza au Choix

oder awer Ham, Fritten an Zalot.

Beim Dessert besteet d'Wiel tëschent Äppeltaart oder Schockelasmousse.

Nom Mëttegiess fuere mär nach op Dikrech wou mär 1,5 Stonnen Openthalt hunn. Géint 16.30 Auer maache mär eis nees op den Heemwee.

Profitez de cette journée pour passer de bons moments au nord du pays. Visite guidée dans le musée «Duchfabrik», après un repas commun au restaurant «Fussekaul».



**Dëschdes / mardi
14.10.**



Rendez-vous
08h40 Club Haus
08h45 Parking Hall
Polyvalent
(rue Denis Netgen)



Sot eis bei der
Umeldung, wou
Där eraklammt



Lëtzebuergesch,
deutsch, français



67 € (Fir den Transport,
d'Mëttegiessen
an d'Visitt) **(bezuelen
bis den 14.9.2025)**



Iwwerweisen:
„Éislek“

 **UMELDUNG:** [📞 26 54 04 92](tel:26540492)

[✉ info@beimkiosk.lu](mailto:info@beimkiosk.lu)

● Chrëschtmaart Tréier a Concert Tom Gaebel



© J.-H. Janssen



**Freideg / vendredi
05.12.**



Rendez-vous

14h00 Club Haus
14h05 Parking Hall
Polyvalent
(rue Denis Netgen)



Sot eis bei der
Umeldung, wou
Där eraklammt



Lëtzebuergesch,
deutsch, français



105 € Transport &
Konzert (**zahlen bis
zum 05.11.2025**)



Iwwerweisen:
„Tom Gaebel“

Chrëschttag steet virun der Dir a fir lech an d'Chrëschtzäit anzestëmmen, huele mir lech mat op den Tréierer Chrëschtmaart „in der romantischen Kulisse des mittelalterlichen Hauptmarktes und vor dem imposanten Dom.“

Loosst lech vu ville schéinen dekoréierte Stänn verzaubern, wou Dir selwer gemeeten Konschtwierker, Schmuck an villes méi entdecke kënt. Fir den Honger an Duuscht ass hei och beschtens gesuergt.

No ärem fräien Openthalt um Chrëschtmaart loosse mir eis da vum Tom Gaebel a sengem Orchester nach zousätzlech a Chrëschtstëmmung versetzen

„Tom Gaebel, Deutschlands angesagtester Big-Band-Entertainer der alten Schule, beweist, dass es auch anders geht. Mit seiner großen Weihnachtsshow „A Swinging Christmas“ sorgt der Sänger mit der Ausnahme Stimme für glühende Wangen bei Jung und Junggebliebenen. Von „White Christmas“ über „Jingle Bells“ bis „Let It Snow“ - Tom Gaebel und sein Orchester spielen die schönsten amerikanischen Weihnachts-Evergreens und moderne Klassiker wie „Driving Home For Christmas“ oder „All I Want For Christmas Is You“ im heißen Easy-Listening-Sound. Ganz in der Tradition von Showlegenden wie Frank Sinatra, Dean Martin und Co.

Entsprechend dicht gepackt liegen die musikalischen Geschenke und Überraschungen auf dem Schlitten des Kölner Crooners. Genau das Richtige für alle, die sich zur Abwechslung einmal in die Weihnachtstage swingen wollen, anstatt zu schunkeln. Freuen Sie sich auf eine mitreißende Christmas-Party, bei der Winterfrust und Vorweihnachtsstress keine Chance haben.“

● Weihnachtsfeeling in BONN (D)



Wer sich am Duft von gebrannten Mandeln und Glühwein in der Luft erfreut, wird auch in diesem Jahr auf dem größten Weihnachtsmarkt des Bonner Stadtgebietes auf seine Kosten kommen. Lassen Sie sich verzaubern von der behaglichen Stimmung und freuen Sie sich auf eine schöne Vorweihnachtszeit.

Auf der Hinreise werden wir noch einen Abstecher zum HARIBO Werksverkaufsladen in Bad Godesberg machen.

Ceux qui apprécient l'odeur des amandes grillées et du vin chaud trouveront cette année leur bonheur sur le plus grand marché de Noël de la ville de Bonn. Laissez-vous envoûter par l'ambiance chaleureuse et réjouissez-vous de passer une belle période de Noël.

A l'aller, nous ferons un détour par le magasin d'usine HARIBO à Bad Godesberg.



**Freideg / vendredi
12.12.**



Rendez-vous

07h00 Club Haus

07h05 Parking Hall

Polyvalent

(rue Denis Netgen)



Sot eis bei der
Umeldung, wou
Där eraklammt



Lëtzebuergesch,
deutsch, français



**45 € (zahlen bis zum
12.11.2025)**



Iwwerweisen:
„Bonn“

 **UMELDUNG:**  **26 54 04 92**

 **info@beimkiosk.lu**

Är Club-Haus Bibliothéik



Dënschdes / mardi



Rendez-vous
Club Haus



14h30 - 16h30

Wëllkomm an eiser Bibliothéik. Där sidd frou mat Bicher? Där liest gär? Da sidd Där hei genau richtig. Iwwer 4000 interessant Bicher vun all Genre, sief et eng Komédie, Thriller, Psychothriller oder romantesch Geschichten, fannt Där an eiser Bibliothéik, déi Där ouni Problemer ausléine kënt.

Där sidd op der Sich no engem spezielle Buch? Oder Där braucht Inspiratioun? Och do kritt Där Hëllef vun eise Benevollen, déi d'Club Haus Bibliothéik mat vill Engagement a Léift leeden.

Club-Haus Bibliothéik ass fir JIDDEREEN zougänglech, fir all Alterskategorie, an och fir Leit déi keng Memberskaart hunn. D'Ausléine vun de Bicher ass GRATIS.

Fir eis frankophone Clienten huet d'Bibliothéik och eng ganz Rei vu franséische Bicher.

Eemol de Mount steet Dënschdes ee Bicher-Dësch an eiser Kaffisstuff, wou e puer flott an interessant Bicher presentéiert ginn, déi fir 1€ / Buch zum Verkaf stinn.

Mär freeën eis op Äre Besuch a wënschen Iech vill Freed beim Liesen.

„Gute Bücher enden nicht mit der letzten Seite, sie begleiten dich ein Leben lang“

📧 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

A wéi gesäit et iwwerhaapt am Altersheem / Pflegeheim / Logement encadré aus?



© www.pixabay.com

An wéi gesäit et do aus? Wéi léist et sech do liewen?
Wat muss ee maache fir do eng Plaz ze kréien?

Dëst a sécherlech nach vill aner Froe stellt een sech
wann een sech domadder ausernanersetzt, entweder
fir sech selwer oder fir ee Familljemember wann een
no engem Altersheem kuckt oder sicht.

Mär bidden lech un, zesummen e puer Altersheemer
kucken ze goen an déi néideg Erklärungen ze kréien

- **Schmëtzbësch Schëffleng-Maison de soins NOVELIA**
(1, rue du Parc, 3872 Schifflange)
den 26.09.2025 um 10.00 Auer.
- **Maison de Soins les Jardins d'Alyséa**
(48, rue de Hellange, 3327 Crauthem)
den 03.10.2025 um 14.30 Auer.
- **SERVIOR Grand-Duc Jean Dudelange**
(9, rue Pierre Dupong, 3449 Dudelange)
den 24.10.2025 um 10.00 Auer.
- **Résidence Les Jardins de Schengen-Logement
encadré PÄIPERLECK**
(2-4, Wäistrooss, 5445 Schengen)
den 31.10.2025 um 14.00 Auer.



26.09., 03.10.,
24.10., 31.10.



Rendez-vous
Ëmmer sur place



Lëtzebuergesch,
deutsch, français



Gratis, gratuit

📄 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

D'Luga Ausstellung



www.luga.lu/fr/



© Pierre BK / Luxembourg City Tourist Office



Freideg / vendredi
26.09.



Rendez-vous

Schëfflenger Gare
Richtung Stadt Quai 2
(déi genau Auerzäit get
lech matgedeelt)
Gare de Schifflange
direction luxembourg
Quai 2 (l'heure vous
sera communiquée
ultérieurement)

Auerzäit Visitt / heure
de la visite: 9h00
(LCTO, 30 Place Guillaume
II, L-1648 Luxembourg)



Lëtzebuergesch



10 €



Iwwerweisen:
„LUGA“

Luga ass eng temporär Open-Air-Ausstellung, déi an der Stad Lëtzebuerg an zu Ettelbréck stattfënnt. Ënnert dem Motto „rendre l'invisible visible“ (Dat Onsichtbaart sichtbar maachen) lued d'LUGA d'Visiteuren an, Gäert, Landschafts- an Konschtinstallatiounen a Landschaftsprojeten z'entdecken an iwwer d'Zukunft vun eise Stied nozedenken.

D'Ausstellung ass op fënnef Plazen an der Stad: Stadpark, Péitrussdall, Uelzechtdall, Kierchbierg an zu Ettelbréck.

Mat engem Guide besiche mir de Gemengepark Edouard André. Hie wäert eis Geschichten vun der urbaner Natur, Patrimoine, Landschaftsgestaltung a Konscht erklären.

Luga est une exposition temporaire en plein air qui se déroule à Luxembourg-Ville et à Ettelbruck. Sous le slogan « rendre l'invisible visible », l'exposition invite les visiteurs à découvrir des jardins, des installations paysagères et artistiques, ainsi que des projets paysagers, et à réfléchir à l'avenir de nos villes. L'exposition est présentée dans cinq lieux emblématiques de la ville: le parc municipal Edouard André, les vallées de la Pétrusse et de l'Alzette, Kirchberg, ainsi qu'à Ettelbruck. Accompagnés d'un guide, nous visiterons le parc municipal Édouard-André. Il nous racontera l'histoire de la nature urbaine, du patrimoine, du paysage et de l'art.

UMELDUNG: ☎ 26 54 04 92

info@beimkiosk.lu

Ein Blick hinter die Kulissen des Sportschießens

Besichtigung des Schießstandes STASS aus Schifflingen

Wie sieht ein moderner Schießstand eigentlich aus? Welche Sicherheitsmaßnahmen gelten? Und wie funktioniert das Sportschießen als Disziplin? Wir laden Sie herzlich ein zu einer geführten **Besichtigung des Schießstands STASS (Société de Tir Armes Sportives Schiffflange)**. Die Anlage in Schiffflange ist ein professionell ausgestatteter Ort für Sportschützen - und bietet spannende Einblicke in Technik, Training und verantwortungsbewussten Umgang mit dem Schießsport.

Was erwartet Sie:

- Vorstellung des Vereins STASS und seiner Aktivitäten
- Rundgang durch die verschiedenen Schießbereiche (Luftdruck, Kleinkaliber etc.)
- Einblick in Sicherheitsvorschriften und Abläufe
- Möglichkeit für Fragen und Austausch mit erfahrenen Mitgliedern
- Aktiv an Schießübungen mit Luftpistolen teilnehmen

Ob neugierig, sportlich interessiert oder auf der Suche nach einem neuen Hobby – diese Besichtigung bietet die perfekte Gelegenheit, den Schießsport aus nächster Nähe kennenzulernen.

À quoi ressemble un stand de tir moderne ? Quelles sont les mesures de sécurité en vigueur ? Et comment fonctionne le tir sportif en tant que discipline ? Nous vous invitons cordialement à une visite guidée du stand de tir STASS (Société de Tir Armes Sportives Schiffflange). Situé à Schiffflange, ce site est un lieu équipé de manière professionnelle pour les tireurs sportifs. Au programme : Présentation de l'association STASS et de ses activités, visite des différentes zones de tir (air comprimé, petit calibre, etc.), aperçu des règles de sécurité et des procédures, possibilité de poser des questions et d'échanger avec des membres expérimentés, participation active à des exercices de tir.

 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

 **info@beimkiosk.lu**



www.stass.lu/cms



**Mettwochs / mercredi
29.10.**



15h00 - 17h00



Rendez-vous
Stand de Tir „Im
Wasserfallbusch“,
151, Val des Aulnes,
L-3811 Schiffflange



Lëtzebuergesch



gratis



www.sidor.lu



**Méindes / lundi
17.11.**



Rendez-vous
14h00 SIDOR
(ZAE Wolser C, L-3434
Leudelange)



Lëtzebuergesch



gratis

Besichtigung der SIDOR in Leudelange - Ein Blick hinter die Kulissen der Abfallverwertung

Wohin geht eigentlich unser Müll, nachdem wir ihn entsorgt haben? Wie wird aus Abfall Energie gewonnen? Und welche Rolle spielt jeder einzelne von uns in einem funktionierenden Kreislaufwirtschaftssystem?

Diese und viele weitere spannende Fragen beantworten wir bei einer geführten Besichtigung der SIDOR-Anlage in Leudelange, dem modernsten Zentrum für Abfallverwertung in Luxemburg. Die SIDOR (Syndicat Intercommunal pour la Destruction des Ordures du Sud) ist eine zentrale Einrichtung zur thermischen Abfallbehandlung, die nicht nur für eine umweltgerechte Entsorgung sorgt, sondern gleichzeitig auch Strom und Wärme produziert.

Während unseres Besuchs erhalten wir einen umfassenden Einblick in die technischen Abläufe der Müllverbrennungsanlage, erfahren mehr über die verschiedenen Abfallarten, ihre Behandlung und Verwertung - und lernen, welchen Beitrag jeder Einzelne zur Abfallvermeidung und nachhaltigen Ressourcennutzung leisten kann.

Ein informativer Ausflug mit Blick auf die Herausforderungen und Chancen unserer modernen Konsumgesellschaft - verständlich erklärt, hautnah erlebt!

Dauer der Führung: ca. 1,5 Stunden

Hinweis: Aus Sicherheitsgründen wird festes Schuhwerk empfohlen.

Die Besichtigung ist nicht zugänglich für Personen mit Rollator.

 **UMELDUNG: ☎ 26 54 04 92**

 **info@beimkiosk.lu**

Artikuss: Musique Militaire Grand-Ducale

© Eric Engel



Et ass schonns Traditioun datt de Club eemol am Joer un engem Concert vun der Militärmusek deel hëlt. Sidd och Där dës Kéier mat dobäi, a genéisst e musikaleschen Owend ënnert der Leedung vum Lt - Col Jean-Claude Braun.

„In der Zeit des Stummfilms wurden Filme, die auf der großen Leinwand gezeigt wurden, häufig von einem Pianist·in oder Organist·in live musikalisch begleitet. Bildstreifen und Musik sind also seit jeher miteinander verbunden und viele Filme sind heute erfolgreich, dank dem Talent des·der Komponist·in, mit Musik und Arrangements den Bildern eine dramatische Kraft zu verleihen.

Auf dem Programm des Kinokonzerts des luxemburgischen Militärorchesters stehen unter anderem die Symphonie Nr. 6 - The Blue Marble von Julie Giroux, Wrong Again (Laurel & Hardy), sowie klassische Werke des Kinobereiches, mit Filmvorführung auf großer Leinwand.“

«La Musique Militaire Grand Ducale donnera un Ciné Concert à l'Artikuss avec à l'affiche la symphonie n. 6 - The Blue Marble de Julie Giroux (née 1961), Wrong Again (Laurel & Hardy), ainsi que des œuvres classiques de cinéma, avec projections sur grand écran !»

 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

 **info@beimkiosk.lu**



**Freideg / vendredi
28.11.**



Rendez-vous
19h30 beim Artikuss
(3, rue Jean Anen,
L-4413 Soleuvre)



Lëtzebuergesch



gratis

Escher Theater: Achtsam morden



www.theatre.esch.lu



**Mëttwoch / mercredi
03.12.**



Rendez-vous
19h30 beim Escher
Theater (122, rue de
l'Alzette zu Esch)



Deutsch



**22 € (direkt bezuelen
no der Umeldung)**



Iwwerweisen:
„Achtsam morden“



© Ernst Liszewski Gelsenkirchen

Eng flott an interessant Krimikomödie nom Bestseller-roman vum Karsten Duss gespielt am Escher Theater.

„Ruhig Blut! In Zeiten des Aufruhrs ist jeder auf der Suche nach innerem Frieden - auch jene, die Verbrechen begehen. Der Bestseller ACHTSAM MORDEN von Karsten Duse dient als Grundlage für diesen makaber-lustigen Krimi-Abend. Im Zentrum steht der Strafverteidiger Björn Diemel. Sein Privatleben ist kompliziert, sein Stresspegel hoch. Ein Achtsamkeitstraining soll ihm helfen – und macht ihn zum Mörder. Gleich zu Beginn des Buches bekennt er: „Meinen ersten Mord habe ich mit 55 Jahren begangen, eine Woche später hatte ich das halbe Dutzend voll.“ Dem Publikum bleibt wenig Zeit, sich die Augen zu reiben, so rasant und blutrünstig springen die Schauspieler von Gag zu Gag. Am Ende sind viele tot - und Björn Diemel hat sein Ziel mutmaßlich erreicht: Ich spürte den Atem und das Leben in mir. Ich war dankbar.“

Dëst Stéck gëtt op Däitsch gespillt, an dauert gutt 2 Stonnen.

 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

Artikuss: Die Stille Nacht



Erleben Sie DIE STILLE NACHT - Das Weihnachtsmusical - und entdecken Sie die Weihnachtsgeschichte auf neue, spannende und überraschende Weise.

Dieses einzigartige Musical erzählt auf berührende Art die wahre Bedeutung und Entstehungsgeschichte von Weihnachten und ist ein Klassiker in neuem Gewand.

Am 24. Dezember klingelt es unerwartet an der Tür und Gabrielle, das Mädchen im Haus, wird von einem jungen Pärchen auf der Suche nach einer Überraschungsmöglichkeit überrascht. Gabrielles Vater schickt die Gäste genervt wieder weg. Doch Gabrielle lässt der Besuch keine Ruhe. Sie macht sich trotz Schneegestöber auf die Suche nach den beiden Fremden und erlebt dabei ein zauberhaftes Abenteuer, das die Zuschauer auf eine Reise zurück ins Jahr 0 nimmt.

Die Reise führt sie auf ein bezauberndes Abenteuer mit rappenden Heiligen Drei Königen, einem souligen Engel und singenden Ziegen.

Hervorragende Stimmen und großartige Melodien sorgen für Gänsehautmomente. Die Musicaldarsteller*innen sind allesamt erfahrene und erstklassige Künstler, die bereits Hauptrollen in bekannten Musicals wie dem Phantom der Oper, Les Misérables, Aladdin, Mamma Mia, We Will Rock You usw.

 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

 **info@beimkiosk.lu**



www.artikuss.lu



**Donneschdes / jeudi
18.12.**



Rendez-vous
19h30 beim Artikuss
(3, rue Jean Anen,
L-4413 Soleuvre)



Lëtzebuergesch



**30 € (direkt bezahlen
no der Unmeldung)**



**Iwwerweisen:
„Die stille Nacht“**

Artikuss: Cabaret Sténkdéier



www.artikuss.lu



Samschdes / samedi
31.01.26



Rendez-vous
19h30 beim Artikuss
(3, rue Jean Anen,
L-4413 Soleuvre)



Lëtzebuergesch



16 €
(direkt bezuelen no
der Unmeldung)



© Claude Sibener

Eise schéine bloe Planéit brennt, d'Loyer'en klamme méi séier wéi de Mieresspiegel, déi Räich ginn ëmmer méi räich – a während ronderëm eis d'Bomme fallen, streide mir Europäer mat eisen Noperen iwwert d'Grenzkontrollen. De Rietspopulismus verdréit eis d'Wierder am Mond, während mer am Stau stinn an eis wonnere, wéi et esou wait komme konnt. An um Enn bezuelen ëmmer déi Falsch. Wéi laang wëlle mir nach nokucken? A wat kënne mir iwwerhaapt nach maachen?

„Et gött héich Zäit“ ass dem Cabaret Sténkdéier säi Wecker – pointéiert a batterbéis an op kee Fall neutral. Wie sech iwwer d'Absurditéite vun eiser Zäit wonnert a verzweifelt no engem Rescht Logik sicht, mee trotzdem nach laache wëll, ass hei genau richtig.

Well eppes ass kloer: Schounfrist war gëschter – elo gött et héich Zäit!

Dëst ass ee KI-generéierte Werbetext, kontrolléiert vum Elon Musk an akkordéiert vun der helleger Dräifaltegkeet Trump dem Papp, Putin dem Jong a Xi Jinping dem hellege Geesch.



UMELDUNG: ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

Musikparade: Europas größte Tournée der Militär- und Blasmusik



© www.musikparade.com



www.musikparade.com

Europas erfolgreichste Tournée der Militär- und Blasmusik kehrt mit neuen Orchestern und einer spektakulären Show zurück, nach Trier in die Arena. Mehrere Hundert Künstler*innen präsentieren ein einzigartiges Livemusik-Spektakel der Blasmusik deutschlandweit.

Erleben Sie sieben herausragende Orchester aus aller Welt mit einem vielseitigen Repertoire - von Märgen über Klassik und Swing bis hin zu Rock und Pop.

Mit jährlich mehr als 100.000 Besuchern ist die MUSIK-PARADE die größte und erfolgreichste Tournée ihrer Art in Europa.

Freuen Sie sich auf eine rund dreistündige Show voller mitreißender Livemusik, fesselnder Choreografien und beeindruckender Uniformen - erleben Sie ein Feuerwerk aus Musik und Farben.



Sonndes / dimanche
08.03.26



Rendez-vous
18h00 Club Haus
18h05 Parking Hall
Polyvalent
(rue Denis Netgen)



Lëtzebuergesch



**115 € (Ticket an
Transport am Bus)
(direkt bezuelen no
der Ummeldung)**



**Iwwerweisen:
„Musikparade“**

 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

Artikuss: The 12 Tenors



www.artikuss.lu



Dönschdes / *mardi*
14.04.26



Rendez-vous
19h30 beim Artikuss
(3, rue Jean Anen,
L-4413 Soleuvre)



Lëtzebuergesch



67 €
**(direkt bezuelen no
der Unmeldung)**



lwwerweisen:
„The 12 Tenors“



Seit mehr als 15 Jahren begeistern sie ihr Publikum mit großen Stimmen, eindrucksvollen Choreografien, witzigem Entertainment und charmanten Moderationen auf ihren Konzerten in Europa, China, Japan und Südkorea. Nun sind sie mit ihrer neuen Show auf Tournee - ein musikalisches Erlebnis, das die Grenze von Zeit und Raum sprengt!

Mit dem Motto SONGS OF ETERNITY entführen die 12 Ausnahmesänger das Publikum in eine Welt, in der Musik zu einem unsterblichen Begleiter wird. Die außergewöhnliche Show feiert ikonische Lieder, die über Generationen hinweg die Herzen der Menschen berührt haben. Von Klassikern der Popgeschichte über unvergessliche Balladen bis hin zu ergreifende Hymnen der letzten Jahrzehnte - SONGS OF ETERNITY präsentiert eine sorgfältige Auswahl an Liedern, die mit ihrer Schönheit und Tiefe einen bleibenden Eindruck hinterlassen. Ob in ruhigen Momenten der Besinnung oder in kraftvollen Höhepunkten der musikalischen Energie - diese Show verspricht den Zuschauern in eine andere Dimension zu entführen, in der die Musik das einzige Maß für Zeit ist. Jede Performance ist eine Hommage an das Erbe der Musik, die uns durch unser Leben begleitet. - von den ersten Melodien der Kindheit bis hin zu den Liedern, die uns als Erwachsene prägen.

UMELDUNG: ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

Wärs Du gären eng Liesboma oder e Liesbopa?

Hues Du Freed un Bicher a Geschichtenerzielen? Hues Du Loscht, deng Zäit mat Kanner ze deelen an hinnen d'Freed um Liesen nozebréngen? Da bass Du déi richteg Persoun fir eise Liesboma- / Liesbopa-Projet!

Als Liesboma oder Liesbopapp gees Du reegelméisseg an Lydie Schmit Schoul (Grondschoul) a liest de Kanner vir - a klengen Gruppen, a gemittlecher Atmosphär, mat vill Léift fir d'Geschicht an d'Zesummesinn. Et geet hei drëms, d' Kanner beim Liesen ze ënnerstëtzen, de Kanner eng „Hëllef“ ze gi fir Spaass a Freed um Liesen ze kréien, mat de Kanner iwwert Bicher schwätzen an de Kanner nozelauschtere wann si iwwert hier Erlebnisser erzielen.

Grousseltere sinn eng wichteg Stäip fir d' Kanner wann et ëm Liese geet, well si oft déi néideg Gedold, Zäit a Léift matbréngen, déi heizou néideg ass.

Wat zielt ass:

- Deng Freed um Liesen
- Deng Gedold an Opmierksamkeet mat de Kanner deelen

Wat kriss Du zeréck?

- Vill lëschtteg Momenter mat de Kanner
- Léif Gespréicher a glänzend Kanneran
- Eng immens wäertvoll a belounend Erfahrung
- Eng wichteg Roll an der Liesfërderung

Maach mat - an hëllef mat, d'Freed um Liesen an d'Häerzer vun de Kanner ze bréngen!

Wann lech dëst elo usprécht, an Där och Loscht kritt hutt hei matzemaachen, da mellst lech bei eis am Club Haus an da kënne mär lech all weider Informatiounen heizou ginn.



Gebeess-Treff, Gebeess kache fir e gudden Zweck



Mëttwochs / mercredi
24.09.

Freides / vendredi
24.10., 28.11.



Mëttwochs
13h30 - 16h00

Freides
09h00 - 11h30



Rendez-vous
Club Haus



Lëtzebuergesch,
français, deutsch



Gratis

Dëst Joer starte mär rëm eis Aktioun „Gebeess vum Mount“. All Mount steet eng aner Uebstzort am Mëttelpunkt. Verschidden Rezepten ginn ausprobéiert.

Säit Jore gëtt am Club Haus beim Kiosk aktiv Gebeess gekacht a fir e gudden Zweck verkaf. Vill verschidden Zorten, jee no Saison, ginn ugebueden. Zum Schluss vum Joer spent de Club d'Suen, déi duerch de Verkaf vum Gebeess erakomm sinn, enger lëtzebuergescher Associatioun.

Hutt Där Loscht eng Hand mat unzepaken?

September → Kürbis

Oktober → alles ëm Drauwen

November → Chrëschtidsgebeess

Mär treffen eis, a kachen zesumme verschidden Zorten an.

Als Ofschloss eng kleng Degustatioun vum frësche Gebeess.

📧 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

D'Schëfflenger Kriibshellef Asbl invitéiert

E Samschdeg 18. Oktober 2025 op hieren 5. Broschtkriibs-Treppeltour an Zesummenaarbecht mam Restaurant Legend's. Rendez-vous em 9.30 Auer op der Gemeindeplaz zu Schëffleng fir Aschreiwung, Kaffie/Schocki a Croissant, dono Treppeltour vun ± 4 km mat uschlëssendem Iessen. Den Erléis ass integral fir Europa Donna Luxembourg.

Wann Där d'Recherche géint de Broschtkriibs finanziell ënnerstëtze wëllt, kennt der dat mat engem Don op eise Konto bei der Spuerkeess mam Vermierk „Octobre rose“: B.C.E.E. IBAN LU39 0019 5655 9050 8000

En Donneschdeg 20. November 2025 em 19.00 Auer an de Sall Anise Koltz vun der Maison des Générations 1, Rue Jean Wilhelm zu Schëffleng op hier Konferenz am Kader vum «Novembre bleu» zum Thema Kriibs bei Männer déi zesumme mat der Madame Audrey Gustin vun der Fondation Cancer organiséiert gëtt.

Am Uschloss vun der Konferenz ginn nach 4 Schecken iwwerreecht u lëtzebuergesch Associatiounen déi am Kriibsberäich an an der Kriibsfuerschung tätég sinn. Bei engem Pättchen an engem klengen Maufel hutt Där d'Méiglechkeet mat de Vertrieeder vu de verschiddenen Associatiounen an d'Gespréich ze kommen.

Merci am viraus fir Är Presenz an Ärt Engagement.

De Conseil d'administration vun der Schëfflenger Kriibshellef Asbl.



**Samschdes / samedi
18.10.**



Rendez-vous
09h30 op der
Gemeindeplaz zu
Schëffleng



**Donneschdes / jeudi
20.11.**



Rendez-vous
19h00
Sall Anise Koltz
vun der Maison des
Générations
1, rue Jean Wilhelm
zu Schëffleng

 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

 **info@beimkiosk.lu**

Pétanque



© www.pixabay.com



Mëttwochs / mercredi
03.09., 17.09.,
01.10., 15.10., 29.10.,
12.11., 26.11.,
10.12.



15h00 - 17h00



Rendez-vous
Boulodrome
Schiffange
(rue de Hédange)



Lëtzebuergesch,
deutsch, français



Gratis - mat der
Optioun spéider eng
Memberskaart vum
Péta-Boules Club ze
kafen (10 Euro/Joer)

Säit 1978 besteet mëttlerweil de Péta-Boules Schëffleng an elo zanter 2021 gëtt am neie Boulodrome gespillt.

Huet Där Loscht mat engem Grupp vum Club Haus zesumme Pétanque spillen ze goen, dann ass dëst d'Geleeënheet.

Mär kënnen dobaussen, mee och do-bannen spillen (jee no Wieder) a kréien vu Péta-Boules-Membere genau gewise wéi et geet, respektiv de leschten „Schlëff“ verpasst, fir déi wou schonns wësse wéi den Hues leeft.



Rendez-vous pour jouer en petit groupe à la pétanque au Boulodrome de Schiffange.

 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

Shuffle Board - Café Croissant



Shuffleboard ist ein Spiel mit umstrittenen Ursprüngen, das wahrscheinlich vor 500 bis 600 Jahren in Europa entstand. Es geht darum, mit Schaufeln Pucks in ein Zielgebiet zu „schieben“, und es gibt viele Varianten des Spiels sowie alternative Namen, darunter Deck-Shuffleboard und Shovel-Board. König Heinrich VIII. war ein großer Fan des Spiels. Es hat Ähnlichkeiten mit vielen Sportarten, vor allem mit Boccia und Curling.

Das Ziel des Spiels ist es, mit dem Paddel die gewichteten Pucks in die Torzone zu befördern, um Punkte zu gewinnen.

Shuffleboard wird entweder von zwei Spielern (Einzelspiel, einer gegen einen) oder von vier Spielern (Doppelspiel, zwei gegen zwei) gespielt.

Lust dieses neue Spiel zu erkunden bei Café und Croissant? Dann melde dich schnell an und sei mit von der Partie.



Freides / vendredi
05.09., 19.09.,
03.10., 17.10., 31.10.,
14.11., 28.11.,
12.12.



10h00 - 11h00



Rendez-vous
Club Haus



Lëtzebuergesch,
français, deutsch



Gratis / gratuit
(sauf boissons /
croissants)

 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

 **info@beimkiosk.lu**

Keelentreff | Jeux de quilles



© www.pixabay.com



Méindes / lundi
08.09., 22.09.,
06.10., 20.10.,
03.11., 17.11.,
01.12., 15.12., 29.12.



15h30



Rendez-vous
Schëfflenger Stuff
43, rue Basse



Lëtzebuergesch,
deutsch, français



bezuelet gëtt op
der Platz,
paiement sur place

Zweemol de Mount ginn zu Schëffleng d'Klatze fléie
gelooss. Macht mat an eiser Keelen Equipe.

Mellt lech w.e.g. 2 Deeg am Viraus un wéinst der
Reservatioun vun der Piste. De Präis vun der Piste gëtt
ënnert de Spiller gedeelt.

*Deux fois par mois, le lundi, on se donne rendez-vous
afin de jouer aux quilles, la bonne humeur et la convi-
vialité y seront aussi.*

*Inscrivez-vous au minimum 2 jours à l'avance pour la
réservation des pistes. Les joueurs se partagent les frais
de la piste.*

📞 UMELDUNG: ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

Yin-Yoga avec Diana Lanoe

© www.pixabay.com



Le Yin Yoga est une pratique douce mais profonde qui utilise les postures classiques du Yoga Indien avec une approche différente, basée sur des connaissances énergétiques et physiologiques importées de la médecine traditionnelle Chinoise et le Yin Yoga taoïste. L'idée du Yin représente l'immobilité et le Yang le mouvement. Avec le Yin Yoga, l'objectif est donc de ralentir et d'avoir une approche méditative pour reposer le corps et le régénérer en profondeur.

Durant la pratique, on prend conscience des respirations abdominales et des méridiens du corps. Chaque méridien est associé à différents organes ou différentes zones du corps pour mieux y faire circuler l'énergie. Celle-ci circule pendant la respiration à travers les méridiens qui, s'ils sont bien irrigués, sont garants de notre équilibre physique et moral.

Pendant les sessions de Yin Yoga, nous allons rester la majorité du temps au sol et appliquer de légères pressions sur les articulations tout en relaxant les muscles autour pour atteindre des tissus conjonctifs profonds entourant les os. Avec une attention toute particulière aux ajustements nécessaires, nous allons restaurer la souplesse des articulations en respectant l'amplitude naturelle de mouvement pour atteindre un meilleur confort et plus de sécurité.

 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92
✉ info@beimkiosk.lu



Méindes / lundi
15.09., 22.09., 29.09.,
06.10., 13.10.,
20.10., 27.10.,
10.11., 17.11., 24.11.,
01.12., 08.12.



14h45 - 16h15



Rendez-vous
Club Haus



Bequeem Kleeder,
Turnmatt, Gedréknks
Vêtements
confortables, tapis
gymnastique, boisson



Lëtzebuergesch,
français, deutsch



168 € (12 séances)



lwwerweisen:
„Yin Yoga“

Yoga avec Diana Lanoe



Méindes / lund
15.09., 22.09., 29.09.,
06.10., 13.10.,
20.10., 27.10.,
10.11., 17.11., 24.11.,
01.12., 08.12.



9h30 - 11h00



Rendez-vous
Club Haus



Lëtzebuergesch,
franzäis, deutsch



168 € (12 séances)



Iwwerweisen:
„Yoga Diana“

Pendant les séances nous allons pratiquer sur le tapis des étirements variés du haut et du bas du corps, que ce soit en position assise, allongée ou debout.

Nous verrons comment intégrer les techniques simples de respiration consciente et profonde dans l'enchaînement des postures, en travaillant doucement la colonne vertébrale et les articulations, tout en respectant l'amplitude naturelle des mouvements.

Une place importante est également donnée au niveau énergétique et aux mouvements qui lubrifient les articulations et les extrémités, car de nombreuses tensions s'accumulent à ces endroits et empêchent l'énergie à bien circuler.



Matbréngen / à apporter :

Bequeem Kleeder, Turnmatt, Gedréinks

Vêtements confortables, tapis gymnastique, boisson



UMELDUNG: ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu



Yoga mam Christian Cornette

Yoga bedeutet frei von jeglichem Leistungsdruck achtsam mit dem eigenen Körper umzugehen, den Geist und die Gedanken zur Ruhe kommen zu lassen und dadurch die eigene Mitte zu finden - und zwar so, dass sich dieser Zustand auch im Alltag immer besser bewahren lässt.

Nicht nur der Körper gewinnt durch das regelmäßige Praktizieren von Yoga an Beweglichkeit, Kraft und Energie, auch das Denken wird bewusster und flexibler. Dadurch erhalten Sie die Möglichkeit zu erkennen, was Ihnen wirklich am Herzen liegt und Ihr Leben entsprechend zu gestalten.

Cours de yoga : positions corporelles (Asanas), des exercices respiratoires (Pranayama), de la méditation et de la relaxation pour retrouver l'énergie de vie et mieux gérer les situations de stress.

 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92
✉ info@beimkiosk.lu



Mittwoch / mercredi
17.09., 24.09.,
01.10., 08.10., 15.10.,
22.10., 29.10.,
12.11., 19.11., 26.11.,
03.12., 10.12.



18h30 - 19h45



Rendez-vous
Club Haus



Dran denken mitzubringen / *pensez à apporter* : bequeme Kleidung, Getränk, Turnmatte / *tenue de sport, boisson, matelas de yoga*



Lëtzebuergesch,
français, deutsch



192 € (12 Séances)



Iwwerweisen:
„Yoga“

A photograph showing the lower legs and feet of several people performing line dance. They are wearing various styles of cowboy boots, including one with a pink floral pattern and others in brown and black. The background is dark, and the floor is light-colored.

Line Dance mat dem Jean Weinhachter



Mëttoch /
Mittwochs / *mercredi*
17.09., 24.09.,
01.10., 08.10., 15.10.,
22.10., 29.10.,
12.11., 19.11., 26.11.,
3.12., 17.12.



15h30 - 16h30



Rendez-vous
Club Haus



Matbrénge /
Mitbringen /
à emporter:
Bequeem Kleeder,
Gedrénks / *habits*
confortables, boissons



Lëtzebuergesch,
français



150 € (12 séances)



Iwwerweisen:
„Linedance“

Sie tanzen gerne, haben aber niemanden der ihre Begeisterung teilt? Dann ist Line Dance das Richtige für Sie! Ein Tanzvergnügen ohne Partner(in), geeignet für jedes Alter – auch für Männer! Bewegung, Tanz und Lebensfreude, Fitness für den Körper und Gehirnjogging im Rhythmus der Musik. Es wird keine besondere Tanzerfahrung benötigt, nur Freude an Bewegung zur Musik und die Bereitschaft, Neues zu lernen.

Line-Dance wird, wie der Name schon sagt, in Linien neben- und hintereinander getanzt. Jeder tanzt „solo“, aber gleichzeitig synchron in der Gruppe. Jeder führt mehrmals eine festgelegte, sich wiederholende Abfolge von Schritten (Choreographie) auf eine bestimmte Musik aus. Die Tänze sind passend zur Musik und Motion choreografiert. Musikrichtungen sind ebenfalls alle vertreten: Von POP, ROCK, OLDIES, BALLROOM, SOUL, FUNK, DANCE, über COUNTRY bis zu AKTUELLEN SONGS, die man im Radio hört. Die Vielfalt der Musik und Rhythmen ist eines der Erfolgsgeheimnisse des Line Dance. Line Dance ist Tanzen in allen Facetten und es macht einfach nur riesigen Spaß!

La LINE DANCE se pratique sur des musiques et des styles très variés: Pop, Rock, Soul, Funk, Dance, Ballroom, Country (on ne renie pas ses origines), Oldies et Hits actuels qu'on entend à la radio ... etc. et sur des rythmes différents tel que rumba, swing, polka, valse, cha-cha... etc. La diversité de musique et de rythmes est un des secrets du succès de la Line Dance.

 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

Turntreff Gymnastique mat dem Ydette Cattivelli



Trainéiert Är kierperlech Konditioun an Är Figur.

Ënnert der Leedung vum Idette Cattivelli ginn d'Muskelen op flott Musek an Héichform bruecht. Vun den Zéiwespëtzte bis zu den Ouerläppercher, hei gëtt all Kierper-Partie trainéiert.

D'Idette bréngt vill Energie a Begeeschterung mat an dat stécht un. Am Grupp ass esou eng flott Ambiance, datt een einfach matgerappt gëtt an de Muskelkater net spiert.

Jidderee mécht no sengen individuelle Méiglechkeete mat. Packt Där eng Übung nëmmen 3 Mol? Net schlëmm. D'Idette motivéiert Iech a mat e bësschen Ausdauer klappt et beim nächsten Training schonns 5 Mol.

Entraînez votre condition physique et votre silhouette avec Idette. De nombreux exercices sur musique vous sont proposés afin de travailler toutes les parties du corps.



Matbréngen:

Turnmatt, bequeem Kleedung, Gedréns



UMELDUNG: ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu



Dënschdes / mardi



9h00 - 10h00



Donneschdes / jeudi



9h00 - 10h00



Rendez-vous

Centre sportif
Schifflange,
rue du Parc



Lëtzebuergesch,
français, deutsch



22 € (10 Séances)



bezueelt gëtt
op der Platz,
paiement
sur place

Dëschtennis - ee Sport fir all Alter



Donneschdes /
Donnerstags / *jeudi*
18. 09., 25. 09.,
02.10., 09.10., 16.10.,
23.10., 30.10.,
13.11., 20.11., 27.11.,
04.12., 11.12.



16h00 - 17h30



Rendez-vous
Hall Polyvalant
Schëffleng



Matbréngen
Emporter:
Sport-Kleedung,
Turnschlappen,
eventuell eng
Dëschtennisrackett,
Gedrénks / *tenue de*
sport, chaussures
de sport, évent. une
raquette, boissons



Lëtzebuergesch,
français, deutsch



Gratis

Dëschtennis ass eng reegelrecht Gesondheetssportart
a praktikabel egal wéi al een ass.

Hutt och Där Loscht lech emol nees mat der Rackett
an dem Pingpongsball auserneenzesetzen? Dann ass
dëst de richteg Moment.

Fabienne Diederich an de Camille Weiland vum DT
Schëffleng bidden ee Cours un, wou jidderee wëll-
komm ass: een alen Dëschtennis Hues, een deen et mol
eng Kéier a senger Jugend probéiert hat oder een deen
et nach ëmmer mol maache wollt, mee ni de richteg
Moment dofir do war. Dann ass elo d'Geleeënheet do.

Mellt lech am Club fir matzemaachen, well d'Platzen
si begrenzt.

*Envie de pratiquer le tennis de table ? Que vous soyez
débutant ou connaisseur, vous pouvez participer au
cours de Tennis de table sous la direction de Fabienne
Diederich et Camille Weiland du DT Schiffflange.*



Oppassen: Platzen si limitéiert



UMELDUNG: ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

SEPTEMBER 2025

1.09.	Mé	Fit mam Kiosk, Komm mär beweegen eis
2.09.	Dë	Turntreff, Treff beim Kiosk, Bibliothéik
3.09.	Më	Diamond Painting, Fit mam Kiosk, Petanque
4.09.	Do	leselwanderung, Turntreff, Kreativen Treff, Ölmalerei
5.09.	Fr	Shuffleboard, Bingo, Nordic Walking,
8.09.	Mé	Fit mam Kiosk, Komm mär beweegen eis, Keelen
9.09.	Dë	Turntreff, Treff beim Kiosk, Bibliothéik, Emmett
10.09.	Më	Ausfluch: Vulkanhof, Fit mam Kiosk
11.09.	Do	Turntreff, Kreativen Treff, Liesgrupp
12.09.	Fr	Bingo, Nordic Walking
15.09.	Mé	Fit mam Kiosk, Yoga, Yin Yoga, Komm mär beweegen eis, Gitarre débutant, Gitarre avancé
16.09.	Dë	Turntreff, Fotocours, Mëttesdësch, Treff beim Kiosk, Bibliothéik
17.09.	Më	Fit mam Kiosk, Diamond Painting, Patchwork, Do you speak English? Petanque, Line Dance, Yoga
18.09.	Do	Reflexologie, Pilates, Kreativen Treff, Dëschtennis
19.09.	Fr	Ausfluch: Kaiserslautern, Sëtzyoga, Shuffle Board, Bingo, Nordic Walking
22.09.	Mé	Fit mam Kiosk, Yoga, Yin Yoga, Komm mär beweegen eis, Keelen, Gitarre débutant, Gitarre avancé
23.09.	Dë	Turntreff, Marie Astrid, Kachatelier, Djembé, Fotocours, Treff beim Kiosk, Bibliothéik
24.09.	Më	Fit mam Kiosk, Gebeestreff, Do you speak English?, Line Dance, Yoga, Owes net eleng
25.09.	Do	Turntreff, Pilates, Cours: Fotobuch, Péinture végétale: Teranga, Kreativen Treff, Liesgrupp, Dëschtennis, Ölmalerei
26.09.	Fr	Luga, Sëtzyoga, Visitt Pflëegenheim: Schmëtzbësch, Bingo, Nordic Walking
29.09.	Mé	Fit mam Kiosk, Yoga, Yin Yoga, Komm mär beweegen eis, Gitarre débutant, Gitarre avancé
30.09.	Dë	Turntreff, Fotocours, Treff beim Kiosk, Bibliothéik

OKTOBER 2025

1.10.	Më	Ausfluch: Roermond, Fit mam Kiosk, Diamond Painting, Patchwork, Do you speak English, Line Dance, Petanque, Yoga
2.10.	Do	Turntreff, Pilates, Cours: Fotobuch, Konferenz: Photovoltaïque, Kreativen Treff, Ölmalerei, Dëschtennis
3.10.	Fr	Filzatelier: Fee, Sëtzyoga, Visitt Pfliegenheem: Alynea, Shuffleboard, Bingo, Nordic Walking
6.10.	Mé	Fit mam Kiosk, Yoga, Yin Yoga, Aidant.lu, Komm mär beweegen eis, Keelen, Gitarre débutant, Gitarre avancé
7.10.	Dë	Turntreff, Djembé, Fotocours, Mëttesdësch, Treff beim Kiosk, Bibliothéik, Cours: Halsketten aus Glasperlen häkelen
8.10.	Më	Fit mam Kiosk, Sophrologie, Do you speak English?, Line Dance, Yoga
9.10.	Do	Ausfluch: Wassermühle Birgel, Turntreff, Fotobuch, Pilates, Kreativen Treff, Dëschtennis
10.10.	Fr	Filzatelier: Fee, Nordic Walking
11.10.	Sa	Thé Dansant
13.10.	Mé	Fit mam Kiosk, Aquarelle chinois, Yoga, Yin Yoga, Komm mär beweegen eis, Gitarre débutant, Gitarre avancé
14.10.	Dë	Ausfluch an d'Eisléck, Turntreff, Fotocours, Treff beim Kiosk, Bibliothéik, Cours: Halsketten aus Glasperlen häkelen
15.10.	Më	Fit mam Kiosk, Diamond Painting, Patchwork, Do you speak English, Line Dance, Petanque, Yoga
16.10.	Do	Reflexologie, Cours: Word, Turntreff, Trëppeltour, Pilates, Kreativen Treff, Ölmalerei, Dëschtennis
17.10.	Fr	Sëtzyoga, Shuffleboard, Quiz Owend, Nordic Walking
20.10.	Mé	Fit mam Kiosk, Yoga, Yin Yoga, Komm mär beweegen eis, Keelen, Gitarre débutant, Gitarre avancé
21.10.	Dë	Turntreff, Djembé, Treff beim Kiosk, Bibliothéik, Cours: Halsketten aus Glasperlen häkelen, Emmett
22.10.	Më	Fit mam Kiosk, Do you speak English? Line Dance, Yoga, Owes net eleng
23.10.	Do	Turntreff, Cours: Word, Pilates, Kreativen Treff, Liesgrupp, Dëschtennis
24.10.	Fr	Gebeestreff, Sëtzyoga, Visitt: Servior Diddleng, Bingo, Nordic Walking
27.10.	Mé	Fit mam Kiosk, Yoga, Yin Yoga, Gitarre débutant, Gitarre avancé
28.10.	Dë	Turntreff, Treff beim Kiosk, Bibliothéik
29.10.	Më	Fit mam Kiosk, Diamond Painting, Patchwork, Do you speak English?, Petanque, Line Dance, Yoga, Visitt Stass
30.10.	Do	Turntreff, Pilates, Cours: Word, Kreativen Treff, Dëschtennis
31.10.	Fr	Sëtzyoga, Visitt: Les jardins de Schengen, Shuffleboard, Bingo, Nordic Walking

NOVEMBER 2025

2.11.	So	Rees: Malaga
3.11.	Mé	Rees: Malaga, Fit mam Kiosk, Bakatelier, Keelen
4.11.	Dë	Rees: Malaga, Turntreff, Treff beim Kiosk, Bibliothéik
5.11.	Më	Rees: Malaga
6.11.	Do	Rees: Malaga, Turntreff, Molcours, Kreativen Treff
7.11.	Fr	Rees: Malaga, Nordic Walking
8.11.	Sa	Rees: Malaga
9.11.	So	Rees: Malaga
10.11.	Mé	Aidant.lu, Fit mam Kiosk, Yoga, Yin Yoga, Gitarre débutant, Gitarre avancé
11.11.	Dë	Turntreff, Djembé, Mëttesdësch, Treff beim Kiosk, Bibliothéik
12.11.	Më	Sophrologie, Fit mam Kiosk, Diamond Painting, Patchwork, Do you speak English?, Petanque, Line Dance, Yoga
13.11.	Do	Turntreff, Pilates, Cours: Word, Kreativen Treff, Ölmalerei, Dëschttennis
14.11.	Fr	Sëtz yoga, Shuffleboard, Bingo, Nordic Walking
17.11.	Mé	Fit mam Kiosk, Yoga, Yin Yoga, Komm mär beweegen eis, Keelen, Visitt Sidor, Gitarre débutant, Gitarre avancé
18.11.	Dë	Turntreff, Treff beim Kiosk, Bibliothéik, Emmett
19.11.	Më	Fit mam Kiosk, Do you speak English?, Line Dance, Yoga, Owes net eleng
20.11.	Do	Turntreff, Trëppeltour, Pilates, Cours: Word, Kreativen Treff, Liesgrupp, Dëschttennis
21.11.	Fr	Sëtz yoga, Nordic Walking
24.11.	Mé	Fit mam Kiosk, Yoga, Yin Yoga, Blummercours, Komm mär beweegen eis, Gitarre débutant, Gitarre avancé
25.11.	Dë	Turntreff, Djembé, Treff beim Kiosk, Bibliothéik
26.11.	Më	Fit mam Kiosk, Diamond Painting, Patchwork, Do you speak English?, Petanque, Line Dance, Yoga
27.11.	Do	Turntreff, Reflexologie, Pilates, Atelier choucroute Teranga, Cours: Word, Ölmalerei, Kreativen Treff, Dëschttennis
28.11.	Fr	Gebeestreff, Shuffleboard, Bingo, Artikuss: Musique militaire, Nordic Walking

DEZEMBER 2025

1.12.	Mé	Fit mam Kiosk, Yoga, Yin Yoga, Komm mär beweegen eis, Keelen, Gitarre débutant, Gitarre avancé
2.12.	Dë	Turntreff, Mëttesdësch, Treff beim Kiosk, Bibliothéik
3.12.	Më	Fit mam Kiosk, Diamond Painting, Do you speak English, Line Dance, Yoga, Escher Theater: Achtsam Morden
4.12.	Do	Turntreff, Pilates, Cours: Word, Kreativen Treff, Dëschtennis
5.12.	Fr	Ausfluch: Tréier, Sëtzyoga, Bingo, Nordic Walking
8.12.	Mé	Fit mam Kiosk, Yoga, Yin Yoga, Komm mär beweegen eis, Gitarre débutant, Gitarre avancé
9.12.	Dë	Turntreff, Djembé, E Kranz bastelen mam Nadine, Treff beim Kiosk, Bibliothéik, Emmett
10.12.	Më	Fit mam Kiosk, Patchwork, Sophrologie, Petanque, Yoga
11.12.	Do	Turntreff, Trëppeltour, Pilates, Kreativen Treff, Ölmalerei, Dëschtennis
12.12.	Fr	Ausfluch: Bonn, Sëtzyoga, Shuffleboard, Bingo, Nordic Walking
14.12.	So	Chrächtnomëtteg
15.12.	Mé	Fit mam Kiosk, Aidant.lu, Komm mär beweegen eis, Keelen, Gitarre débutant, Gitarre avancé
16.12.	Dë	Turntreff, Treff beim Kiosk, Bibliothéik
17.12.	Më	Fit mam Kiosk, Diamond Painting, Line Dance, Owes net eleng
18.12.	Do	Turntreff, Reflexologie, Kreativen Treff, Liesgrupp, Artikuss: Die stille Nacht

Äert Clubhaus ass zou vum 20. Dezember bis den 4. Januar 2026

Pilates mat dem Pia Lickes



© www.pixabay.com



Die Pilates-Methode ist ein systematisches Ganzkörpertraining zur Kräftigung der Muskulatur, primär von Beckenboden, Bauch- und Rückenmuskulatur. Das Pilatestraining kann auf der Matte und an speziell entwickelten Geräten stattfinden.

Das Training umfasst Kraftübungen, Stretching und bewusste Atmung.

Le cours de Pilates est adapté à tous, peu importe l'âge ou la capacité physique. Respiration profonde coordonnée avec des mouvements qui allongent les muscles, relâchent les tensions, alignent la colonne vertébrale, corrigent les déséquilibres musculaires et vous aident à contrôler votre corps.



Donnerstags / jeudi
18.09., 25.09.,
02.10., 09.10., 16.10.,
23.10., 30.10.,
13.11., 20.11., 27.11.,
04.12., 12.12.



9h30 - 10h30



Rendez-vous
Club Haus



Lëtzebuergesch,
français



120 € (12 séances)



Iwwerweisen:
„Pilates“



Mitbringen:
bequeme Kleidung,
Getränk, Turnmatte.



UMELDUNG: ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu



Sitz Yoga mit Nadia Winckel

Sitz-Yoga ist eine spezielle Form des Yoga, bei der die Übungen (Asanas) hauptsächlich im Sitzen auf einem Stuhl durchgeführt werden. Diese Methode eignet sich besonders gut für ältere Menschen oder Personen mit eingeschränkter Mobilität, da sie gelenkschonend ist und dennoch die Flexibilität, Stärke und das allgemeine Wohlbefinden verbessert.

Was sind die Vorteile von Sitz Yoga für ältere Menschen?

- 1. Verbesserung der Beweglichkeit:** Sitz-Yoga hilft dabei, die Gelenke sanft zu bewegen und die Flexibilität zu erhalten.
- 2. Förderung der Durchblutung:** Durch gezielte Bewegungen und Atemübungen wird die Durchblutung angeregt, was dazu beiträgt, dass der Körper mit mehr Sauerstoff versorgt wird und die Organe besser arbeiten.
- 3. Stressabbau und Entspannung:** Yoga betont die Verbindung zwischen Atmung und Bewegung, was hilft, den Geist zu beruhigen und Stress abzubauen.
- 4. Kräftigung der Muskulatur:** Auch im Sitzen können wichtige Muskelgruppen gestärkt werden, was die Stabilität und das Gleichgewicht fördert.
- 5. Verbesserung der Körperhaltung:** Sitz-Yoga hilft dabei, eine gesunde Körperhaltung zu entwickeln und aufrechtzuerhalten.

Sitz-Yoga ist eine wunderbare Möglichkeit für ältere Menschen, sich sanft zu bewegen, Stress abzubauen und das allgemeine Wohlbefinden zu steigern. Es ist leicht durchzuführen und kann individuell an die eigenen Bedürfnisse angepasst werden. Mit regelmäßiger Praxis wird es nicht nur Ihren Körper stärken, sondern auch Ihren Geist beruhigen und zu mehr innerer Ausgeglichenheit führen.



Freides / vendredi
19.09., 26.09.,
03.10., 17.10.,
24.10., 31.10.,
14.11., 21.11.,
05.12., 12.12.



09h30-10h30



Rendez-vous
Club Haus



Mitbringen:
Turnmatte, bequeme
Kleidung, Getränk,
*À emporter: tapis gym-
nastique, vêtements
confortables, boisson*



Lëtzebuergesch,
deutsch, français



160 € (10 séances)



Iwwerweisen:
„Sitz yoga“



UMELDUNG: ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

Fit mam Kiosk mat dem Myriam Sagramola



„Wer rastet, der rostet“ ist eine bekannte Redensart. Die Wichtigkeit von regelmäßiger Bewegung wird mittlerweile nicht mehr bezweifelt. Die positiven Auswirkungen auf Muskeln, Gelenke, Herz-Kreislauf, Atmung Immunsystem ... und nicht zu vergessen, die Psyche, sind unbestritten.

Das Programm ist so zusammengestellt, dass jeder seinen Rhythmus selbst bestimmen kann, Wandern rund um Schifflingen, leichte Kraft- und Dehnungsübungen im Club, Koordinations- und Gleichgewichtsübungen

Vous avez envie de faire du sport en bonne compagnie ? Avec un programme varié où chacun peut suivre son rythme ? Alors rejoignez ce groupe. Au programme: marche en forêt, exercices de coordination et d'équilibre, exercices de musculation doux.

⚠ Turnmatte, bequeme Kleider, Getränk

📄 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu



Montag / lundi
(Trèppelgrupp,
groupe de marche
pédestre)



09h00 - 10h00



Mittwoch / mercredi
(Turngrupp, groupe
de gymnastique)



09h00 - 10h00



Rendez-vous
Club Haus



Lëtzebuergesch,
français, deutsch



22 € (10 séances)



bezahlt wird an Ort
und Stelle, *paiement
sur place*

Trëppeltour zu Bartreng



**Donneschdes / jeudi
16.10.**



*D'Auerzäit get lech
nach matgedeelt/
l'heure vous sera
communiquée
ultérieurement*



Rendez-vous
Gare Quai 2
Richtung Stad /
Gare de Schiffange
quai 2 direction
Luxembourg



Wanderschong,
wiederentspreechend
Kleedung, Waasser
chaussures de
randonnée, vêtements
adaptés à la météo,
de l'eau



Lëtzebuergesch,
français, deutsch



Gratis

Mär ginn op Bartreng. Dëse flotten Autopedester vun ongeféier 7,6 km starte mär zu Leideleng op der Gare an dann trëppele mär erof Richtung „Ënneschte Bësch“ deen tëscht Bartreng a Leideleng läit. Dëse Wee ass net schwéier a verleeft praktesch ganz duerch de Bësch, mat vill Schied wou ee gemitterlech goe kann an einfach d'Rou vun der Natur genéisze soll. Mëllt lech séier un.

Cette fois-ci nous allons à Bertrange faire l'autopedestre de 7,6 km. Nous commençons ce tour à la gare de Leudelange et nous iront direction Ënneschte Bësch qui se situe entre Leudelange et Bertrange. Ce chemin n'est pas difficile, tout le tour se fait pratiquement en forêt où il y a beaucoup d'ombre et où nous pourrions savourer la tranquillité de la nature.



UMELDUNG: ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

Autopedestre Leideleng



Haut geet et op Leideleng. Dëse kuerzen a rouege Wee verleeft duerch Leideleng wou et lues awer sécher Richtung Leidelengerbësch geet. Iwwert Felder trëppele mär och mee dat meescht vum Wee ass am Bësch. Dëse Wee ass ongeféier 5 km laang an ass einfach ze goen a jidderee ka matgoen. Mëllt lech séier un.

Aujourd'hui, nous allons à Leudelage. Ce sentier court et tranquille traverse Leudelage et se dirige lentement mais sûrement vers la forêt. Nous traversons également des champs, mais la majeure partie du chemin se déroule en forêt. Ce sentier d'environ 5 km est facile à parcourir et accessible à tous. Inscrivez-vous vite.

 **UMELDUNG:**  26 54 04 92
 info@beimkiosk.lu



**Donneschdes / jeudi
20.11.**



D'Auerzäit get lech nach matgedeelt/
l'heure vous sera communiquée ultérieurement



Rendez-vous
Schëffleng op der
Gemeengeplatz
A Schiffflange devant la commune



Wanderschong,
wiederentspriedend
Kleedung, Waasser
chaussures de randonnée, vêtements adaptés à la météo, de l'eau



Lëtzebuergesch,
français, deutsch



Gratis

Mär gin op de Gaalgebierg



**Donneschdes / jeudi
11.12.**



*D'Auerzäit get lech
nach matgedeelt/
l'heure vous sera
communiquée
ultérieurement*



Rendez-vous

Schëfflenger Gare
Richtung Esch Quai 1
A la gare de
Schifflange direction
Esch quai 1



*Wanderschong,
wiederentsprechend
Kleedung, Waasser
chaussures de
randonnée, vêtements
adaptés à la météo,
de l'eau*



Lëtzebuergesch,
français, deutsch



Gratis

Kommt mat mär gin op Esch op de Gaalgebierg. Mär treffen eis op der Escher Gare wou mär zesummen iwwert Passerelle Richtung Gaalgebierg trëppelen. Et ass eng Platz fir d'Rou vun der Natur ze geneissen a vum ganze Stress vum Alldag ewech ze kommen. Dëse Wee wou sougutt wie ganz am Bësch verleeft huet ongeféier 6 km. Loosst lech dat net entgoen a mellst lech un. Nom Trëppeltour ka jiddereen op eege Fauscht eppes iesse goen.

Venez avec à Esch au « Gaalgebierg ». Nous nous retrouverons à la gare d'Esch où nous traverserons ensemble la passerelle en direction du Gaalgebierg. C'est un endroit idéal pour profiter du calme de la nature et échapper au stress du quotidien. Ce sentier, qui est pratiquement entièrement en forêt, est d'environ 6 km. Ne manquez pas cette occasion et inscrivez-vous. Pour le déjeuner tout le monde est libre d'y aller où il le souhaite.



UMELDUNG: ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

„Komm mär beweegen eis“

Bewegungs-Cours fir jidderee mam Nadine



© www.pixabay.com

Kierperlech Aktivitéit ass wichteg fir d'Autonomie ze erhalen an d'allgemeng Gesondheet vun de Senioren ze verbessern, och wann Där ënner Arthrose oder Osteoporos leid, Réckwéi- oder eng Prothees hutt. E geziilten an doucen Trainingskreeslaf kann hëllef, Flexibilitéit, Muskelkraaft a Gläichgewiicht ze verbessere während de Risiko vu Fale reduzéiert an d'Péng entlaascht gëtt.

L'activité physique est essentielle pour maintenir l'autonomie et améliorer la santé globale des seniors, en particulier lorsqu'on souffre de conditions telle que l'arthrose, l'ostéoporose, les maux de dos ou en ayant une prothèse. Un circuit d'exercice doux, ciblé et adapté peut contribuer à améliorer la souplesse, la force musculaire et l'équilibre tout en réduisant les risques de chutes et en soulageant les douleurs.



All Méindes
tous les lundis



15h00 - 16h00



Rendez-vous
Club Haus



Matbréngen /
à emporter:
Turnmatt, bequeem
Kleeder, Gedréngs /
tapis de gymnastique,
des vêtements com-
fortables, une boisson



Lëtzebuergesch,
français, deutsch



22 € (10 séances)

 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu



Entdeckt d'Freed um Nordic Walking mat eisem Ufängergrupp



Freides / vendredi
all Freides
tout les vendredis



10h00 - 11h00



Rendez-vous
Club Haus



Matbrénge /
à emporter : Gudd
Schong, evt. Nordic
Walking Bengelen /
chaussures de marche,
evt. des bâtons de
Nordic Walking



Lëtzebuergesch,
français, deutsch



22 € (10 séances
bezuelt gëtt op der
Plaz, paiement sur
place)

Där wëllt aktiv bleiwen, nei Frënn fannen an d'Natur
genéissen? Da schléisst lech eisem Nordic Walking-
Grupp un!

Wat mär ubidden:

Gemeinschaft a Frëndschaft: Trefft Gläichgesënnten
an erfuerd d'Freed un der gemeinsamer Bewegung.

Gesondheetsfërdernd Aktivitéit: Nordic Walking ass
schounend fir d'Gelenker a stäerkt de ganze Kierper.

Eis Trainerin, Marozzi Annie, passt den Tempo Äre Be-
dürfnisser un a gëtt lech praktesch Rotschléi.

Dëse Grupp ass onofhängeg vum Ärem Fitnesslevel.
Eleng oder mat Frënn, all sidd der häerzlech wëllkomm!

*Vous voulez rester actif, rencontrer de nouveaux amis et
profiter de la nature ? Alors, rejoignez notre groupe de
Nordic Walking pour débutants !*

Ce que nous offrons :

Communauté et amitié: Rencontrez des personnes
partageant les mêmes idées et découvrez la joie de
l'exercice en groupe.

Activité bénéfique pour la santé: La marche nordique
est douce pour les articulations et renforce l'ensemble
du corps.

*Notre instructrice adapte le rythme à vos besoins et
vous donne des conseils pratiques.*

*Ce groupe est ouvert à tous, indépendamment de votre ni-
veau de condition physique. Que vous soyez seul ou avec
des amis, tout le monde est chaleureusement accueilli !*



UMELDUNG: ☑ 26 54 04 92



info@beimkiosk.lu

Weitere sportliche Angebote für Senioren in Schifflingen

Seniorenturnen mit Myriam Sagramola	Dienstag von 15.30 bis 16.30 Uhr (ausser in den Schulferien) Treffpunkt: Turnsaal der Schule Lydie Schmit in Schifflingen, rue de la Forêt.
Aquagym mit Aldin Civovic	Dienstag von 16.30 bis 17.15 Uhr (ausser in den Schulferien) im Schwimmbad der Schule Lydie Schmit in Schifflingen, rue de la Forêt.
Line- und Blocktanz	Donnerstag von 15.45 bis 16.40 Uhr (ausser in den Schulferien) Treffpunkt: Turnsaal der Schule Lydie Schmit in Schifflingen, rue de la Forêt.
Tänze aus der ganzen Welt in geselliger Runde	Donnerstag von 16.50 bis 17.45 Uhr (ausser in den Schulferien) Treffpunkt: Turnsaal der Schule Lydie Schmit in Schifflingen, rue de la Forêt.

Autres activités sportives pour seniors dans la commune de Schiffflange

Gymnastique pour seniors avec Myriam Sagramola	Mardi de 15.30 à 16.30 heures (en-dehors des vacances scolaires) Rendez-vous à la salle d'éducation physique de l'école Lydie Schmit à Schiffflange, rue de la Forêt.
Aquagym avec Aldin Civovic	Mardi de 16.30 à 17.15 heures (en-dehors des vacances scolaires) à la piscine de l'école Lydie Schmit à Schiffflange, rue de la Forêt.
Line Dance	Jeudi de 15h45 à 16h40 (sauf pendant les vacances scolaires) Rendez-vous à la salle d'éducation physique de l'école Lydie Schmit à Schiffflange, rue de la Forêt.
Danses du monde dans un cadre convivial	Jeudi de 16.50 à 17.45 heures (sauf pendant les vacances scolaires) Rendez-vous à la salle d'éducation physique de l'école Lydie Schmit à Schiffflange, rue de la Forêt.

EMMETT-Technique mam Marie-Josée Blasen



www.emmett-therapy.com/de



© www.emmett-therapy.com/de



Dienstag / mardi
09.09., 21.10.
18.11., 09.12.



13h30 - 14h15
oder / ou
14h30 - 15h15
oder / ou
15h30 - 16h15



Rendez-vous
Club Haus



Lëtzebuergesch,
français, deutsch



50 €
(Sitzung / séance)



Iwwerweisen:
„Emmett“

Emmett ist eine Technik, die es ermöglicht, durch Berührung und Stimulation von Schlüsselpunkten Muskelverspannungen sanft zu lösen. Durch Muskelentspannung wird der Lymphfluss angeregt, die Beweglichkeit wieder hergestellt und Blockaden gelöst. Ziel dieser Methode ist es, den Körper wieder ins Gleichgewicht zu bringen und so das Wohlbefinden und die Entspannung zu steigern.

Einzelbehandlungen von jeweils 45 Minuten

Emmett est une technique qui permet, par le toucher et la stimulation de points clés, de libérer en douceur les tensions musculaires. Grâce à la détente des muscles, le flux lymphatique est stimulé, la mobilité est restaurée et des blocages sont libérés. Cette méthode vise à ramener le corps à un équilibre et de renforcer ainsi le bien-être et la détente.

Séances individuelles de 45 minutes

📧 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

Lies-Grupp beim Kiosk Club de lecture



Ein gutes Buch zu lesen, ist immer ein Glück. Es mit anderen gemeinsam zu lesen, kann noch viel gewinnbringender sein, denn Lesen verbindet.

In diesem Literaturkreis wird sich einmal pro Monat getroffen, um sich über Bücher auszutauschen. Bei den besprochenen Büchern kann es sich um deutsche, französische oder luxemburgische Lektüre handeln - die Gruppe beschließt zusammen, was sie angehen und diskutieren wollen.

Lire un bon livre est toujours un bonheur. Le lire avec d'autres peut être encore plus bénéfique, car la lecture crée des liens. Ce cercle littéraire se réunit une fois par mois pour discuter de livres. Les livres discutés peuvent être des lectures allemandes, françaises ou luxembourgeoises - le groupe décide ensemble de ce qu'il veut lire et en discuter par la suite.



Donnerstag / jeudi
11.09., 25.09.,
23.10., 20.11., 18.12.,



14h15 - 15h45



Rendez-vous
Club Haus



Lëtzebuergesch,
français, deutsch



Gratis

 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

Akustesches Gittare spille léieren

Cours de guitare acoustique

Pour débutants et pour avancés



© www.pixabay.com



Méindes / lundi
15.09., 22.09., 29.09.,
06.10., 13.10., 20.10.,
27.10., 10.11., 17.11.,
24.11., 01.12., 08.12.,
15.12.



Débutants: (1 h.)
09h00 - 10h00
Avancés: (1,5 h.)
10h00 - 11h30



Rendez-vous
Club Haus



Débutants: Carnet
4 séances: 120 €
Avancés: Carnet
4 séances: 156 €



Lëtzebuergesch,
français



Iwwerweisen:
Vermierk „Gittare“
Versement:
mention « guitare »

Där wollt schonns ëmmer Gittare spille kënnen, mee hat bis elo ni déi richteg Zäit?

Dann bidde mär lech elo d'Méiglechkeet Är musika-lesch Oder ze entwéckelen.

Am Cours vum Marius Romanno léiert Där am klengen Grupp wat een alles op enger akustescher Gittare spille kann. All Museksrichtung gëtt ugeschnidden an et brauch ee keng Virkenntnesser ze hunn oder Solfège gemaach ze hunn.

Déi restlech Coure vum Carnet kënnen net zeréck bezuelt ginn, mee kënnen reportéiert ginn op zukünfteg Couren. Där sidd gebieden lech ofzemelle falls Där net an de Cours komme kënn, anerefalls gëtt dës Cours facturéiert.

Cours de guitare acoustique pour débutants en groupe.

Les séances restantes du carnet ne sont pas remboursables, mais reportables aux cours futurs. Une absence au cours non excusée sera facturée.



Matbréngen: eng akustesches Gittare, ee Classeur mat plastiks Poschetten

A emporter: guitare acoustique, classeur et pochettes en plastique

UMELDUNG: 26 54 04 92

info@beimkiosk.lu

„Där maacht keng Foto-Där erschaaft se“ - Foto Cours

„Där maacht keng Foto, Där erschaaft se.“ (Ansel Adams) Dese Cours vum Schëfflenger Foto Club riicht sech un all déi, déi méi ewéi just nëmme knipse wëllen, mee déi schéi Fotoe maache wëllen a Freed drun hunn se ze weisen.

Där léiert déi wichtegst Begrëffer aus der Fotografie kennen. Heizou gehéieren:

- Wéi funktionéiert e Fotoapparat?
- Wéi stellen ech mäin Apparat a mat Blend, Zäit an ISO?
- Wéi beliichten ech richteg?
- Wéi gesäit eng gutt Bildkompositioun aus?
- Wéi ginn ech mat Liicht a Schied ëm?

Nieft den theoreteschen Erklärungen gi Praxisübungen bannen a bausse gemaach. Déi bescht Fotoe vun de Partecipanten ginn zum Schluss an enger Ausstellung gewisen.

Dese Cours riicht sech un all déi, déi keng oder wéineg Virkenntnesser hunn, déi awer de Spaass un der Fotografie entdecken a weiderentwéckele wëllen. Dobäi spillt et keng Roll, wat fir en Equipement dir hutt, egal ob eng Spigelreflexkamera, eng Systemkamera oder e Smartphone. Bréngt fir de Cours Ären Apparat mat.

Vous apprenez à connaître les notions les plus importantes de la photographie dont notamment :

- *Comment fonctionne un appareil photographique ?*
- *Comment régler correctement l'ouverture, la vitesse d'obturation et la sensibilité ISO ?*
- *Comment gérer correctement la luminosité ?*
- *Quelles sont les règles de la composition d'une belle photo ?*
- *Comment gérer la lumière et les ombres ?*

A côté des explications théoriques, des exercices pratiques sont effectués à l'intérieur et à l'extérieur.

Ammenez votre appareil au cours.

 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

 **info@beimkiosk.lu**



Dönschdes / **mardi**
16.09., 23.09., 30.09.,
07.10., 14.10., 21.10.



10h00 - 12h00



Rendez-vous
Club Haus



Lëtzebuergesch,
français



72 € (6 séances)



lwwerweisen:
„Fotocours“



PHOTO
Club
Schëffleng

**Initiation à
la photographie
-
Principes de base**

Do you speak English?



© www.pixabay.com



Mëttwochs / mercredi
17.09., 24.09., 01.10.,
08.10., 15.10., 22.10.,
29.10., 12.11., 19.11.,
26.11., 03.12.



Cours A:
English Conversation
(Avancés):
13h30 - 15h00
Cours B: Basic English
15h15 - 16h45



Rendez-vous
Club Haus



Lëtzebuergesch,
englesch



165 € (11 Coursen)



Iwwerweisen: „English
A“ oder „English B“

Där sidd intresséiert, fir dës international Sprooch opzefrëschen (ze léieren) oder ze verdéiwen?

Där mengt äert Englesch war agerascht oder net gutt genuch? Kommt a kuckt op dat och wierklech de Fall ass a léiert Englesch, an dëst op eng flott an interessant Aart a Weis. Wou Där net allze vill mat Grammaire an Orthographie geplot gitt mee wou et virun allem drëms geet, englesch ze schwätzen?

Dëst fir besser eens ze ginn an eisem multikulturelle Land oder an der Vakanz oder ganz einfach aus Intressi. De Cours English Conversation erlaabt et iech äert geschwaten Englesch unzewenden an enger flotter Atmosphère. De Cours Beginners geet méi lues un d'Saach erun a begleet iech step by step fir äert Wësse vun der Sprooch ze stäerken an ze festegen.

De Mike Goergen, Enseignant, begleet Iech op Ärem Wee.

Cours d'anglais tenu par Monsieur Mike Goergen.

📄 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

Réflexologie : plantaire ou palmaire avec Lilou Macis



La réflexologie plantaire est une médecine douce qui est utilisée pour relâcher les tensions. Elle fait atteindre un état total de relaxation, réduit le stress et nettoie le corps de ses toxines. Elle est une forme de prévention, rééquilibre tous les systèmes du corps, renforce le système immunitaire, calme les douleurs, améliore la circulation sanguine. La réflexologue travaille sur la globalité de la personne, mental, physique et émotionnel. Ça ne fait pas mal mais aide le corps à se nettoyer et favoriser le corps à s'autoguérir.

La réflexologie est destinée à toute personne de tout âge qui a besoin de se détendre. Ce soin est complémentaire mais ne remplace pas un traitement médical.

Réflexologie palmaire est la même pratique que pour la réflexologie des pieds. Pour ceux qui préfèrent un soin des mains au lieu d'un soin des pieds.

Séances individuelles de 60 minutes

Eenzelbehandlungen vu 60 Minutten, sot bei Ärer Umeldung op et fir d'Féiss oder d'Hänn ass.

 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

 **info@beimkiosk.lu**



Donneschdes / jeudi
18.09., 16.10.,
27.11., 18.12.



09h00 - 10h00
oder / ou
10h15 - 11h15
oder / ou
11h30 - 12h30
oder / ou
14h00 - 15h00
oder / ou
15h15 - 16h15



Rendez-vous
Club Haus



Français



90 Euro
Sitzung / séance



Iwwerweisen:
„Reflexologie“

Djembé mam Boawesse Marcel



Dënschdes / *mardi*
23.09., 07.10.,
21.10., 11.11.,
25.11., 09.12.



9h30 - 11h00



Rendez-vous
Club Haus



Lëtzebuergesch,
français



90 € (6 Cours)



Iwwerweisen:
„Djembé“

Där hutt Freed drun Musek ze maachen, mat Äre blous-sen Hänn Téin a Rhythmen aus dësem interessanten Instrument erauszehuelen an ze entdecken, da mellst lech séier un. De Marcel wäert lech mat Begeeschterung a Spaass uléieren. Hien suert och dofir, dass mär genuch Material zur Verfügung hunn.

Vous avez la musique dans le sang et envie de vous essayer au Djembé? Monsieur Boawesse saura vous inspirer avec beaucoup d'enthousiasme. Le matériel est mis à votre disposition.

📧 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

Kachatelier Mullenzopp



Am Hierscht schmaachen d'Mullen extra gutt. Dës Kéier präparéiere mir se awer mol op eng aner Aart a Weis. Wat heiru flott ass, et kann een d'Zopp den Dag virdru präparéieren, sou ass des Aarbecht schonns gemaach fir wann ee Besuch huet.

D'Mullenzopp eegent sech och gutt aus Amuse Bouche vir virunengem lessen.

Dësen Atelier gëtt vum Dominique geleet.

Nom kache gëtt geschmaacht a jidderee kritt 1 gutt Portioun Mullenzopp matheem.

Bréngt w.e.g e Schiertech mat.



Dëschdes / *mardi*
23.09.



9h00 - 11h00



Rendez-vous
Club Haus



Maximum
6 Personen /
6 personnes



Lëtzebuergesch



27 €



Iwwerweisen:
„Kachatelier
Mullenzopp“

 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

Club Haus goes DIGITAL FOR EVERYONE



© www.pixabay.com

Fotobicher erstellen oder mam WORD ëmgoe kënnen-
all dës Saache begleeden eis haut an eisem Alldag,
a stellen eis munchmol virun eng Rei Challenges. Fir
fit ze ginn an der digitaler Welt bidde mär follgend
Coursen, ënnert der Leedung vun der Mme Christiane
Gnad vun InfoSupport un.

*Smartphone, courriel, banque en ligne, création de
livres photo: tout cela nous accompagne dans notre vie
quotidienne et présente souvent de nombreux défis. Afin
de vous préparer au monde numérique, nous proposons
les cours suivants, animés par Mme Christiane Gnad
d'InfoSupport.*

📧 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

Fotobuch gestalten mit CEWE

Fotos verwalten, Cewe Programm installieren oder online arbeiten, Formate und Papier auswählen, Fotos, Rahmen, Text, Seitenlayout, Cartoon oder Landkarten einfügen, praktisches Arbeiten.



© www.pixabay.com

⚠ Matbrennen / à emporter: Laptop oder Tablett - KEEN SMARTPHONE

Traitement de texte WORD

Was kann man alles mit WORD schreiben, speichern, wieder aufrufen, ausdrucken und welche andere Anwendungen können dir mit WORD das Leben erleichtern?



© www.pixabay.com

⚠ Matbrennen / à emporter: Laptop oder Tablett - KEEN SMARTPHONE

📄 UMELDUNG: ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu



Donneschdes / jeudi
25.09., 02.10.,
09.10.



09h30 - 11h30



Rendez-vous
Club Haus



Maximum
8 Personen /
8 personnes



Lëtzebuergesch,
français



50 Euro (3 x 2
Stonnen / heures)



Iwwerweisen:
„Fotobuch & NOM et
PRENOM”



Donneschdes / jeudi
16.10., 23.10.,
30.10., 13.11.,
20.11., 27.11., 04.12.



09h30 - 11h30



Rendez-vous
Club Haus



Maximum
8 Personen /
8 personnes



Lëtzebuergesch,
français



150 Euro (7 x 2
Stonnen / heures)



Iwwerweisen: Word &
NOM et PRENOM ”

Entdecken Sie die Pflanzenmalerei

A la découverte de la peinture végétale



www.teranga.lu



© www.pixabay.com



**Donnerstag / jeudi
25.09.**



14h00 - 16h30



Rendez-vous

TERANGA
(35, Av. de la
Libération,
3850 Schiffflange)



**Lëtzebuergesch,
français**



gratis / gratuit

Sind Sie kreativ und lieben Sie die Natur? Dann nehmen Sie an unserem spielerischen Workshop teil und lernen Sie, Ihre eigene Pflanzenfarbe herzustellen. Diese natürliche Farbe ist eine umweltfreundliche Alternative zu herkömmlicher Farbe und wird aus natürlichen Zutaten wie Obst, Gemüse, Blumen usw. hergestellt. Entdecken Sie die Vorteile der Pflanzenfarbe und lernen Sie, wie man sie herstellt, um anschließend Ihrer Kreativität freien Lauf zu lassen. Sie nehmen ein hübsches, zu 100 % naturfreundliches Kunstwerk mit nach Hause.

Vous êtes d'humeur créative et vous aimez la nature ? Alors, rejoignez-nous pour cet atelier ludique pour apprendre à créer votre propre peinture végétale. Cette peinture naturelle est une alternative écoresponsable à la peinture classique, créée à partir d'ingrédients naturels, comme des fruits, des légumes, des fleurs, etc. Découvrez les avantages de la peinture végétale et comment la fabriquer, pour ensuite laisser libre cours à votre créativité. Vous repartirez avec une jolie œuvre 100% respectueuse de la nature.

 **UMELDUNG: ☎ 26 54 04 92**

 **info@beimkiosk.lu**

Informationskonferenz:

Solarenergie a Photovoltaik am Alldag - einfach erklärt

An Zesummenaarbecht mat dem Service SUDD (Service de l'Urbanisme et du Développement durable-Schifflange)

D'Sonn schéckt keng Rechnung - mä vill Froen bleiwen. Solarenergie gëllt als Schlëssel fir eng nohaltég Zukunft - mee wéi fänkt een iwwerhaapt domat un? Wéi funktionéiert eng PV-Anlag? Wat kascht se, a wat bréngt se? A wat ass iwwerhaapt op menger Stroumrechnung lass? Mir lueden Iech härezech op eng kleng, praktesch Konferenz ronderëm d'Thema Solarenergie am privaten Ëmfeld an.

Wat erwaart Iech?

Verstees du deng Stroumrechnung?

Unhand vu konkrete Beispiller gëtt erkläert, wéi eng Stroumrechnung opgebaut ass, a wéi een op versteckte Käschtchen.

Lount sech eng PV-Anlag fir mech?

Wéi een einfach feststelle kann, ob eng Photovoltaikanlag op sengem Daach rentabel wier - praktesch erkläert.

PV-Anlag vu A bis Z

Wéi plangt een eng PV-Anlag? Wéi eng Subside gëtt et? A wéi leeft dat of?

Stroum selwer notzen a mat anere deelen

Wéi kann ech meng PV-Anlag optimal ausnotzen? Wat bedeit direkte Verbrauch, a wéi funktionéiert et, Stroum mat Noperen ze deelen?

Oppen Diskussiounsronn

En collaboration avec le Service SUDD, nous vous invitons cordialement à une petite conférence pratique sur le thème de l'énergie solaire et du photovoltaïque dans le domaine privé. Au programme : Comprendre sa facture d'électricité, Introduction au fonctionnement des panneaux solaires, Aperçu des subventions et du cadre juridique au Luxembourg, Conseils pour la planification et la mise en œuvre d'installations photovoltaïques.

📍 **UMELDUNG:** 📞 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu



**Donnerstag / jeudi
02.10.**



15h00 - 17h00



**Rendez-vous
Club Haus**



**Lëtzebuergesch,
français**



gratis / gratuit

SIE HELFEN EINEM EHEPARTNER, ELTERNTEIL,
EINEM KIND, EINEM FREUND ODER EINEM NACHBARN?

VOUS AIDEZ UN CONJOINT, UN PARENT,
UN ENFANT, UN AMI OU UN VOISIN ?



Der Dienst Aidants bietet Ihnen/
Le service Aidants vous propose:



UNTERSTÜTZUNG
SOUTIEN



INFORMATIONSANGEBOT
OFFRE D'INFORMATION



SCHULUNGEN
FORMATIONS



WORKSHOPS UND TREFFEN
ATELIERS ET RENCONTRES



info@aidant.lu

2755-3078

Ech hëllefen - a wien hëlleft mär?

Ëmmer méi Leit këmmere sech em eng Persoun déi hinnen no steet. Sief dat de Partner, d'Elteren, Frënn oder aner Familljememberen. Esou eng Hëllef dierf a soll een net ënnerschätzen, well et erfuerdert eng Rei Upassungen a sengem eegenen Alldag an oft steet ee virun enger Hellewull un net esou einfache Situatiounen.

- fir dass Där lech an dëser Roll net esou aleng fillt,
- fir dass Där een oppent Ouer fannt,
- fir dass Där déi néideg Informatiounen kritt fir Är nei Roll besser bewältegen ze kënnen,

bidde mär lech, zesumme mam Service Aidant, ee gemittlecht Treffen am klengen Krees un, wou Där Ënnerstëtzung kritt a wou Där spiert: „Hei hëlleft och een mär“!

De plus en plus de personnes s'occupent d'un proche. Que ce soit leur partenaire, leurs parents, leurs amis ou d'autres membres de leur famille. Il ne faut pas sous-estimer cette aide, car elle exige une série d'ajustements dans la vie quotidienne et place souvent la personne aidante dans une situation difficile et délicate.

- *pour que vous ne vous sentiez pas seul(e) dans ce rôle,*
- *pour que vous trouviez quelqu'un à qui vous adresser sans peur,*
- *pour obtenir les informations nécessaires pour mieux assumer votre nouveau rôle,*

nous vous invitons à participer, avec le Service Aidant, une rencontre informelle en petit comité, où vous recevrez un soutien et où vous pourrez dire: « Ici, on m'aide aussi! ».



www.aidant.lu/de/startseite



Meindes / *lundi*

06.10.,
10.11.,
15.12.



09h00 - 10h30



Rendez-vous
Club Haus



Lëtzebuergesch,
deutsch, français



gratis / *gratuit*

 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

 info@beimkiosk.lu

Sophrologie mam Hannah Ernster



Mëttwochs / mercredi
8.10., 12.11., 10.12.



9h30 - 10h30
oder / ou
10h45 - 11h45



Rendez-vous
Club Haus



Mitbringen /
*A ramener: Yogamatte,
Wasser, gemütliche
Kleider, tapis de Yoga,
de l'eau, vêtements
confortables*



Lëtzebuergesch,
französisch



95 €
(Sitzung / séance)



lwuerweisen:
„Sophrologie“

Die Sophrologie hat verschiedene Inspirationsquellen wie Yoga, japanisches Zen oder auch Hypnose. Es handelt sich um eine Technik, die es uns ermöglicht, durch verschiedene Atem- und Erdungsübungen an unserer inneren Achtsamkeit zu arbeiten.

Die Sophrologie bietet auch dynamischere Bewegungen, die dabei helfen, Verspannungen im Körper (oft im Nacken-, Schulter- und Rückenbereich) zu lösen.

Darüber hinaus ermöglicht es uns, uns dank mentaler Visualisierungen positiv in die Zukunft zu projizieren. Diese stimulieren den Geist und machen uns bewusst, welche Ressourcen wir uns aneignen müssen, um ein harmonischeres Wohlbefinden zu erreichen. Auch bei Einschlafstörungen oder Stressanfälligkeit kann es eingesetzt werden, um die innere Ruhe wiederzufinden.

Damit die Sitzung so gut wie möglich verläuft, muss sich die Person auf sich selbst konzentrieren und auf ihre Gefühle, Schmerzen oder Spannungen in ihrem Inneren hören.

Einzelbehandlungen von jeweils 60 Minuten.

La sophrologie a différentes sources d'inspiration tel que le yoga, le Zen japonais ou encore l'hypnose. C'est une technique qui permet de travailler la pleine conscience en nous à travers différents exercices de respiration et d'ancrage.

La sophrologie propose aussi des mouvements plus dynamiques qui permettent de relâcher les tensions du corps (souvent loger dans la nuque, les épaules et le dos).

Elle permet également de se projeter positivement dans le futur grâce à des visualisations mentales qui stimulent l'esprit à nous faire prendre conscience des ressources dont nous avons besoin d'acquérir pour tendre vers un bien-être plus harmonieux. Elle peut également être utilisée auprès de personnes qui ont des difficultés à trouver le sommeil ou qui sont sujettes au stress afin de retrouver un calme intérieur

Afin que la séance se passe au mieux, la personne a besoin de se centrer sur soi, d'écouter ses ressentis, douleurs ou tensions logés en soi.

Séances individuelles de 60 minutes.

Baakatelier mam Helder: Mandarinen-Limetten-Torte

Die Mandarinen-Limetten-Torte ist sowohl für einen gemütlichen Kaffeenachmittag als auch für die Feiertage als leichtere Dessert-Alternative geeignet. Der Quark in der Füllung macht sie für Tortenverhältnisse wunderbar leicht. Aromatische Limette und Mandarine sorgen für eine angenehme Frische.

Zusammen backt jeder für sich eine Mandarinen-Limetten-Torte. Jeder kann seine Torte nach Herzenslust mit der Tülle dekorieren.

Jeder nimmt eine Torte mit nach Hause ($\pm 15\text{cm } \emptyset$) deshalb soll jeder Teilnehmer einen Behälter zum Transport der Torte mitbringen.

Le gâteau à la mandarine et citron vert convient aussi bien comme un agréable goûter, que comme une alternative plus légère pour le dessert des fêtes de fin d'année. Le fromage blanc dans la garniture le rend merveilleusement léger, tandis que le citron vert et la mandarine assurent une fraîcheur agréable.

Chacun prépare un gâteau à la mandarine et au citron vert et peut le décorer comme bon lui semble en utilisant la poche à douille.

Chacun prend un gâteau à la maison ($\pm 15\text{cm } \emptyset$), pensez à apporter un récipient.



Méindes / lundi
03.11.



9h00 - 12h00



Rendez-vous
Club Haus



Maximum
6 Personen /
6 personnes



Lëtzebuergesch



25 € (alles abegraff/
ingrédients inclus)



Iwwerweisen:
„Mandarinen Torte“

📄 UMEELDUNG: 📞 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu



Atelier Choucroute: lebedige Tradition und fermentierte Vorzüge

Atelier Choucroute: tradition vivante et bienfaits fermentés

Begleiten Sie uns zu einem geselligen Nachmittag rund um die Zubereitung von Sauerkraut, diesem traditionellen Gericht, das uns mit der Erde, den Jahreszeiten und dem Know-how vergangener Zeiten verbindet. In der gemütlichen Küche von Teranga tauchen wir unsere Hände in den Kohl, um gemeinsam die Kunst der Milchsäuregärung, eine natürliche Konservierungsmethode, zu entdecken.

Sauerkraut ist ein Symbol für Teilen und Einfachheit und viel mehr als nur ein traditionelles Gericht: Es ist auch ein wertvoller Verbündeter für unsere Gesundheit. Reich an Probiotika, Vitaminen und Ballaststoffen, unterstützt es unsere Darmflora und stärkt unsere Abwehrkräfte.

Dieser Workshop bietet die Gelegenheit, beim Mitmachen zu lernen, eine Fertigkeit weiterzugeben, Fragen zu stellen, sich gegenseitig zu helfen ... und vielleicht sogar die Lust zu wecken, zu Hause selbst zu experimentieren.

Rejoignez-nous pour un après-midi convivial autour de la fabrication de la choucroute, ce plat ancestral qui nous relie à la terre, aux saisons, et au savoir-faire d'autrefois. Dans la cuisine chaleureuse de Teranga, nous plongerons les mains dans le chou pour découvrir ensemble l'art de la lactofermentation, une méthode naturelle de conservation.

Symbole de partage et de simplicité, la choucroute est bien plus qu'un mets traditionnel: elle est aussi une alliée précieuse pour notre santé. Riche en probiotiques, vitamines et fibres, elle soutient notre flore intestinale et renforce nos défenses naturelles.

Cet atelier est l'occasion d'apprendre en faisant, de transmettre un geste, de poser des questions, de s'entraider ... et peut-être même de faire germer l'envie de transformer chez soi.

Matbrenge / à emporter: Schiertech / tablier



www.teranga.lu



**Donneschdes / jeudi
27.11.**



14h00 - 17h00



**Rendez-vous
TERANGA
(35, Av. de la
Libération,
3850 Schifflange)**



**Lëtzebuergesch,
français**



gratis / gratuit

Diamond-Painting Treff



Diamond Painting, di modern Versioun vu „Malen nach Zahlen“ ass e kreativen Zäitverdreif, wou ee Stee fir Stee setzt, an duerno entsteet e flott Bild. Et ginn eng Rei vu Motiven, an et kann een sech och eege Biller drécke loossen, oder dat ganzt personaliséieren, d.h. eng Foto vun Iech oder Äre Léifste maache loossen.

Wie funktionéiert Diamond Painting?

„Die Technik von Diamond Painting ist einfach und funktioniert wie das Malen nach Zahlen auf vorgefertigten Flächen. Allerdings gestaltet man hier die Bilder nicht mit Farbe und Pinsel, sondern mit kleinen, bunten Steinchen. Indem man schillernde Strasssteine, Kristallsteine oder Diamanten ähnliche Steinchen aus Acryl in die vorgegebenen nummerierten Flächen füllt, erschafft man ein wundervolles und außergewöhnliches Kunstwerk.“

Niewent der kreativer Oder ass Diamond Painting och ganz wichteg fir d’Förderung vun der Feinmotorik an der Konzentratioun.

Wichteg ass och d’Geselligkeet. Zesummen am Grupp gëtt all 2 Woche gepaint, Iddien an Erfarunge kënnen ausgetosch ginn, an zesumme mat vill Freed a Spaass entstinn eis flott Painting Biller.



Mëttwochs / mercredi
03.09., 17.09.,
01.10., 15.10., 29.10.,
12.11., 26.11.,
03.12., 17.12.



9h00 - 11h00



Rendez-vous
Club Haus



Lëtzebuergesch,
deutsch, français



gratis

 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

 **info@beimkiosk.lu**

Ölmalerei für Anfänger und Fortgeschrittene



Donneschdes / jeudi

04.09., 25.09.,
02.10., 16.10.,
13.11., 27.11.,
11.12.



14h00 - 18h00
(Oppassen NET méi
um 13h00)



Rendez-vous
Club Haus



Lëtzebuergesch



35 € (1 Cours)



Iwwerweisen:
„Ölmalerei
mam Datum“



Mitbringen:
Leinwand, Pinsel,
Ölfarben (weiß, rot,
blau, grün und gelb)

Génie Frisch führt Anfänger in die Technik der Ölmalerei ein. Nach Erlangen des Basiswissens und den ersten Versuchen sind Ihrer schöpferischen Kraft keine Grenzen mehr gesetzt.

Sie haben bereits etwas Erfahrung mit der Ölmalerei? Sie wollen nun Ihre Kenntnisse erweitern und Ihre Technik verbessern? Auch dann sind Sie in diesem Kurs willkommen.

Sie können sich für einen einzigen oder für mehrere Kurse anmelden.

Maximum 6 Teilnehmer pro Kurs.

*Cours de peinture à l'huile pour débutants et avancés.
Vous pouvez vous inscrire à un ou à plusieurs cours.*



Fläisseg Hänn



Ënnert der Leedung vum Marie-Jeanne Claude trefft sech de Grupp vun de Fläissegen Hänn ee Mol d'Woch am Club Haus beim Kiosk fir a geselleger Ronn kreativ ze ginn. Dëst ënnert dem Motto: zesumme bitzt et sech besser a vill méi flott.

Reegelméisseg steet eng aner flott Bitz-Handaarbecht oder Bastelaarbecht um Programm. All Alter ass an dësem Grupp vertrueden a Wëllkomm.

All Kreatiounen ginn ëmmer fir ee gudden Zweck hiergestallt an da verschiddenen Organisatiounen um Enn vum Joer gespent.

Hutt dir elo Loscht kritt mat ze maachen?

D'Participatioun ass gratis.

Le groupe des « fläisseg Hänn » se réunit chaque mardi afin de créer des travaux manuels dans le but de les offrir à des œuvres caritatives.



Dënschdes / mardi



14h00 - 16h00



Rendez-vous

Club Haus



Lëtzebuergesch,
deutsch, français

 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

Patchworktreff ënnert Frënn



www.pixabay.com



Mëttwochs / mercredi
17.09., 01.10.,
15.10., 29.10.,
12.11., 26.11.,
10.12.



9h00 - 11h00



Rendez-vous
Club Haus



Lëtzebuergesch



gratis

Där maacht gäre Patchwork, mee wëllt net aleng doheem bitzen, hutt Loscht lech ënnerteneen auszetauschen an e gemittleche Mueren ënnert „Patchworkler“ ze verbréngen?

Dann ass dëst genau dat Richtegt fir lech.

All 2 Woche kënnst Där lech bei eis am Club Haus treffe fir zesummen ze bitzen.



UMELDUNG: ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

Filzatelier: Fee fir an de Blumen- stack mam Véronique Geimer



Feen aus Märchenwolle (Nadelfilzen / Trockenfilzen)

In diesem kreativen Kurs gestalten wir mit weicher Märchenwolle und der Filznadel kleine Feenfiguren. Schritt für Schritt entstehen aus farbenfroher Wolle zauberhafte Wesen, die sich wunderbar als Blumenstecker, zum Aufhängen oder als liebevolles Geschenk eignen.

Wir arbeiten mit der Nadelfilztechnik – eine schöne, ruhige Methode, bei der durch behutsames Stechen mit der Filznadel nach und nach filigrane Figuren entstehen.

Der Kurs ist auch für Anfänger geeignet - es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Lassen Sie sich inspirieren und entdecken Sie die Freude am Filzen in gemüthlicher Atmosphäre. Feen aus Märchenwolle - kreativ, zart und märchenhaft.

Jetzt anmelden und kreativ werden !!!



Freideg / Vendredi
03.10.,
10.10.



9h00 - 12.00



Rendez-vous
Club Haus



Lëtzebuergesch,
deutsch, français



Präis: 90€
(Material abegraff/
matériel inclus)



Iwwerweisen:
„Filzatelier“

 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

Halskette aus Glasperlen häkeln

Grundkurs für Anfänger mit Viviane Speller und Chantal Bley



Dönschdes / *mardi*
07.10., 14.10.,
21.10.



14h00 - 16h00



Rendez-vous
Club Haus



Maximum
6 Personen /
6 personnes



Lëtzebuergesch,
français



45 € (3 Kurse)
Material inbegriffen



lwwerweisen:
„Glasperlenkette“

Glasperlenketten lassen sich wunderbar Selbermachen und sind ein schöner Blickfang. Ein bisschen Geschick, Ideen, fachkundige Anleitung, das richtige Material und schon können Sie eigene Perlenketten häkeln.

In diesem 3 teiligen Grundkurs lernen Sie wie man aus Glasperlen die schönste Kette selber häkeln kann. Sie benötigen keine extra Grundkenntnisse, jeder kann mitmachen.

Mitbringen: Häkelnadel; Grösse N° 1.

 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

 info@beimkiosk.lu

Aquarelle chinoise

Atelier d'initiation

avec Madame MeiYun Su



D'chineesesch Aquarellmolerei, och bekannt als Tuschmolerei, ass eng traditionell asiatesch Konschtform, déi sech duerch hir fein Technik, speziell Materialien an eng déifgräifend Philosophie auszeechent. Och wann se - wéi d'westlech Aquarellmolerei - Waasser benotzt, befollegt se ganz spezifesch Reegelen aus der chinesescher Kultur. Madamm MeiYun Su wäert lech an dës raffinéiert Moltechnik aféieren, wou d'Einfachheet, d'Harmonie mat der Natur an e meditativen Zoustand am Mëttelpunkt stinn.

L'aquarelle chinoise (ou peinture à l'encre chinoise) est une forme traditionnelle de peinture asiatique qui se distingue par sa technique, son matériel, et sa philosophie. Bien qu'on la rapproche parfois de l'aquarelle occidentale en raison de l'utilisation de l'eau, elle suit des codes très spécifiques, issus de la culture chinoise.

Madame MeiYun Su vous initiera à cette méthode qui valorise la simplicité, l'harmonie avec la nature, et la méditation.

 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

 **info@beimkiosk.lu**



Méindes / lundi
13.10.



09h30 - 12h00



Rendez-vous
Club Haus



Français



50 € (Material abegraff / matériel inclus)



Iwwerweisen:
„Aquarelle chinoise“

Faszination Farbe

Malen mit Pigmenten - die Farben des Herbstes mit Dorette Polnauer



www.dorette-polnauer.de



**Donneschden /
Donnerstag
06.11.**



10h00 - 13h00



**Rendez-vous
Club Haus**



Deutsch



**60 € (Material inkl.
Matériel incl)**



**Iwwerweisen:
„Faszination Farbe“**

Spielerisch die Zusammensetzung verschiedener Farbpigmente kennenlernen und daraus Leimfarben entstehen lassen.

Zusammen mit Füllstoffen wie Marmormehl und entsprechenden Bindemittel überraschen uns unsere selbst hergestellten Farben, die wir dann auf recycelten Karton oder Papier experimentell ausprobieren können. „In die Farben eintauchen können ist ein Ausdruck über die sinnliche Erfahrung der Farbpigmente in ihrer Intensivität.

Selbst hergestellte Farben sind sparsamer, also somit nachhaltiger im Verbrauch und erweitern unser Verständnis was Farben für unser Leben direkt und unsere Umwelt bedeuten.

Nach ihrem Grafikstudium in Stuttgart arbeitete Dorette Polnauer als Dozentin an verschiedenen Schulen und Gymnasien in Deutschland und in Luxemburg. Sie hat an mehreren Buchillustrationen mitgewirkt. Seit 1985 arbeitet sie als freischaffende Malerin und hat immer wieder Ausstellungen von ihren Werken.

Für diesen Grundkurs ist kein Vorwissen nötig

 **UMELDUNG: ☎ 26 54 04 92**

 **info@beimkiosk.lu**



Kreative Blummecours „Kuschelige Tischdekoration“

An dësem Workshop weist d'Floristin Jeannette vum Floristik Atelier vu Fëlschdref Iech wéi ee Blummen a Blieder bearbechte ka fir doraus e schéint Arrangement ze gestalten.

Heifir braucht Däer keng Virkenntnesser oder extra Fäegkeeten, Jidderee ka matmaachen.

D'Fleuristin bréngt alles mat wat vu Material gebraucht gëtt.



www.floristikatelier.com



**Méindes / lundi
24.11.**



14h00 - 16h00



**Rendez-vous
Club Haus**



Lëtzebuergesch,
deutsch, français



55 €
(Material abegraff
matériel inclus)



Iwwerweisen:
„Kreative
Blummecours“

 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

Mir bastelen ee Chrëschtkranz



Dënschdes / mardi
09.12.



9h30 - 11h30



Rendez-vous
Club Haus



Lëtzebuergesch,
deutsch, français



25 € (Material abegraff/
matériel inclus)



Iwwerweisen:
„Chrëschtkranz“

Wéi wier et wann Där lech e bëssen Zäit géift huelen, fir lech selwer ze verwinnen, andeems Där lech lues awer sécher op d'Chrëschtdeeg virbereet? Mir lueden lech op e Bastelmoien an, dee vir jiddereen zougänglech ass, wou där ären eegene Chrëschtkranz maache kënn. De Kranz gëtt no Ärem Goût gemaach, alles an enger frëndlecher Atmosphär an am Chrëscht dagsfeeling. Keng Erfahrung ass néideg, Där musst just, Zäit a Loscht hunn vir är Kreativitéit fräi lafen ze loossen.

Et si vous preniez un moment pour vous faire plaisir en préparant les fêtes de Noël en douceur ? Nous vous invitons à une chaleureuse matinée de bricolage et accessible à tous pour fabriquer votre propre couronne de Noël. La couronne sera confectionnée à votre goût et tout ça dans une ambiance conviviale et dans l'esprit de Noël. Aucune expérience est nécessaire juste l'envie de créer et de partager un bon moment.



UMELDUNG: ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

Handarbeiten öfner Frönn- Kreativer Nachmittag



Sie stricken oder häkeln gerne und möchten sich über die neuesten Modelle unterhalten oder Sie haben Schwierigkeiten bei einem Muster? Die Lösung heißt **Stricktreff!** Gemeinsam stricken bringt Freude, macht Spaß und ist anregend. Bei einer Tasse Tee können alle zusammen kreativ sein und so gemeinsam schöne Stunden verbringen. Und auch Anfänger sollten keine Hemmungen haben, die Teilnehmer unterstützen sich gegenseitig! Es ist ein Kursbegleiter anwesend, jeder darf seine eigenen Modelle mitbringen. Es stehen Ihnen jedoch auch Zeitschriften zur Verfügung, aus denen Modelle kopiert werden können. Da die Teilnehmerzahl stark gestiegen ist, bitten wir um eine Kostenbeteiligung von 2 € pro Kurs. Um Anmeldung wird gebeten.

Groupe de travaux manuels (tricot, crochet). Bavarder, échanger des idées, partager son savoir sont le but de cette rencontre. Chacun crée ses propres modèles. Participation de 2 € par cours.



Donnerstag / jeudi



14h00 - 16h00



Rendez-vous
Club Haus



Lëtzebuergesch,
deutsch, français



2 € / Cours



Minimum 4 Teilnehmer damit der Kurs stattfinden kann.
Minimum
4 participants



UMELDUNG: ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

Zoppekichen

Och wann de Mëttesdësch just nach eemol de Mount funktionéiert, esou kënnst der awer ALL Dënschdes bei eis Är Zoppen siche kommen.

Zoppe kënnen ofgeholl ginn ab 14.00 Auer am Treff beim Kiosk.

Präis: 5 Euro

Bezuelet gëtt am Club Haus

Umeldungen si méiglech bis d'Woch virdrun Donneschdes.

16.09.	Porrettenzopp
23.09.	Gromperenzopp mat Wirschtercher
30.09.	Choufleurszopp
07.10.	Kürbiszopp
14.10.	Rëndfleischbitt
21.10.	Knuewelekszopp
28.10.	Tomatenzopp
04.11.	Keng Zoppekichen
11.11.	Champignonszopp
18.11.	Brokkoliszopp
25.11.	Ierbessenzopp
02.12.	Lënsenzopp
09.12.	Geméiszopp



UMELDUNG: ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

Mëttesdësch: Gudden Appetit

Wat steet wéini um Menü vu September bis Dezember 2025?

Ab September ass et esou, dass mär just nach 1x de Mount de Mëttesdësch ubidde kënnen.

16.09.	Ham, Fritten, an Zalot, Dessert
07.10.	Rouladë mat Spätzle a roudem Kabes, Dessert
11.11.	Geméiszopp mat Gromperekichelcher
02.12.	Schwéngsmignon mat Gromperen a Geméis, Dessert



Präis pro Menü: 17,50 € | bezuelt gëtt op der Plaz.

Umeldungen oder Ofmeldungen si méiglech bis d'Woch virdrun Donneschdes.
All Ofmeldung duerno gett iech facturéiert.

WICHTEG INFORMATIOUNEN:

Mär wëllen Iech nach eng Kéier drop opmierksam maachen, dass mär **kee professionelle Restaurant** sinn. Am Fall vu kuerzfristegen Ofmeldungen bleiwe mär op eise Wuere setzen a maachen dann en Defizit. Dofir wiere mär frou, wann der Iech an de gefroten Delaie géift un-, respektiv ofmellen, soss gesi mär eis gezwongen iech d'lessen a **Rechnung** ze setzen. Merci fir Äert Versteesdemech

📧 UMGELDUNG: ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

Treff beim Kiosk

All Dönschdeg ass Äre „Treff“ vu 14.30 Auer bis 16.30 Auer fir Iech op. Heiansdo steet nieft gemittlechem Zesummesinn a Poteren, Scrabbelen, Kaarten oder Rummicub spillen, Leit begéinen, sech hausmaacher Patisserie schmaache loosse. Heiansdo gëtt eppes Extraes uegebueden.

Le mardi, le «Treff beim Kiosk» ouvre ses portes à partir de 14.30 heures et prend fin vers 16h30.

Que ce soit pour voir du monde, papoter, consommer un délicieux dessert fait maison, jouer aux cartes, Scrabble, Rummicub, faire des ouvrages manuels ... L'offre change chaque semaine quant aux desserts et aux agapes salées proposés, aux stands d'exposition. Rejoignez cette cafeteria, seul(e) ou en compagnie de vos ami(e)s, connaissances.



16.09.	Aidant.lu stellt sech vir, Bicherdësch, Sandra Kihn: Schmuck an Holz, Handyberodung: hutt Där Froen zum Handy? Mä beroden Iech gär
23.09.	Verkauf vun hausmaacher Wäffelcher (op Bestellung)
07.10.	Alles ronderëm den Apel a Verkauf vun Äppel vum Pretemer Haff vu Lampech, Peggy Halsdorf mat senge Strécklieselen: geheekelt Accessoires
14.10.	Verkauf vu Feierstengszalot (op Bestellung)
21.10.	Bicherdësch, Handyberodung: hutt Där Froen zum Handy? Mä beroden Iech gär, Verkauf vu frëscher Brioche (op Bestellung)
11.11.	Mme Reuter verkeeft Saachen vun Magnetix, Adventskranzverkaaf vum Marie-Jeanne Claude, Chreschtkaarten - handmade - vum Netty Oberweis
25.11.	Bicherdësch, Handyberodung: hutt Där Froen zum Handy? Mä beroden Iech gär
02.12.	Verkaaf vum Carine Long sengen Pärlesschmuck Kreatiounen, Handyberodung: hutt Där Froen zum Handy? Mä beroden Iech gär
09.12.	Bicherdësch, Verkauf vu kleng Stollen (op Bestellung)
Vum 09. Dezember 2025 bis de 6. Januar 2026 ass KEEN Treff beim Kiosk	

📧 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

Bingo



Verbréngt e flotten Nomëtteg bei eis am Club.

Freides mëttes spille măr zesummen e puer Partië Bingo. Eng gutt Taass Kaffi an e Stéck Taart oder Kuch dierfen natierlech net feelen. Op d’Gewënner waart e klenge Kaddo.

Les vendredis après-midi, nous vous proposons de jouer au Bingo chez nous au Club. Pour cette occasion, la cafétéria sera ouverte. Veuillez-vous inscrire s.v.p. Merci de confirmer votre présence.



Freides / vendredi



14h00 - 15h30



Rendez-vous
Club Haus



Lëtzebuergesch



Gratis

 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu



Owes net eleng an de Restaurant- exklusiv fir Dammen



Mëttwochs / mercredi

24.09.

Restaurant MIA ZIA
(24, rue des Allies
L-4412 Belvaux-Sanem)

22.10.

Restaurant LA TABLE
DU CHEF
(19, rue du Commerce
L-3450 Dudelange)

19.11.

Restaurant Yamasakura
(69, Avenue de la Libération
L-3850 Schifflange)

17.12.

Restaurant BEIM
STADTHAUS
(12 Av. de la Libération
L-3850 Schifflange)



19h00



Rendez-vous
Restaurant



op der Plaz bezuelen,
paiement sur place

Där hätt Loscht owes iessen ze goen? Eleng traut Där lech awer net esou richtig? Et ass och net sou flott eleng wéi a geselleger Ronn. Dofir hu mär fir lech 1 Mol de Mount e Restaurant ausgewielt, fir zesummen e puer schéi Stonnen ze verbréngen.

Mär treffen eis meeschtens am Restaurant, iessen à la carte. De Grupp ass op 14 Leit begrenzt. Et gëtt direkt op der Plaz bezuelt: Är Umeldung ass awer verbind-lech aus Respekt virum Restaurant.

De Rendez-vous ass ëmmer am Restaurant um 19 Auer.

Umelle w.e.g.

Bezuelt gëtt hei individuell op der Plaz.

***Passer la soirée au restaurant, mais pas seule...
exclusivement pour les dames***

Vous avez envie de passer de bons moments dans un restaurant ? Mais y aller toute seule ne vous convient pas ? Nous vous proposons d'y aller en petit groupe (14 personnes max) 1 fois par mois le mercredi soir. Nous nous donnons rendez-vous au restaurant, mangeons à la carte, chacune paie sur place.

📍 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

✉ **info@beimkiosk.lu**

Hierscht-Thé Dansant mam Marc Zimmer

E gemittlechen Danznomëtteg, mat Walz, Marsch
asw. ...

Fir Stëmmung suergt de Marc Zimmer mat sengem
Keyboard a mat Lëtzebuerger Danzmusek.

An der Tombola erwaarden Iech vill flott Präisser an
hongereg muss och keen Heem goen.

*Venez danser, sur les rythmes de danse connus
présentés par Marc Zimmer.*



Samschdes / samedi
11.10.



14h00 - 17h00



Rendez-vous
Club Haus



Lëtzebuergesch



8 €



Iwwerweisen:
„The dansant“

 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

Wien gëtt Club Quiz Champion vum Kiosk 2025?



Quiz!



**Freides / vendredi
17.10.**



18h00 - 20h30



**Rendez-vous
Club Haus**



Lëtzebuergesch



5 € / Persoun



**Iwwerweisen:
„Club Quiz“**

E Quizowend, bal wéi fréier: Ouni Handy! - Kommt a spill mat.

Wëllt Där Äert Wëssen ënnert Beweis stellen a niewebäi e flotten a gesellegen Owend ënner Kolleegen oder mat der Famill verbréngen, da kënnst Där lech als Ekip vum 3-6 Leit umellen.

Fir lech am Laf vum Owend ze stäerken, ginn et Bréidercher a Gedréns.

Sot eis bei der Umeldung wien alles an Ärer Ekip ass.



UMELDUNG: ☎ 26 54 04 92

✉ info@beimkiosk.lu

Adventskalenner



Dëst Joer ass et fiert 6t dass mär lech mat eisem Adventskalenner all neien Dag vum Advent eng Freed maache wëllen. Vill flott Iddien, Tipps an Tricks, Rezepten a Bastel-Iddie waarden op lech. Mär géifen dës Kalenner op Bestellung fir lech kreéieren an da kënnt Däer en entweder am Club ofhuelen oder awer géint e klengen Oppräis geschéckt kréien. En Deel vum Erléis gëtt duerno fir e gudden Zweck gespent. Reservéiert e schonns am Viraus, mär soe Merci.

Ofzehuelen am Club ab dem **25.11.2025 fir 12 €**
oder geschéckt ab dem **26.11.2025 fir 14 €**.

€ 12 €
(ofzehuelen
am Club ab
dem 25.11.2025)
14 €
(geschéckt ab
dem 26.11.2025)

📄 **UMELDUNG:** ☎ 26 54 04 92
✉ info@beimkiosk.lu

Gemittlechen Chrëschnomëtteg mat Musek Gesang an ärem Club Haus



Sonndes / dimanche
14.12.



14h00 - 17h00



Rendez-vous
Club Haus



Lëtzebuergesch



gratis

Mir lueden Iech ganz häerzlech op eise Chrëschnomëtten an - e gemittlecht a stëmmungsvoll Zesummekommen an der schéinster Zäit vum Joer. Waat erwaart iech dem 3. Advent bei eis?

Musek a Gesank mam Fernand Fastro an sengem Accordeon.

Mat bekannten an traditionelle Lidder bréngt de Mike d'Häerzer zum Schwiewen – a jidderee ka matsangen! E Moment vu Freed an Zesummenhalt, wéi mer en am Advent esou schätzen.

Entdeckt mat Léift handgemaachte Kreatiounen, déi sech perfekt als kleng Chrëschtcadeauen oder Individuell Accessoiren eegnen:

- Chrëscht dagsartikelen vun den Fläissegen Hänn
- Handgemaachte Chrëschtkaarten vum Netty Oberweis
- Diamond Painting Cadeausideen
- Schein Streckereien vum Strecktreff
- Dekoartikel am Patchwork

Fir dat kierperlecht Wuel ass natierlech och gesuergt: Genéisst Kaffi a Kuch an eng waarm, gemittlecht Ambiente, déi de Chrëschtgeescht opliewe léisst.

Denkt drun Iech unzemellen.

Notizen | Notes

Notizen | Notes



*Mär wënschen Iech
schéi Feierdeeg an e gudden Rutsch*

*Nous vous souhaitons
un Joyeux Noël et une bonne Année*

**Äert Clubhaus ass zou
vum 20. Dezember bis
den 4. Januar 2026**



Club Haus

beim Kiosk

Club Haus beim Kiosk

11-15, rue CM Spoo

L-3876 Schiffflange

Tel. 26 54 04 92

info@beimkiosk.lu

Besicht eis
Internetsäit!

www.beimkiosk.lu

Club Haus am Becheler

15A, am Becheler

L-7213 Bereldange

Tel. 33 40 10 • becheler@50-plus.lu

www.ambecheler.lu

Club Haus Bien Sûr(e)

9, rue du Pont

L-6581 Rosport

Tel. 26 74 31 45 • info@biensure.lu

Club Haus am Brill

7, rue du Millénaire

L-8254 Mamer

Tel. 30 00 01 • clubhaus@mamer.lu

www.clubhausambrill.lu

Club Haus op der Heed

2, Kaesfurterstrooss

L-9755 Hupperdange

Tel. 99 82 36 • info@opderheed.lu

www.opderheed.lu



Club Haus
beim Kiosk

Gestionnaire Foyers

Seniors a.s.b.l.



Club Haus am Saitert

1, rue Jos Paquet

L-5872 Alzingen

Tel. 26 36 23 95 • info@amsaitert.lu

www.amsaitert.lu

Club Haus an de Sauerwisen

6, rue de la Fontaine

L-3726 Rumelange

Tel. 56 40 40-1 • sauerwisen@pt.lu

www.sauerwisen.lu

Treff Aal Schoul

Maison des Générations

33A, Grand-rue

L-8372 Hobscheid

Tel. 39 01 33 501 • treff@habscht.lu

www.treffaalschoul.lu



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Famille, des Solidarités,
du Vivre ensemble et de l'Accueil