

LISTE DES
PARTICIPANTS :

- ♥ Amicale CGDIS- Corps Grand-Ducal d'Incendie et de Secours
- ♥ ALA - Association Luxembourg Alzheimer asbl
- ♥ ALAN – Maladies Rares Luxembourg asbl
- ♥ BLËTZ - Association Lux. des Concernés par un AVC asbl
- ♥ CNAPA - Centre National de Prévention des Addictions
- ♥ CHEM - Centre Hospitalier Emile Mayrisch
- ♥ Diddelenger Haus fir Senioren asbl
- ♥ ELA Luxembourg ASBL (Leucodistrophies)
- ♥ En Häerz fir kribbskrank Kanner asbl
- ♥ Gesond Diddeleng
- ♥ Heem.lu
- ♥ Hëllef Doheem
- ♥ HELP Aides et Soins à domicile
- ♥ Kanner-Jugendtelefon
- ♥ Ligue Lux. d'Hygiène Mentale
- ♥ Lux. Institute of Health - IBBL Integrated BioBank of Luxembourg
- ♥ Mäi Wëllen, Mäi Wee-Association pour le Droit de Mourir dans la Dignité Lëtzebuerg asbl.
- ♥ Parkinson Luxembourg asbl
- ♥ Patiente Verriedung asbl
- ♥ Planning familial
- ♥ Société Lux. de Cardiologie asbl

GESOND DIDDELENG
BP 73 16 route de Bettembourg,
L-3424 Dudelange
T 51 61 21 - 580
gesondiddeleng@dudelange.lu
www.facebook.com/gesondiddeleng



LISTE DER
TEILNEHMER:

BP 73 L-3401 Dudelange /// T 516121-1 /// ville@dudelange.lu
site web: www.dudelange.lu /// blog: www.ondiraitlesud.lu
f /villededudelange t @villedudelange i @villedudelange



DUDELANGE,
ON DIRAIT
LE SUD
LIEWE WÉI AM SÜDEN



CHÈRES CITOYENNES, CHERS CITOYENS DE DUDELANGE,

« La santé dépend plus des précautions que des médecins », disait l'écrivain Bossuet. Et c'est bien là l'approche des organisateurs de la 17ème édition de notre « **Matinée Santé** » qui devient la « **Semaine de santé virtuelle** » du 25 au 29 janvier 2021.

Notre semaine de santé a pour but d'informer sur les maladies et leur prise en charge, de donner des conseils pour éviter les maladies les plus courantes, et d'apprendre les bons gestes à adopter pour protéger sa santé.

La Ville de Dudelange organise depuis 2003 déjà, ensemble avec le groupe de travail « **Gesond Diddeleng** », une journée autour de la santé, et cette journée est devenue un rendez-vous incontournable à Dudelange.

L'édition 2021 présente plusieurs nouveautés : d'une part, elle s'étend sur une semaine entière, d'autre part, en raison des conditions sanitaires dues à la pandémie de covid-19, elle est virtuelle !

Découvrez le programme et prenez soin de vous !

Le collège des bourgmestre et échevins
Dan Biancalana, bourgmestre
Loris Spina, René Manderscheid,
Josiane Di Bartolomeo-Ries, Claudia Dall'Agnol, échevins

LA SEMAINE DE SANTÉ VIRTUELLE 25.01 > 29.01

Nous vous proposons cette année un programme virtuel. A partir du lundi 25 janvier, découvrez chaque jour le programme via le site www.ondiraitlesud.lu/sante et cliquez sur les thèmes qui vous intéressent.

Faites ainsi connaissance avec les institutions en relation avec la santé et la prévention, et participez activement aux cours (relaxation musculaire, yoga, zumba...)

DÉCOUVREZ LE PROGRAMME SUR www.ondiraitlesud.lu/sante
ENTDECKEN SIE DAS PROGRAMM AUF DER INTERNETSEITE www.ondiraitlesud.lu/sante

LIEBE BÜRGERINNEN UND BÜRGER VON DÜDELINGEN,

„Die Gesundheit hängt stärker von den Vorsichtsmaßnahmen ab als von Ärzten“, sagte der Schriftsteller Bossuet. Genau diese Aussage spiegelt den Ansatz der Veranstalter der 17. Ausgabe der Gesundheitsmatinee wider, die vom 25. bis zum 29. Januar als sogenannte „**Virtuelle Gesundheitswoche**“ stattfindet.

Hauptziel unserer Gesundheitswoche ist es, über die Krankheiten und die Behandlungen zu informieren, Ratschläge zu geben wie man die gängigen Krankheiten vermeiden kann und zu lernen sich richtig zu verhalten um seine Gesundheit zu schützen.

Die Stadt Düdelingen veranstaltet seit 2003 schon gemeinsam mit der Arbeitsgruppe „**Gesond Diddeleng**“ einen Tag rund um die Gesundheit. Diese Veranstaltung hat sich zwischenzeitlich zu einem festen Bestandteil der Düdelinger Agenda entwickelt.

Die Ausgabe 2021 hat einige Neuheiten vorzuweisen: Einerseits zieht sie sich über eine ganze Woche und andererseits wird sie bedingt durch die Gesundheitsbestimmungen wegen der Covid-19-Pandemie virtuell abgehalten!

Entdecken Sie das ganze Programm und bleiben Sie gesund!

Das Schöffenkollégium
Dan Biancalana, Bürgermeister
Loris Spina, René Manderscheid,
Josiane Di Bartolomeo-Ries, Claudia Dall'Agnol, Schöffen

DIE VIRTUELLE GESUNDHEITSWOCHE 25.01>29.01

Wir schlagen Ihnen dieses Jahr ein virtuelles Programm vor. Entdecken Sie ab dem 25. Januar jeden Tag unser Programm auf der Internetseite www.ondiraitlesud.lu/sante und klicken Sie sich durch die verschiedenen Themenfelder, die Sie interessieren.

Lernen Sie so unsere verschiedenen Einrichtungen kennen, die im Gesundheitsbereich und der Prävention tätig sind und nehmen Sie aktiv an Kursen teil (Muskelentspannung, Yoga, Zumba..)

PROGRAMME VIRTUEL

Retrouvez chaque jour un thème spécifique et assistez de chez vous à un cours sur : www.ondiraitlesud.lu/sante

Lu 25.01

Aide à domicile et encadrement

Help, Hëllef Doheem, Heem.lu, Diddelenger Haus fir Senioren asbl.

Cours : Zumba pour seniors

Mo 25.01

Pflege und Betreuungsformen

Help, Hëllef Doheem, Heem.lu, Diddelenger Haus fir Senioren asbl.

Kurse: Zumba für Senioren

Ma 26.01

Jeunes et enfants

Kanner-Jugendtelefon, En Häerz fir kribbskrank Kanner asbl.

Cours : Animation pédagogique pour enfants

Di 26.01

Jugendliche und Kinder

Kanner-Jugendtelefon, En Häerz fir kribbskrank Kanner asbl.

Kurse: Integrative Klangpädagogik für Kinder

Me 27.01

Prévention

Ligue Luxembourgeoise d'Hygiène Mentale, Centre National de Prévention des Addictions.

Cours : Yoga Gesond Diddeleng (en langue fr.)
Relaxation musculaire progressive Gesond Diddeleng

Mi 27.01

Vorbeugung

Ligue Luxembourgeoise d'Hygiène Mentale, Centre National de Prévention des Addictions.

Kurse: Yoga Gesond Diddeleng (in fr. Sprache)
Progressive Muskelrelaxation Gesond Diddeleng

Je 28.01

Institutions

IBBL (Integrated Biobank of Luxembourg), Centre Hospitalier Emile Mayrisch (CHEM), Mäi Wëllen, Mäi Wee-Association pour le Droit de Mourir dans la Dignité Lëtzebuerg asbl, Gesond Diddeleng, Patientevertriedung asbl (Assoc. Patients), Planning familial, Société Lux. de Cardiologie.

Cours : Les bons gestes en cas d'arrêt cardiaque
- Amicale CGDIS

Do 28.01

Einrichtungen

IBBL (Integrated Biobank of Luxembourg), Centre Hospitalier Emile Mayrisch (CHEM), Mäi Wëllen, Mäi Wee-Association pour le Droit de Mourir dans la Dignité Lëtzebuerg asbl, Gesond Diddeleng, Patientevertriedung asbl, Planning familial, Société Lux. de Cardiologie.

Kurse: Richtig handeln bei Herzstillstand - Amicale CGDIS

Ve 29.01

Maladies spécifiques

Parkinson Luxembourg, leucodystrophies (ELA Luxembourg asbl), Alzheimer (Association Luxembourg Alzheimer), maladies rares (ALAN), AVC (Blätz asbl).

Cours : Balance et coordination ; Exercices d'écriture par l'asbl Parkinson Luxembourg.
Physiothérapie après un AVC Blätz asbl.
Ergothérapie après un AVC Blätz asbl.

Fr 29.01

Spezifische Erkrankungen

Parkinson Luxembourg, leucodystrophies (ELA Luxembourg asbl), Alzheimer (Association Luxembourg Alzheimer), maladies rares (ALAN), AVC (Blätz asbl).

Kurse: Balance und Koordination und Schreibübungen von Parkinson Luxembourg asbl.
Bewegungstherapie nach Schlaganfall Blätz asbl.
Ergotherapie nach Schlaganfall Blätz asbl.

Cours en luxembourgeois ou allemand ! Kurse auf Luxemburgisch oder auf Deutsch!

Vous avez raté des vidéos qui vous intéressent ?
Vous souhaitez revoir certaines vidéos ? N'hésitez pas à vous connecter à tout moment au site www.ondiraitlesud.lu/sante

Sie haben ein Video verpasst, das Sie interessiert?
Sie möchten sich verschiedene Videos noch einmal ansehen? Die Videos sind jederzeit auf www.ondiraitlesud.lu/sante einsehbar.

