

ERAUSGEPICKT

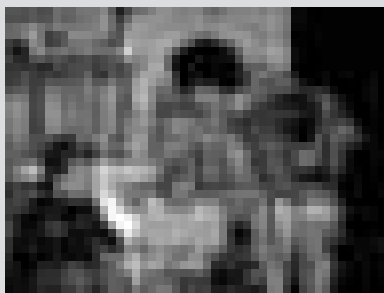
WAT ASS LASS | 21.12. - 06.01.



Aide pour parents stressés

L'Ecole des Parents Janusz Korczak organise, en collaboration avec le Groupe de coordination Ecole-Maison-Relais-associations un **séminaire de relaxation** pour parents qui a pour but de les aider à se retrouver et à se rendre compte de leurs propres limites, pour ainsi retrouver plus de sérénité et plus de joie dans la vie quotidienne. Ils apprendront la relaxation musculaire progressive selon Jacobson, d'être plus détendu grâce aux exercices de respiration et de relaxation et de devenir plus attentif et plus conscient de leurs propres idées. Le séminaire est tenu par Monique Spautz, conseillère diplômée spécialisée pour les questions liées au couple et à la famille à la Maison Relais 20, route de Luxembourg à Roodt-Syr, le **vendredi 18 janvier 2008 de 18h à 21h et le samedi 19 janvier de 9h à 16h30**. Un encadrement est prévu le samedi pour les enfants dans la Maison Relais. Vers 12h30 un déjeuner commun est prévu pour les participant-e-s au séminaire et les enfants. Les intéressé-e-s sont priés d'apporter des vêtements confortables, un matelas, des chaussettes et une couverture. L'inscription se fait auprès de la Eltereschoul au tél. 59 59 59 59 ou bien par courriel à l'adresse eltereschoul@kannerschlass.lu. Veuillez indiquer votre nom, le nom du séminaire, sa référence ES 278/08 et la langue dans laquelle vous souhaitez que le séminaire soit tenu (L ou F). Pour toute autre question, n'hésitez pas à contacter la Maison Relais au tél. 26 78 87-1.

Journée de formation



Après une tournée avec « Kaleidoscope » en octobre 2007 Christine Burnet et le Théâtre du Merle blanc reviennent à la Maison de la culture d'Arlon en

janvier 2008 avec le spectacle « Vagabondes ». A cette occasion, la comédienne propose le **samedi 19 janvier de 10h à 17h** une journée de formation pour institutrices, puéricultrices et animateurs d'ateliers théâtres ou autres. Avec Emile Hesbois, co-auteur de « Vagabondes » et autour du spectacle « Kaleidoscope », elle propose de créer une histoire à partir d'objets, de dessins etc. et de la jouer avec le groupe. Une journée pour découvrir une nouvelle grammaire du corps dans l'espace, pour développer le rythme dans le geste et pour créer un personnage dans une histoire collective. Les inscriptions se feront à la Maison de la Culture d'Arlon au tél. 0032 63 24 58 50.

Aide aux jeunes musicien-ne-s

Les Auditions Bertram Pohl Foundation offrent à de jeunes musicien-ne-s une formation musicale professionnelle complète sur un an ou les aide à finaliser un projet musical dans le cadre d'un accompagnement assuré par des professionnels du monde de la musique. Les auditions qui auront lieu du 25 au 28 février 2008 sont ouvertes à tout-e musicien-ne, compositeur-e,

instrumentaliste ou chanteur/chanteuse pop/rock entre 18 et 30 ans, autodidacte ou pouvant se prévaloir d'une formation musicale. Tous les styles de musiques actuelles, du Rock au Métal, de la Soul au R'n'B et du Rap à la Variété sont admis. Les inscriptions se feront jusqu'au 31 janvier 2008 inclus. Pour cela il suffira d'envoyer aux Auditions BPF à la Rockhal, Bertram Pohl Foundation, b.p. 79 L- 6905 Niederanven un dossier complet composé d'une biographie, d'un CV reprenant les principales expériences musicales, d'une photo ainsi que d'une copie du diplôme ou du certificat de formation musicale. Ne pas envoyer de démo audio! Tout dossier incomplet ou envoyé au-delà de la date limite ne sera pas pris en compte. Les candidat-e-s retenu-e-s pour l'audition à la Rockhal recevront une lettre de convocation leur précisant le jour et l'heure de leur passage, ainsi que les autres détails et modalités. Pour plus d'infos: sjour@bp-foundation.org

Amateur-Fotowettbewerb



Die Gemeindeverwaltung Roeser organisiert in diesem Jahr die 6. Ausgabe des Amateur Fotowettbewerbs „**Grand-Prix Edward Steichen**“ in Zusammenarbeit mit der lokalen Kulturkommission. Thema der diesjährigen Ausgabe ist **Die Beziehung zwischen den Menschen und den Tieren**. JedeR an diesem Wettbewerb interessierte AmateurfotografIn kann maximal drei Fotos in den Kategorien Schwarz-Weiß und Farbe einsenden. Die Bilder müssen mindestens die Dimensionen 13 x 18 und höchstens 20 x 30 haben und sollen **bis spätestens den 31.12** zusammen mit dem Teilnahmeformular, an die Gemeindeverwaltung Roeser geschickt werden. Die GewinnerInnen werden von einer Jury bestimmt. Verteilt werden jeweils ein 1., 2. und 3. Preis in beiden Kategorien. JedeR TeilnehmerIn kann nur einen Preis pro Kategorie gewinnen. Das komplette Reglement sowie die Teilnahmeformulare können bei der Gemeindeverwaltung Roeser abgeholt werden oder über Tel. 36 92 32 221 angefordert werden. Die Teilnahme an diesem Wettbewerb ist kostenlos.

Yoga pour tou-te-s

Le yoga apporte sagesse aux jeunes et secrets de jeunesse aux moins jeunes... On lui accorde toutes les vertus. Il évacue le stress, assouplit le corps, apporte détente et bien-être. De **janvier à mars 2008** l'Erwuessebildung propose **tous les vendredis soirs** un cours de yoga avec Dany Bellot-Steichen qui débutera le **11 janvier** à 18h. Les séances de **hatha-yoga** s'adressent à tout public, quel que soit l'âge, sans aptitudes particulières, aux débutant-e-s et aux intié-e-s. Elles se déroulent en deux temps: d'abord une heure **d'étirements** et de **pratiques posturales** très variées auxquels sera progressivement associé le contrôle du souffle. La pratique des postures se fait en dynamique rythmée sur la capacité respiratoire. Ensuite une demi-heure de **relaxation profonde**. Les séances auront lieu à la Salle de Méditation de la Clinique Ste-Zithe. L'inscription se fait jusqu'au 21 décembre par tél. 4 47 43-340 en mentionnant le numéro du cours 084140.



KONTERBONT

Krammarkt, Reichsstraße, Saarbrücken, 9h. Tel. 0049 681 9 05-35 53.

Découverte du tunnel entre la Pétrusse et le Pfaffenthal, visite guidée par Jean Heber, Musée d'Histoire de la Ville, Luxembourg, 15h. Tél. 47 96-45 70.

SO, 6.1.

MUSEK

Jekyll & Hyde, Musik von Frank Wildhorn, Saarländisches Staatstheater, Saarbrücken, 19h30. Tel. 0049 681 30 92-0.

Tscheschisches Symphonieorchester, Werke von Beethoven und Orff, Congresshalle, Saarbrücken, 20h. Tel. 0049 681 5 88 22-2 22.

The Homefront, Hardcore, ExHaus, Trier, 20h. Tel. 0049 651 2 51 91.

THEATER

Die Buddenbrocks + Ivanov, Matinée mit Frühstück, Saarländisches Staatstheater, Saarbrücken, 11h. Tel. 0049 681 30 92-0.

Eng schéi Bescherung, vum Alan Ayckbourn, iwwersat vum Tom Leick, mat Christiane Durbach, Sonja Neumann, Danielle Reuter, Danielle Wenner, Pierre Bodry, Claude Fritz, Christian Kmiotek, Joaquim Monteiro a Raoul Schlechter, Kapuzinertheater, Luxembourg, 15h. Tel. 47 08 95-1.

Nathan der Weise, dramatisches Gedicht von Gotthold Ephraim Lessing, Theater, Trier, 16h. Tel. 0049 651 7 18 18 18.

Back to the Roots, Salomé et Hérode, Rhythms in Time, danse contemporaine avec Dania Antinori et Tania Soubry, Mierscher Kulturhaus, Mersch, 17h. Tel. 26 32 43-1.

Hidden, chorégraphie de Carolyn Carlson, Théâtre, Esch, 20h. Tél. 54 09 16 / 54 03 87.

KONTERBONT

From the Counts of Luxembourg to the European City, guided tour of the permanent exhibition, Musée d'Histoire de la Ville, Luxembourg, 16h (GB). Tél. 47 96-45 70.