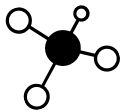




#NetUniMengMask

ASS FIR MÄI GESIICHT GEDUECHT, NET FIR AN D'NATUR

Chirurgesch Masken
a Schutzhandsche
sinn aus **Plastik**,
net aus Pabeier.

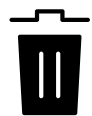


450

Joer



Si gehéieren net op de Buedem oder an de
Recycling, mee an d'**schwaarz Poubelle**.



ENG LÉISUNG SOLL NET
ZUM **PROBLEM** GINN



info@ebl.lu



FAMILJEMASS A VIRRSTELLE VAN DE KOMMIOUNSKANNER



Fotoen: Alice Enders



Haus-zu-Haus Sammlung ab 7 Uhr.



Containersammlung ab 7.30 Uhr.

Informieren Sie sich bitte auf unserer Webseite oder bei ihrer Gemeinde.



Collecte porte-à-porte à partir de 7h00.



Collecte des conteneurs à partir de 7h30.

Pour plus d'informations, veuillez consulter notre site web ou contacter votre commune.



Bei Fragen / En cas de Questions:

SuperDrecksKëscht® - SDK®

Zone Industrielle Piret
L-7737 Colmar-Berg
Tel.: 48 82 16 - 1
e-mail: info@sdk.lu

www.sdk.lu



**Diese Produkte können Sie in haushalts-
üblichen Mengen bei der SuperDrecksKëscht®
abgeben :**

Altöle und Fette / Batterien / Farben, Lacke und Lösungsmittel / Energiesparlampen und Glühbirnen aller Art / Medikamente und Spritzen (wenn möglich im Spritzensammelbehälter) / Kosmetika / Pestizide / Reinigungsmittel / Spraydosen, Klein- gebinde Bitumen, Datenträger und Druckmedien / Elektro-Haushaltskleingeräte / Feuerlöscher / Gas- flaschen (Haushalt), sowie Speiseöle und -fette...

Für größere Mengen an Produkten, wie sie z.B. bei Umzügen oder Hausräumungen an- fallen, können sie unseren Abholdienst an- fordern.

Bitte kein Styropor und kein Sperrmüll

Ces produits en quantité ménage sont à destination de la SuperDrecksKëscht® :

Huiles et graisses / piles sèches / peintures, la- ques et solvants / lampes de toutes sortes / mé- dicaments et seringues (de préférence dans notre récipient de sécurité pour seringues) / produits cosmétiques / pesticides / produits de nettoyage / bombes aérosols / produits bitumineux / supports de données et d'impression / petits appareils élec- troménagers / extincteurs, bouteilles de gaz (ménage) ainsi que huiles et graisses alimentaires...

Pour de plus grandes quantités de produits tels qu'en cas de déménagement ou de vide- maison, vous pouvez demander notre service de prise en charge.

S'il vous plaît pas de déchets encombrants ni de polystyrène.

#NuncaSemAMinhaMáscara

É PARA O MEU ROSTO, NÃO PARA A NATUREZA

As máscaras e as luvas de proteção são de plástico, não de papel.



Elas decompõem-se muito lentamente na natureza:

450
anos



O lugar delas não é no chão nem no lixo reciclável, mas no **lixo residual**.



info@ebi.lu



UMA **SOLUÇÃO**
NÃO DEVE SE TORNAR
O **PROBLEMA**



présents:

le bourgmestre Edy MERTENS

les échevins Norbert BREUSKIN, Guy HENCKES

les conseillers, Sonja SIEBENALLER-AUBART,

Mario GLOD, André DUMONT, Ine DORMANS,

Romain PLÜMER, Carlo SCHROEDER

excusés : Jerry JACOBS, Max HAHN

La fraction CSV a introduit une demande écrite afin d'ajouter 4 points à l'ordre du jour de la séance du conseil communal. Les 4 sujets sont discutés sous le point 10) « Divers et Discussions »

Vu que les ajoutes demandées par la CSV ont été rédigées en langue française, et afin de ne pas falsifier le sens du texte, la rédaction ne se fait qu'en langue française.

A l'ordre du jour figurent 11 points :

1. CRÉDIT SUPPLÉMENTAIRE.

Afin de faire face à des dépenses relatives à une offre de services de mise en conformité au Règlement Général sur la Protection des Données (GDPR), le conseil communal approuve un crédit supplémentaire de 12.000,00 € qui sera financé par le boni du budget 2020.



2. DÉCISION SUR UN EMPRUNT À FAIRE.

Les conseillers décident à l'unanimité des voix d'entamer la procédure afin de contracter un emprunt de 3.000.000,00 €.

3. AVIS CONCERNANT LE PROJET DES CARTES DES ZONES INONDABLES ET DES CARTES DES RISQUES D'INONDATION 2019.

Le projet des cartes des zones inondables et des cartes des risques d'inondation 2019 est avisé favorablement par le conseil communal. Par la suite, les cartes seront finalisées et publiées.

Anwesend sind:

Der Bürgermeister Edy MERTENS

Die Schöffen Norbert BREUSKIN, Guy HENCKES

Die Räte Sonja SIEBENALLER-AUBART, Mario GLOD,

André DUMONT, Ine DORMANS, Romain PLÜMER,

Carlo SCHROEDER

Entschuldigt: Max HAHN, Jerry JACOBS

Auf Anfrage der CSV werden 4 Punkte auf die Tagesordnung unter "Verschiedenes und Diskussion" beigefügt.

Um den Sinn des Textes nicht durch die Übersetzung zu verfälschen, werden sie nur in der Sprache wiedergegeben in welcher die CSV-Fraktion sie formuliert hat. Sie finden die Punkte im französischen Bericht unter Punkt 10 „Divers et discussions“.

Auf der Tagesordnung stehen 11 Punkte:

1. ZUSATZKREDIT.

Um die Dienstleistungen der Gemeinde dem Datenschutzgesetz anzupassen, wird ein Kontrakt mit einer Firma aufgestellt. Um diese zusätzlichen Kosten zu decken, muss ein Zusatzkredit in Höhe von 12.000,00€ gestimmt werden, finanziert vom Bonus des Haushaltes 2020.

2. ENTSCHEID ÜBER EINE ANLEIHE.

Die Räte beschließen einstimmig eine Anleihe in Höhe von 3.000.000,00 € anzufragen.

3. STELLUNGNAHME ÜBER DAS PROJEKT DER HOCHWASSERGEFAHREN- UND HOCHWASSERRISIKOKARTEN 2019.

Der Gemeinderat gibt eine positive Stellungnahme ab betreffend das Projekt der Hochwassergefahren- und Hochwasserrisikokarten 2019. In Folge wird das Projekt finalisiert und veröffentlicht.



4. AUTORISATION D'ESTER EN JUSTICE.

Avant d'entamer une procédure juridique, le collège échevinal doit préalablement demander l'avis du conseil communal. Dans ce cas précis, la commune de Troisvierges engage une procédure judiciaire contre le ministère de l'intérieur pour avoir rayé du budget communal toutes les dépenses en relation avec les églises, que ce soit les frais de chauffage, d'électricité ou d'entretien.



Damit der Schöffenrat gerichtliche Schritte unternehmen kann, muss der Gemeinderat die Einwilligung geben. In diesem Fall will nun die Gemeinde das Innenministerium verklagen wegen der gestrichenen Mitteln für den Kirchenunterhalt im Haushalt der Gemeinde.

5. CONVENTION CONCERNANT UNE SERVITUDE D'UTILITÉ PUBLIQUE.

Afin de faire des travaux dans le réseau d'assainissement « rue de Binsfeld » à Troisvierges, une convention concernant une servitude d'utilité publique est signée. La fabrique d'église de Troisvierges autorise la commune de Troisvierges d'installer sur ses fonds un ensemble de conduites souterraines.

5. KONVENTION BETREFFEND EINE SERVITUDE.

Um Arbeiten am Kanalnetz zu ermöglichen, wird eine Vereinbarung unterzeichnet welche es der Gemeinde erlaubt in einer Wiese in der „rue de Binsfeld“ unterirdische Leitungen zu verlegen.

6. CONTRAT DE BAIL ET RÉDUCTION D'UN LOYER.

- Un contrat de bail est signé avec Jean Gompelmann. Il concerne deux parcelles louées à Monsieur Gompelmann pour le loyer annuel de 2,50 €/l'are.
- Le loyer de la brasserie ORION sera réduit à partir du mi-mars. La raison est la crise sanitaire et la fermeture des cafés et restaurants.



- An Herrn Jean Gompelmann werden zwei Parzellen zur Bewirtschaftung vermietet und dies zu einem Mietpreis von 2,50€/Ar.
- Die Miete der Brasserie ORION wird von Mitte März an zurückgestellt. Der Grund hierfür ist die Corona-Krise und die damit verbundene Schließung der Cafés und Restaurants.

7. RÈGLEMENT RELATIF À L'INTRODUCTION D'UNE TAXE DE PARTICIPATION AUX ÉQUIPEMENTS COLLECTIFS.

Après que le projet de l'introduction sur une taxe de participation aux équipements collectifs a été discuté lors de plusieurs séances, les conseillers approuvent maintenant le règlement en question. Le projet sera soumis à l'approbation du ministre et le public pourra en prendre connaissance par après.

7. GEMEINDEREGLEMENT BETREFFEND DAS EINFÜHREN EINER FINANZIELLEN BETEILIGUNG AN ÖFFENTLICHEN EINRICHTUNGEN.

Nachdem das Reglement über die Einführung einer Beteiligungsgebühr an den Gemeinschaftseinrichtungen in einigen Sitzungen diskutiert wurde, stimmen die Räte jetzt dem Projekt einstimmig zu.

Nachdem der Minister das Reglement angenommen hat, kann die Bevölkerung Einsicht haben.

8. RÈGLEMENT D'OCCUPATION DES POSTES DE L'ÉCOLE FONDAMENTALE.

Afin d'assurer la continuité et la stabilité de la composition des équipes pédagogiques dans l'école fondamentale, le conseil communal doit approuver un règlement d'occupation des postes à l'école.



8. REGLEMENT BETREFFEND DIE BESETZUNG DER POSTEN IN DER GRUNDSCHULE.

Gemäß dem Gemeinde- und Schulgesetz muss der Gemeinderat ein Reglement stimmen über die Besetzung der Posten in der Grundschule. Dies soll eine Garantie und Sicherheit geben, dass die Kontinuität im Schulbetrieb gewährleistet wird.

9. DEMANDE DE SUBSIDE.

La société « Heedfrënn Huldange » a introduit une demande de subside annuel que les conseillers approuvent à l'unanimité. L'association recevra dorénavant un subside annuel de 350,00 €.

10. DIVERS ET DISCUSSIONS.

Deux règlements de circulation temporaires sont adoptés par le conseil communal.

La composition du « Klima-Team » change : Monsieur HERMAN Andy a donné sa démission et Madame Valérie CORNU sera le nouveau membre.

9. ANFRAGE ZUR FINANZIELLEN UNTERSTÜTZUNG.

Der Verein „Heedfrënn Huldange“ hat eine Anfrage zu einem jährlichen Subsid eingereicht. Die Räte beschließen den Verein mit 350,00 € jährlich zu unterstützen.

10. VERSCHIEDENES UND DISKUSSIONEN.

Zwei zeitlich begrenzte Verkehrsreglemente werden vom Gemeinderat angenommen.

Die Besetzung des Klima-Teams ändert insoweit, dass Herr HERMAN Andy ausgeschieden ist und Frau Valérie CORNU neues Mitglied sein wird.

AJOUTES DEMANDÉES PAR LA CSV :

1. Suite à la crise sanitaire due à la Covid-19 et au confinement :

- La suspension intégrale ou partielle du paiement des loyers d'établissements communaux (p.ex. café-restaurant Orion ou d'autres) est-elle envisagée?
- La suspension intégrale ou partielle du paiement de taxes communales est-elle prévue pour les entreprises touchées très fortement par les mesures de confinement (p.ex. du secteur Horeca ou encore d'autres) ?
- Des demandes d'aide, dues à la Covid-19, vous sont-elles parvenues d'entreprises ou de personnes privées ?
- Parmi les associations culturelles ou sportives de la Commune de Troisvierges est-ce qu'il y en a qui risqueront de ne plus pouvoir payer leurs frais de fonctionnement, dû à la suspension de leurs activités en période de Covid-19 ?

Durant la phase du confinement la commune s'est déclarée d'accord à renoncer au paiement du loyer pour les immeubles communaux soumis à un bail commercial, ceci suite à un appel à la solidarité lancé par le gouvernement dans ce sens. Deux locataires sont visés par ces mesures.

La suspension des taxes communales n'est pas envisagée sachant qu'elle ne peut se faire que via une suspension temporaire des règlements en vigueur, contrairement à la suspension temporaire du loyer pour les baux commerciaux.

Nous avons été saisi d'une seule demande d'une entreprise privée dans le but de compenser une partie de ses pertes financières subies à la suite d'une réduction des services à prester à la commune suite au confinement. Cette demande a été écartée comme étant non justifiée et non éligible.

Concernant les éventuelles difficultés des a.s.b.l. la commune n'a pas été saisi de demandes à ce sujet.

2. Le camping de Troisvierges sera-t-il ouvert à partir du 1 juillet ou restera-t-il fermé pendant toute la saison 2020 ?

Une éventuelle ouverture du camping sera analysée en fonction de l'évolution de la crise et des différentes mesures de confinement mises en place par le gouvernement. Le collège échevinal plaide dans tous les cas pour en faveur d'une ouverture conditionnée. Avant de se prononcer définitivement il est proposé de se concerter avec les personnes en charge de l'exploitation du camping et d'attendre les directives quant aux mesures sanitaires à mettre en place.

3. La commune de Troisvierges engagera-t-elle cette année des étudiants pendant la période des vacances d'été ?

Comme les années précédentes, la commune va engager des étudiants durant les vacances scolaires.

4. Nous demandons les dernières informations concernant l'organisation de la réouverture des écoles, de la maison relais et de la crèche à partir du 25 mai, concernant:

- le transport des élèves
- les travaux réalisés ou restant à exécuter par le service communal

Les écoles vont redémarrer pour le 25 mai 2020. Tout sera mis en place afin de garantir un déroulement sans faille.

11. AFFAIRES DU PERSONNEL.

Les affaires du personnel sont discutées en séance close.

11. PERSONALFRAGEN.

Die Personalfragen werden in geheimer Sitzung diskutiert.

3 Naturparke – 1 Account

naturpark.lu

3 Parcs naturels - 1 compte



DE • Regelmäßige Stories und Beiträge im Feed

🔄 Gerne reposten wir auch Ihre Eindrücke

#naturparklu

FR • Stories et publications régulières dans le feed

🔄 Nous sommes heureux de republier vos impressions

#naturparklu



FOLLOW US



DE • Neue Seite, auf der in Zukunft ein verstärktes gemeinsames Auftreten der **3 Luxemburger Naturparke** stattfinden wird

@naturparklu

FR • Nouveau site sur lequel il y aura une présence commune accrue des **3 Parcs naturels luxembourgeois**

@naturparklu



LIKE



YouTube

DE • Entdecken Sie Naturparke des Großherzogtums bequem von zu Hause aus

Naturparke Luxemburg

FR • Découvrez tous les Parcs naturels du Grand-Duché depuis chez vous

Naturparke Luxemburg



SUBSCRIBE

naturpark.lu





3 Naturparke - 1 Plattform

www.naturpark.lu

erstrahlt in neuem Look!

3 Parcs naturels - 1 seule plateforme - **www.naturpark.lu** brille dans un nouveau look !

DE • Entdecken Sie im gemeinsamen Veranstaltungskalender alle Naturpark-Events auf einen Blick.

Leider mussten auch wir aufgrund der COVID-19 Pandemie viele kleine und auch größere Veranstaltungen, wie z.B. das Wasserfest, die Woche des Natur- & Geoparks sowie das Naturparkfest absagen. Wir freuen uns aber bereits jetzt auf die kommenden Ausgaben.

FR • Découvrez tous les événements des Parcs naturels en un coup d'œil dans le calendrier d'événements commun.

Malheureusement, en raison de la pandémie de COVID-19, nous avons également dû annuler de nombreux petits et grands événements, tels que la fête de l'eau, la semaine du Natur- & Geopark et le Naturparkfest. Nous attendons avec impatience les prochaines éditions.



naturpark.lu

Wald-BINGO BINGO forestier

&

Garten-BINGO BINGO jardinier

Sichern Sie sich
die kostenlosen
Druckvorlagen auf
www.naturpark.lu !

Découvrez les modèles
d'impression gratuits sur
www.naturpark.lu !





Spraydosen

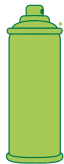
Sicher entsorgen - Alternativen nutzen !

Bombes aérosols

Éliminer en toute sécurité - utiliser des alternatives !



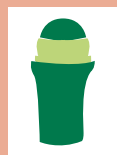
Viele Produkte des täglichen Lebens sind als Spray erhältlich. Neben Vorteilen besitzen Spraydosen aber auch Nachteile. Sie stellen, unabhängig von den Inhaltsstoffen, aufgrund ihrer Füllung mit Treibgas eine Gefahr dar. Diese stehen unter Druck und können bei höheren Temperaturen oder unsachgemäßem Gebrauch explodieren.



Haarspray - laque pour cheveux
Farben - couleurs
Bauschaum - mousse de construction
Sahne - crème

De nombreux produits de la vie quotidienne sont disponibles en spray. A côté des avantages, des bombes aérosols ont aussi des inconvénients. Quels que soient leurs ingrédients, elles sont dangereuses en raison de leur remplissage en propulseur: elles sont sous pression et peuvent exploser à des températures plus élevées ou en cas d'utilisation inappropriée.

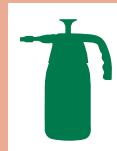
Sicherheit / Vermeidung Sécurité / Prévention



➔ Für die meisten Produkte gibt es Alternativen: Deoroller, Rasierseife, selbst geschlagene Sahne etc.

➔ Sollten Sie nicht auf die Vorteile des Sprays verzichten wollen, so nutzen Sie z.B. einfache Pumpzerstäuber.

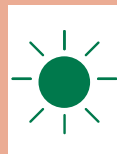
➔ Lassen Sie bei höheren Temperaturen Spraydosen auf keinen Fall im Auto oder an sonstigen Orten liegen, die sich aufheizen bzw. der direkten Sonneneinstrahlung.



➔ Pour la plupart des produits, il existe des alternatives: déodorant à bille, savon à barbe, crème battue à la main etc.

➔ Si vous ne souhaitez pas renoncer aux avantages de la pulvérisation, utilisez par exemple un pulvérisateur à pompe simple.

➔ En aucun cas, les aérosols ne doivent être laissés dans la voiture ou dans d'autres endroits chauffés ou exposés au soleil.



Verwertung

Leere Spraydosen und Dosen mit Restinhalten können an den Sammelstellen der SuperDrecksKëscht® und in den Recyclincentren abgegeben werden. Sie werden beim Recycler zerstört und die Restinhaltsstoffe komplett heraus gepresst, Metalle werden abgetrennt. Die PU-Montageschaumdosen werden bei einem spezialisierten Recycler unter maximaler Rückgewinnung von Sekundärrohstoffen behandelt.

Die Metallfraktion geht zu einem Recycler, der die Trennung in FE- und NE-Metalle durchführt. Bei Bauschaumdosen werden auch die Treibgase aufgefangen und wiederverwertet. Aus dem verbleibenden PU-Lösemitelgemisch kann PU-Recyclat zurückgewonnen werden, das bei der Produktion von PU-Schaum oder als Zusatzstoff in Klebern eingesetzt wird.

Die flüssigen und gasförmigen Reststoffe der Spraydosen werden umweltgerecht und klimaneutral behandelt.

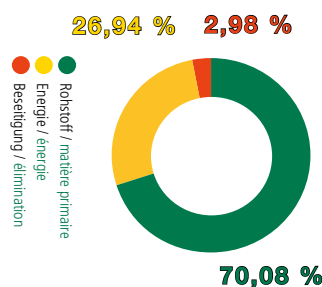
Valorisation

Les bombes aérosols vides et les vaporisateurs contenant des résidus peuvent être déposés aux points de collecte du SuperDrecksKëscht® et dans les centres de recyclage. Ils sont détruits chez le recycleur et les ingrédients restants sont complètement éliminés; les métaux sont séparés. Les bombes de mousse PU sont traitées par un recycleur spécialisé avec une récupération maximale des matières premières secondaires.

La fraction métallique est envoyée à un recycleur qui effectue la séparation entre le FE et les métaux non ferreux. Les gaz propulseurs des mousses de construction sont également collectés et recyclés. À partir du mélange de solvants PU restant, on peut récupérer le recyclat de PU, utilisé dans la production de mousse de PU ou comme additif dans les adhésifs.

Les résidus liquides et gazeux des bombes aérosols sont traités de manière respectueuse de l'environnement et climatiquement neutre.

Ressourcenpotential Spraydosen Potentiel de ressources Bombes aérosols



DEM-SDK/LU-199725-04.2019-001

Wichtigste Outputströme
Les flux plus importants



Verschlusskappen
capuchons de ferm.



Aluminium



Eisen / ferraille



Gase / gaz



Flüssigkeiten /
liquides



Verunreinigungen /
impuretés



Farben & Lacke

sauber arbeiten, auf Qualität achten, sicher verwerten

Peintures & laques

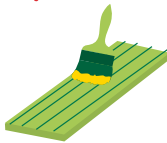
travailler propre, prêter attention à la qualité, recycler en toute sécurité

Farb- und Lackreste, Reste von Holzschutzmitteln, wie z.B. Lasuren, Öle & Wachse, sowie Verpackungen mit Resten, verschmutztes Arbeitsmaterial aber auch Lösungsmittelhaltige Marker und Stifte enthalten Schadstoffe und gehören nicht in den Restmüll und schon garnicht in den Abfluss !

Info



Farben & Lacke
Peintures & laques



Holzschutzmittel
Produits de protection du bois



verschmutztes Arbeitsgerät
Matériel souillé



Stifte, Marker
Crayons, marqueurs

Les résidus de peintures et de laques, les résidus de produits de conservation du bois, par ex. les glaces, huiles & cires, ainsi que les emballages auxquels adhèrent des résidus, le matériel souillé, mais aussi les marqueurs et crayons renfermant des solvants contiennent des substances polluantes et ne doivent pas être mélangés aux ordures ménagères et encore moins être éliminés dans les éviers !

Entsorgung und Verwertung ! Elimination et recyclage !

Behälter mit Resten und benutzte Utensilien können über die mobilen SuperDrecksKëscht®-Annahmestellen und in den Recyclingcentren abgegeben werden. Moderne Recyclingprozesse sorgen nicht nur dafür, dass die Schadstoffe umweltgerecht behandelt und entsorgt werden, sondern dass auch die Wertprodukte - insbesondere die Metalle aus der Verpackung wieder verwertet werden. Die Farbreste werden zudem nicht einfach so verbrannt, sondern zu Ersatzbrennstoffen aufbereitet.

Vous pouvez restituer les récipients contenant des résidus et les ustensiles utilisés auprès des sites de collecte mobiles de la SuperDrecksKëscht® et dans les centres de recyclage. Les processus de recyclage modernes font en sorte que les polluants soient traités et éliminés dans le respect de l'environnement et que les produits valorisables - et plus particulièrement les métaux dont sont faits les emballages - soient valorisés. Par ailleurs, les résidus de peinture ne sont pas simplement incinérés, mais transformés en combustibles de substitution.

Vermeidung

Die Anwendung umweltfreundlicher Farben und Lacke ist nicht nur gut für die Umwelt, sondern ist auch aus gesundheitlichen Gründen zu empfehlen. Vor allem bei der Anwendung im Innenbereich sollte man bei der Auswahl von Farben und Lacke sorgfältig sein und auf schadstoffarme bzw. -freie Produkte zurückgreifen. Achten Sie auf Umweltlabel wie das label 'Clever akafen'.

Kaufen Sie die für ihren Zweck angemessene Gebindegrösse !

Achten Sie darauf, dass die Farbe ergiebig ist. Sie vermeiden dadurch mehrfaches Streichen.

Reste halten sich länger, wenn Sie die Behälter gut verschlossen auf dem Kopf stehend lagern.

Weitere Tipps auf www.clever-akafen.lu



Prévention

L'utilisation de peintures et de laques écologiques n'est pas seulement un plus pour l'environnement, mais est également à recommander pour des raisons de santé. Lorsque l'utilisation de ces produits est prévue à l'intérieur notamment, il faut faire preuve de soin dans le choix de peintures et de laques et opter pour des produits contenant peu ou pas de polluants. Veillez aux labels environnementaux comme le label 'Clever akafen'.

Achetez des emballages convenant à vos besoins !

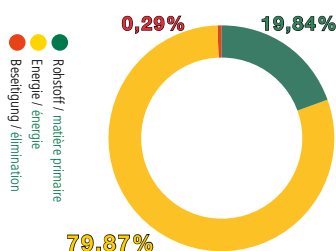
Veillez à ce que le rendement de la peinture soit élevé. Vous n'aurez pas besoin ainsi de passer plusieurs couches de peinture.

Les résidus se conservent plus longtemps, si vous fermez bien les récipients et les stockez à l'envers.

D'autres conseils sur www.clever-akafen.lu

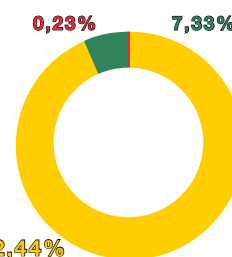
Ressourcenpotential für Farbe und Lacke

Potentiel de ressources pour peintures et laques



DEM-SDK/LU-199732-06.2020-001

Wichtigste Outputströme
Les flux plus importants



DEM-SDK/LU-199756-04.2020-002





Photo: Mim Moser



Für zwei Portionen



30 min

- 400 g gekochte Kartoffeln vom Vortag
- 1 EL Butter
- Salz, Pfeffer
- 3 Frühlingszwiebeln
- 100 ml Gemüsebrühe
- 4 EL Rapsöl
- 2 EL weißer Balsamico-Essig
- 1 EL Senf
- ½ Bund Radieschen mit Grün

1. Die Kartoffeln vom Vortag in Scheiben schneiden. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffelscheiben zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und goldbraun braten.
2. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in dünne Ringe schneiden. Anschließend, die Gemüsebrühe in einem Topf erhitzen.
3. Für die Vinaigrette, Öl mit Essig und Senf vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Die Bratkartoffeln vom Herd nehmen und mit den Frühlingszwiebeln mischen. Mit der Brühe übergießen und die Vinaigrette hinzugeben. Das Ganze mischen.
5. Die Radieschen samt Grün waschen und abtrocknen. Die Blätter abdrehen und klein schneiden, die Radieschen in Scheiben schneiden. Beides unter den Salat heben und zugedeckt 30 Minuten ziehen lassen. Schmeckt sowohl lauwarm als auch kalt.



Naturpark-Tipp

Altes Brot können Sie zu Croûtons weiterverarbeiten und zum Salat servieren! Einfach das alte Brot würfeln und mit etwas Öl in der Pfanne goldgelb anbraten

Ein Rezept der drei Naturparke Luxemburgs (Öwersauer, Our & Möllerdall). Naturparke unterstützen die nachhaltige Entwicklung der Region und legen in kulinarischer Hinsicht viel Wert auf Regionalität, Saisonalität und den respektvollen Umgang mit Lebensmitteln. Das aktuelle Rezept ist ein leckeres Beispiel für die Verarbeitung der ganzen Radieschen-Pflanze.



naturpark.lu

Kartoffelschalen-Chips mit Rosmarin

Photo: Mim Moser

 Für zwei Portionen

 20 min

- 250 g gewaschene Kartoffelschalen (am besten aus Bio-Anbau)
- Olivenöl (oder Bratöl)
- Fleur de Sel
- 2 TL getrockneter Rosmarin

1. Grüne und beschädigte Stellen sowie Keimansätze von den Kartoffelschalen entfernen. Die Schalen sollen trocken sein, damit das Öl beim Frittieren nicht spritzt.
2. Das Olivenöl ca. 2 cm hoch in einer Pfanne erhitzen. Die Kartoffelschalen portionsweise in die mit Öl befüllte Pfanne geben, so dass die Schalen mit Öl bedeckt sind.
3. Schauen die Kartoffelschalen schön kross und goldgelb aus (etwa nach 8-10 Min., je nach Dicke der Schalen), so wird es Zeit, diese mit der Schaumkelle herauszunehmen und auf Küchenpapier abtropfen zu lassen.
4. Zum Schluss Fleur de Sel mit dem Rosmarin mischen und die Kartoffelschalen damit würzen. Je frischer, desto knuspriger.

Naturpark-Tipp

Neben Rosmarin können auch andere Kräuter zum Würzen genutzt werden. So z.B. getrockneter Thymian oder Oregano

Ein Rezept der drei Naturparke Luxemburgs (Öewersauer, Our & Mëllerdall). Naturparke unterstützen die nachhaltige Entwicklung der Region und legen in kulinarischer Hinsicht viel Wert auf Regionalität, Saisonalität und den respektvollen Umgang mit Lebensmitteln. Dieses Rezept zeigt uns, dass Kartoffelschalen viel zu schade sind zum Wegschmeißen.



   naturpark.lu



Schadstoffverpackungen

Sicher entsorgen - Alternativen nutzen !

Emballages de produits nocifs

Éliminer en toute sécurité - utiliser des alternatives !



In Haushalt und Garten, beim Reinigen, beim Pflegen und Renovieren fallen auch Chemikalien an, wie z.B. Spezialreiniger, Farben, Lasuren, Schutzanstriche, Lösungsmittelhaltige Kleber, aber auch Öle, Fette und Kraftstoffe sowie Pflanzenbehandlungs- und Schädlingsbekämpfungsmittel etc.

Produkte, die Gefahrstoffe enthalten, sind leicht an den Gefahrstoffsymbolen zu erkennen. Diese sind auf der Spitze stehende Rauten mit rotem Rand, wie z.B.:

- das Ausrufezeichen für allgemeine Gesundheitsgefahr
- die Flamme für leicht entzündliche Stoffe
- der tote Fisch und Baum für Umweltgefahr
- die Körpersilhouette für ernste Gesundheitsgefahr

Dans le ménage et le jardin, au nettoyage, au toilettage et la rénovation des produits chimiques sont utilisés tels que nettoyeurs spéciaux, peintures, vernis, revêtements protecteurs, adhésifs à base de solvants, mais aussi huiles, graisses et carburants ainsi que des agents de lutte contre les mauvaises herbes et les ravageurs, etc.

Les produits contenant des substances dangereuses sont facilement reconnaissables par les symboles des substances dangereuses. Ce sont des pictogrammes rouges, tels que:

- le point d'exclamation pour risque sanitaire général
- la flamme pour les substances hautement inflammables
- le poisson et l'arbre mort pour les risques environnementaux
- la silhouette du corps pour un risque grave pour la santé



Schadstoffe können in die Verpackung diffundieren. Bringen sie daher nicht nur Behälter mit Anhaftungen, sondern auch restentleerte Behälter zur SuperDrecksKëscht® mobil oder zum Recyclinghof.

Les contaminants peuvent se diffuser dans l'emballage. Par conséquent, apportez non seulement les récipients avec restes, mais aussi les emballages vides à la SuperDrecksKëscht® mobile ou le centre de recyclage.



Hinweise - Conseils



Informieren Sie sich über die Bedeutung der Gefahrensymbole !
Informez-vous sur la signification des symboles de danger!



Auch bei entleerten Schadstoffverpackungen: Achten Sie auf die Etikettierung und lagern Sie sie ausserhalb der Reichweite von Kindern.

Même avec un emballage contaminé vidé: Faites attention à l'étiquetage et rangez-le hors de portée des enfants.



Benutzen Sie möglichst schadstoffarme oder -freie Produkte! Achten Sie auf das Label 'Clever akafen' und bei anderen Produkten auf Umweltzeichen, wie den 'blauen Engel'.

Utilisez de préférence des produits moins polluants ou sans polluants ! Faites attention au label «Clever akafen» et aux autres produits éco-labelisés tels que l'«ange bleu».

Circular-Economy



Auch aus Schadstoffverpackungen können Sekundärrohstoffe zurück gewonnen werden. Dies geschieht in modernen Anlagen, die für die Verarbeitung von Schadstoffverpackungen geeignete Sicherheitstechnik haben.

Des emballages contaminés peuvent également être produits des matières premières secondaires. Cela se produit dans les usines modernes, qui disposent d'une technologie de sécurité appropriée pour le traitement des emballages contaminés.

Energie - Énergie



Ein weiterer Teil wird energetisch verwertet, also unter Gewinnung von Energie verbrannt. Oder es wird ein Ersatzbrennstoff hergestellt.

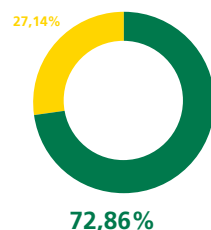
Une autre partie est utilisée énergétiquement, alors l'incinération avec la production d'énergie. Ou un carburant de substitution est produit.

Ressourcenpotential Schadstoffverpackungen (Säuren, Laugen, Photochemie)

Potentiel de ressources Emballages de produits nocifs (acides, bases, photochemie)



● Rohstoff / matière primaire
● Energie / énergie
● Beseitigung / élimination



Wichtigste Outputströme
Les flux plus importants

Mahlgut HD-PE



Broyat HD-PE

Ersatzbrennstoff

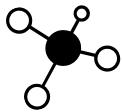


Combustible de substitution

#NieOhneMeineMaske

GILT FÜR MEIN GESICHT, NICHT FÜR DIE NATUR

Chirurgische Masken
& Schutzhandschuhe
sind aus **Plastik**,
nicht aus Papier.



Hunde und
Wildtiere fressen
sie und erkranken!

Ihre Zersetzung in
der Natur braucht
extrem lange:

450

Jahre



Sie gehören nicht auf den Boden oder
ins Recycling, sondern in den **Restmüll**.



EINE LÖSUNG SOLL NICHT
ZUM **PROBLEM** WERDEN



MITTEILUNG

BETREFF: Waldarbeiten – an alle Holzhändler, Holzwerke, Sägewerke, Waldarbeiter, Transportunternehmer, Landwirte und Waldbesitzer

Werte Damen und Herren,

Hiermit möchten wir Sie darauf hinweisen, dass sämtliche Waldarbeiten, sprich sämtliche Arbeiten welche in den Wäldern auf dem Gebiet der Gemeinde Ulflingen durchgeführt werden, 14 Tage vor Beginn, per Formular, der Gemeindeverwaltung oder dem Gemeindeförster mitzuteilen sind.

Vor den Arbeiten wird gemeinsam mit einem Gemeindeverantwortlichen eine Bestandsaufnahme der Umgebung durchgeführt und eine Kautions erhoben, welche später, nach erneuter Abnahme, ganz oder teilweise zurückerstattet wird.

Da in letzter Zeit immer wieder Feld und Waldwege bei Rück- und Ladevorgängen beschädigt wurden, und die Verursacher nicht ermittelt werden konnten, sehen wir uns gezwungen diese Arbeiten strenger zu überwachen und bei Verstößen umgehend Klage bei der Polizei einzureichen.

Details betreffend unsere Verordnung für Feld und Waldweg und das Formular für Holzfällungsarbeiten finden Sie unter;

<http://www.troisvierges.lu/dienste/technischer-dienst/>

Weitere Informationen erhalten Sie bei unserem technischen Dienst unter der Telefonnummer: 998050-???

WICHTIG INFO

Zanter 1994 ass et, mam Abfallgesetz, verbuadden Dreck an o Grünaffäll ze verbrennen. Zanter Dezember 2015 hatt d'Chamber e Bußgeldkatalog aafgestëmmt, deen o na festhält wivill Stroof et kast, wann een erwëscht gëtt. Su kast et z.B. 145,00 € wann ee Grünaffäll verbrennt; Sperrmüll mam Feier ze entsuarrigen kast well 250,00 €, wann een ee Knätsch op d'Strooss werft, bezillt een 49,00 €, asw.

Depuis 1994, il est défendu de brûler ses déchets ménagers en plein air, y compris les déchets verts. En décembre 2015, la Chambre des Députés a adopté un catalogue des amendes : une amende de 145,00 € est à payer pour l'incinération de déchets verts, brûler ses déchets encombrants coûte 250,00€, jeter un chewing-gum sur la voie publique est amendé avec 49,00 €, etc.



INFORMATION POUR LES HABITANTS CONCERNANT LE BRUIT :

Il est rappelé aux citoyens que le règlement contre le bruit stipule que :

- « sont interdits sur le territoire de la commune de Troisvierges tous bruits causés sans nécessité...
et susceptibles de troubler la tranquillité des habitants...
Il est interdit de troubler le repos nocturne de quelque manière que ce soit...
- Travaux de jardinage et de bricolage :
A l'intérieur des agglomérations ainsi qu'à une distance inférieure de 100 mètres des agglomérations,
sont interdits
 - Les jours ouvrables avant 8 heures et après 22 heures
 - Les samedis avant 8 heures et après 20 heures
 - Les dimanches et jours fériés
- ...Les propriétaires ou gardiens d'animaux sont tenus de prendre les dispositions nécessaires pour éviter que ces animaux ne troublent la tranquillité publique ou le repos des habitants...



*D'AKTIOUN « AALT GEZEI » AM SEPTEMBER 2020
ASS WÉINST DER CORONA-KRIS
VAN DER SOCIÉTÉ KOLPING ANNULÉIERT!*



*L'ACTION „AALT GEZEI“ PRÉVUE AU MOIS DE SEPTEMBRE 2020,
EST ANNULÉE PAR LA SOCIÉTÉ KOLPING !
RAISON : CRISE SANITAIRE DUE AU COVID-19.*

NEIT TAXEREGLEMENT BETREFFEND DEN HAUSMÜLL (ARTIKEL 2)



Betreffend d'Reorganisatioun van dem Aaffall an d'Verdeele van den neie Poubellen, deelt d'Gemeng eech matt, datt des nei Organisatioun bis op ee spéideren Datum verreckelt gëtt, dëst weinst der sanitärer Kris vam Covid-19.

Et sëff o na a Folgendes erënnert:

D'Ersetzen van enger Poubelle, ob mi gruuss oder mi kleng, muss an Zukunft bezaahlt gienn. Bis lo wor deen Service gratis.

DEN AUSTAUSCH FIRRENG MI GRUUSS POUBELLE

0,25 € pro zousätzliche Poubelle's Liter (variabel)

d'Liwwerung, d'Programmation, de Montage, den Transponder 10,00 € (fixe)

Poubelle di wee geholl gëtt	Poubelle di geliwwert gëtt	zousätzliche Volumen	Taxe Variabel	Taxe Fixe	Total Taxe
60	80	20	5,00 €	10,00 €	15,00 €
60	120	60	15,00 €	10,00 €	25,00 €
60	180	120	30,00 €	10,00 €	40,00 €
60	240	180	45,00 €	10,00 €	55,00 €
80	120	40	10,00 €	10,00 €	20,00 €
80	180	100	25,00 €	10,00 €	35,00 €
80	240	160	40,00 €	10,00 €	50,00 €
120	180	60	15,00 €	10,00 €	25,00 €
120	240	120	30,00 €	10,00 €	40,00 €

DEN AUSTAUSCH FIRRENG MI KLENG POUBELLE

Forfait 10,00 € (fixe)

d'Liwwerung, d'Programmation, de Montage, den Transponder 10,00 € (fixe)

Total Taxe	20,00 €
------------	---------

NOUVEAU RÈGLEMENT TAXE RELATIF À LA GESTION DES DÉCHETS MÉNAGERS, ENCOMBRANTS ET Y ASSIMILÉS § 2



Concernant la réorganisation de la collecte publique des déchets ménagers et la distribution des nouvelles poubelles, la commune vous fait savoir que cette réorganisation est remise à une date ultérieure à cause de la crise sanitaire du Covid-19.

Rappelons que:

Chaque remplacement d'une poubelle, plus petite ou plus grande, est payable. Jusqu'à présent, ce remplacement était gratuit.

ECHANGE DE POUBELLE À VOLUME PLUS IMPORTANT

0,25 € par litre de volume en poubelle supplémentaire (variable)

Fourniture, Programmation, Montage Transpondeur 10,00 € (fixe)

Retrait	Livrer	volume supplémentaire	Taxe Variable	Taxe Fixe	Total Taxe
60	80	20	5,00 €	10,00 €	15,00 €
60	120	60	15,00 €	10,00 €	25,00 €
60	180	120	30,00 €	10,00 €	40,00 €
60	240	180	45,00 €	10,00 €	55,00 €
80	120	40	10,00 €	10,00 €	20,00 €
80	180	100	25,00 €	10,00 €	35,00 €
80	240	160	40,00 €	10,00 €	50,00 €
120	180	60	15,00 €	10,00 €	25,00 €
120	240	120	30,00 €	10,00 €	40,00 €

ECHANGE DE POUBELLE À VOLUME PLUS PETIT

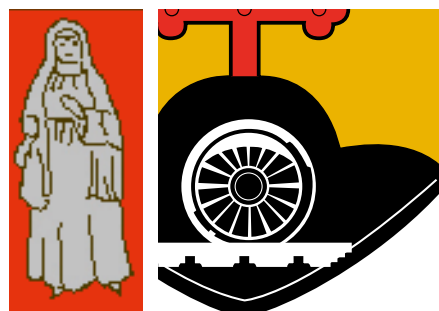
Forfait 10,00 € (fixe)

Fourniture, Programmation, Montage Transpondeur 10,00 € (fixe)

Total Taxe	20,00 €
------------	---------

UNSER GEMEINDEWAPPEN UND SEINE ZEICHNERISCHE UMSETZUNG AUF DEM VISUELLEN PRÜFSTEIN.

Eine von M. LENERTZ entworfene Zeichnung stellt seit 1982 das Wappen unserer Gemeinde dar, das durch einen „Arrêté ministériel“ vom 3. November 1982 offiziell eingeführt wurde.



Diverse zeichnerische Deutungen hatten im Laufe der Jahre so manchen Stilbruch zur Folge, ohne zugleich die eigentliche Gestaltung des Wappens zu verbessern.

Als im Herbst 2019 das Wappen auf ein Zelt-dach in ungewohnter Größe reproduziert werden sollte, stachen besagte Mängel so stark hervor, dass eine derart großflächige Nutzung nicht mehr vertretbar schien.

Es war vor allen Dingen die Darstellung der Jungfrauengruppe, die mit dem Ausdruck ihrer Gesichter irritierte und teils sogar erschreckte. Der mit der Prepress-Arbeit für die Bestellung von Zelt-dach und -wänden beauftragte Grafiker konfrontierte die Gemeindeverantwortlichen mit den ebenso unübersehbaren wie gravierenden Mängeln, die bis dahin - im gewohnten Kleinformat - nicht auffällig geworden waren. Zugleich regte er eine neue, den Normen der modernen Wappengestaltung entsprechende Zeichnung an und stieß mit dieser Anregung allseits auf positives Gehör.

Bei dieser Gelegenheit wurden auch die „TROISVIERGES“ Fides (Glaube), Spes (Hoffnung) und Caritas (Liebe) von Kopf bis Fuß

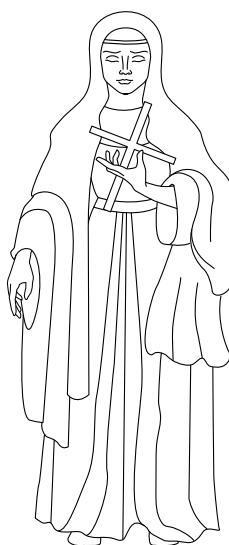
überarbeitet, wobei die Wappengestaltung dadurch einen für alle erkennbaren Mehrwert erhielt.

Das patriarchalische Kreuz und der untere Bereich mit seinen kreisförmigen Elementen sowie dem Antriebsrad und der Schiene wurden auch leicht verbessert und neu gezeichnet.

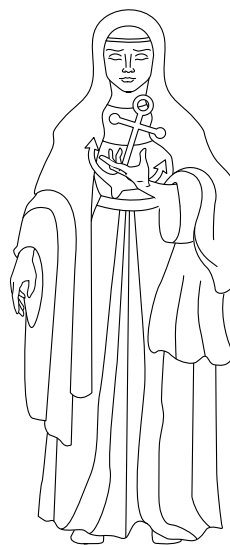
Das REDESIGN des Wappens wurde durch die Commission héraldique de l'Etat du Luxembourg geprüft und gutgeheißen und vom

Gemeindekollegium von Troisvierges im Juni 2020 als offizielles aktualisiertes Wappen bestätigt.

Alle künftigen Anwendungen vom Briefbogen über Urkunden, Anzeigen, Fahrzeugbeschriftungen und Schilder bis hin zur Fah-nengestaltung oder ähnliches mehr werden zurzeit überarbeitet und nach und nach ersetzt.



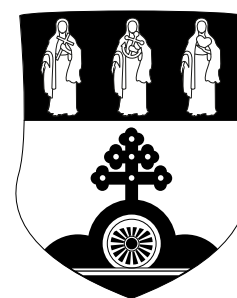
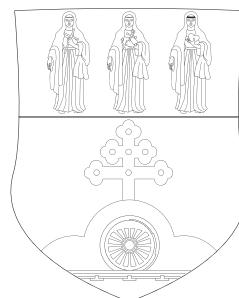
**Fides (Glaube),
mit Kreuz**



**Spes (Hoffnung)
mit Anker**

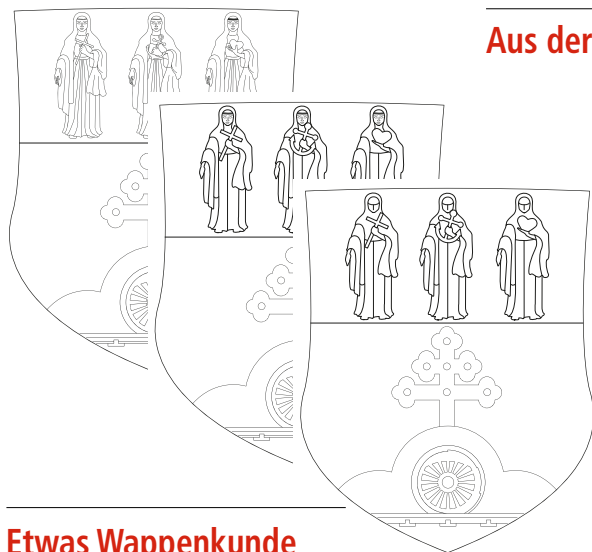


**Caritas (Liebe)
mit Herz**



Nicht nur farbig, auch in grau bis schwarzweiß muss das neue Wappen selbst in kleiner Briefmar-kengröße noch deutlich erkennbar sein.

DIE „TROIS VIERGES“ MIT OFFENEREM BLICK UND WICHTIGEN DETAILS SICHTLICH AUFGEWERTET.



Aus der Werkstatt des Designers

Etwas Wappenkunde

Quelle: troisvierges.lu

Farben:

Die Wappenfarben Rot und Gold, die das Erscheinungsbild des Wappenschildes prägen, stehen für die Lehnsherren von Clerf, die über Jahrhunderte hinweg die Grundrechte und die Gerichtsbarkeit in Ulflingen, Drinkingen und Huldigen ausübten.

Drei Jungfrauen:

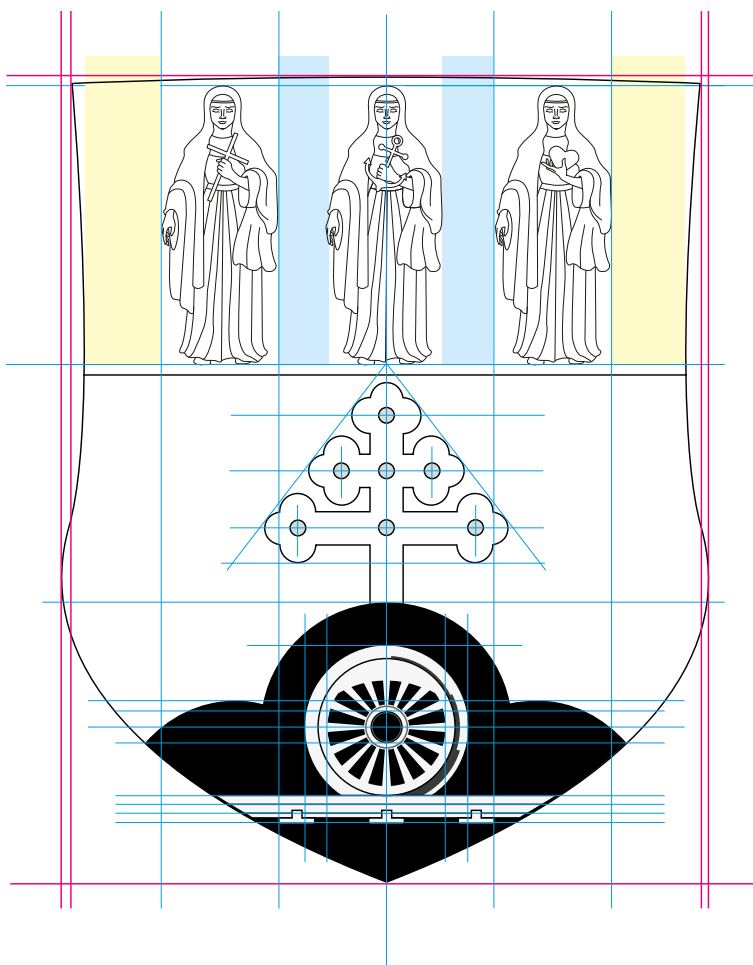
Fides (Glaube), Spes (Hoffnung) und Caritas (Liebe), abgebildet mit den zugeordneten Symbolen Kreuz, Anker und Herz, sind Bestandteil eines altüberlieferten Kultes. Die spätere Verehrung der drei Heiligen als Märtyrerinnen wurde besonders unterstützt von dem Franziskanerorden, der seit 1641 am Ort ansässig war. Dank des Ordens wurde Ulflingen sehr schnell zu einem bedeutenden Pilgerort, der insbesondere von Gläubigen aus der Wallonie besucht wurde. Letztere gaben ihm den bezeichnenden Namen „Trois Vierges“. Der Technische Dienst.

Patriarchalisches Kreuz:

Das Kreuz mit dem doppelten Querholz gilt als eines der Attribute des Papstes Cornelius, dessen Porträt auf einem mittelalterlichen Siegel erscheint, das vom Hof von Bellain ausging und Teil der Propstei von Bastogne war. Das Bellain-Kreuz der Gerechtigkeit von 1595 ist ein bekanntes historisches Denkmal.

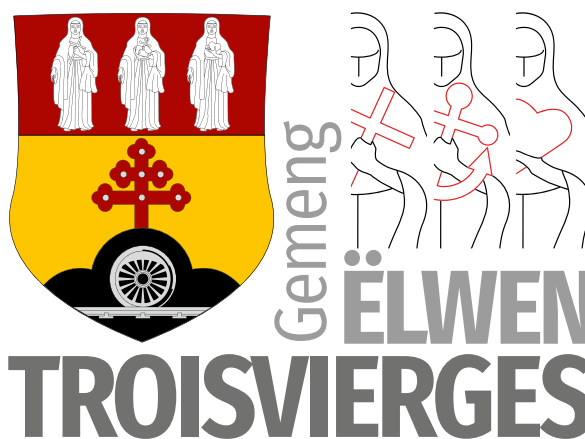
Unterer Bereich:

Die kreisförmigen Elemente stehen für das Ösling allgemein, während die mittlere, herausragende Erhebung die Hügelpuppe bei Huldange symbolisiert, den höchsten Punkt des Landes, der auf dem Gebiet der Gemeinde Ulflingen liegt. Das Antriebsrad und die Schiene symbolisieren die Eisenbahn, der Ulflingen wesentlich den bedeutenden Bevölkerungszuwachs und die soziale Entwicklung zu verdanken hat.



Die hier dargestellte neue Kombination Wappen-Logo wird das visuelle Erscheinungsbild unserer Gemeinde prägen und der Darstellung einen neuen, klareren Ausdruck geben.

Das überarbeitete Wappen ist ein Werk von ERWIN KIRSCH DESIGN. Ein House-Style-Handbuch wird dessen Anwendung zukünftig reglementieren.



Anwesend sind:

Der Bürgermeister Edy MERTENS

Die Schöffen Norbert BREUSKIN, Guy HENCKES

Die Räte Sonja SIEBENALLER-AUBART, Mario GLOD,
André DUMONT, Romain PLÜMER, Carlo SCHROEDER,
Max HAHN

Entschuldigt: Ine DORMANS, Jerry JACOBS

Auf Anfrage der CSV werden 6 Punkte auf die Tagesordnung unter "Verschiedenes und Diskussion" beigefügt. Um den Sinn des Textes nicht durch die Übersetzung zu verfälschen, werden sie nur in der Sprache wiedergegeben in welcher die CSV-Fraktion sie formuliert hat. Sie finden die Punkte im französischen Bericht unter Punkt 11 „Divers et discussions“.

Auf der Tagesordnung stehen 11 Punkte:

1. RESTANTENETAT 2019.

Einnehmerin Katja Griffiths legt dem Gemeinderat den Restantenetat des Jahres 2019 vor. Insgesamt beläuft sich die Summe der Schuldner auf 139.153,25 € wobei die Einnehmerin Entlastung für 6.783,71 € beantragt. Einstimmig nehmen die Räte den Restantenetat an.

2. PROVISORISCHE SCHULORGANISATION 2020/2021.

Die provisorische Schulorganisation, positiv begutachtet von der Schulkommission, sieht folgendermaßen aus:

Zyklus Früherziehung / cycle précoce:	24 Kinder auf 2 Gruppen verteilt / 24 enfants, 2 groupes
Zyklus 1 (Spielschule) / cycle 1 (préscolaire):	78 Kinder auf 5 Klassen verteilt / 78 enfants, 5 classes
Zyklus 2/1 / cycle 2/1:	26 Kinder auf 2 Klassen verteilt / 26 enfants, 2 classes
Zyklus 2/2 / cycle 2/2:	38 Kinder auf 2 Klassen verteilt / 38 enfants, 2 classes
Zyklus 3/1 / cycle 3/1:	38 Kinder auf 3 Klassen verteilt / 38 enfants, 3 classes
Zyklus 3/2 / cycle 3/2:	53 Kinder auf 3 Klassen verteilt / 53 enfants, 3 classes
Zyklus 4/1 / cycle 4/1:	45 Kinder auf 3 Klassen verteilt / 45 enfants, 3 classes
Zyklus 4/2 / cycle 4/2:	41 Kinder auf 3 Klassen verteilt / 41 enfants, 3 classes

Die Räte nehmen diese provisorische Organisation einstimmig an.

3. VORSCHLÄGE FÜR SCHULPERSONAL - LISTE 1 - SCHULJAHR 2020/2021.

Die Kandidaturen der freien Stellen im Unterrichtswesen, veröffentlicht auf der 1. Liste, werden den Räten vorgelegt um, laut Gesetz, Vorschläge zu machen. So werden die Damen Mai Differding und Elisabeth Reiff auf freien Posten im Zyklus 2-4 vorgeschlagen, und Dame Fabienne



présents:

le bourgmestre Edy MERTENS

les échevins Norbert BREUSKIN, Guy HENCKES

les conseillers, Sonja SIEBENALLER-AUBART, Mario GLOD,
André DUMONT, Ine DORMANS, Romain PLÜMER,
Carlo SCHROEDER, Max HAHN

excusés : Ine DORMANS, Jerry JACOBS

La fraction CSV a introduit une demande écrite afin d'ajouter 6 points à l'ordre du jour de la séance du conseil communal. Les 6 sujets sont discutés sous le point 11 « Divers et Discussions »

Vu que les ajoutes demandées par la CSV ont été rédigées en langue française, et afin de ne pas falsifier le sens du texte, la rédaction ne se fait qu'en langue française.

A l'ordre du jour figurent 11 points :

1. ETAT DES RESTANTS.

Le receveur communal Katja Griffiths présente l'état des restants de l'année 2019 : un total de 139.153,25 € reste à poursuivre. Une décharge de 6.783,71 € est proposée par le receveur. Le conseil communal approuve à l'unanimité l'état des restants dont question.

2. ORGANISATION SCOLAIRE PROVISOIRE 2020/2021.

L'organisation scolaire provisoire, avisée par la commission scolaire, se résume comme suit :

Le conseil communal approuve à l'unanimité des voix l'organisation scolaire provisoire 2020/2021.

3. PROPOSITIONS DE PERSONNEL ENSEIGNANT - LISTE 1 - ANNÉE 2020/2021.

Les candidatures pour postes vacants dans l'enseignement, publiés sur la liste 1, sont soumis au conseil communal, qui de son côté, doit procéder aux propositions de réaffectation des candidats. Aux deux postes vacants cycle 2-4 sont proposées les dames Mai Differding et

Dhur auf einen zusätzlichen „Surnuméraire-Posten“ im Zyklus 2-4.

4. ZUSATZKREDIT.

Bedingt durch die sanitäre Krise des Covid-19 und den vorgeschriebenen Maßnahmen, die die Gemeinde übernehmen muss, sind auch zusätzliche und unvorhergesehene Ausgaben auf den Haushalt der Gemeinde zugekommen. So werden zusätzliche 25.000,00 € in einen neuen Artikel im Gemeindehaushalt eingeschrieben, finanziert durch den Bonus des Haushaltes.

5. AUFARBEITUNG DES WAPPENS DER GEMEINDE ULFLINGEN.

Da das Wappen der Gemeinde Ulflingen Qualitätsmängel aufweist um den heutigen Standards zu entsprechen, hat Erwin Kirsch Design aus Sankt-Vith ein RE-Design vom Wappen erarbeitet. Nachdem die staatliche Heraldik-Kommission das aufgefrischte Wappen positiv begutachtet hat, geben jetzt die Räte grünes Licht. (Siehe auf den Seiten 22,23)

6. BESTÄTIGUNG EINES VERKEHRSREGLEMENTS DES SCHÖFFENRATS.

Ein Verkehrsreglement, aufgestellt vom Schöfferrat, betreffend Einschränkungen im Verkehr in Oberbesslingen, wird von den Räten bestätigt.

7. MIETVERTRAG MIT CGDIS.

Gemäß dem Gesetz vom 27. März 2018 betreffend die Organisation der zivilen Sicherheit und der Schaffung des Corps grand-ducal d'incendie et de secours (CGDIS) und gemäß dem großherzoglichen Reglement vom 1. März 2019 betreffend die Bereitstellung der Gebäude an das Rettungszentrum, wird ein Mietvertrag aufgestellt zwischen dem Schöffenkolegium und dem CGDIS. Unter anderem beinhaltet dieser Mietvertrag, dass die Gemeinde das Gebäude 32, rue de Wilwerdange und die Feuerwehrkaserne in der Industriezone dem CGDIS zur Verfügung stellt.



8. VERSCHIEDENE AKTE.

Folgende Akten werden unterzeichnet:

- Verkaufakt mit den Gebrüdern Felten: 1,37 Ar „rue de Wilwerdange“ werden zum Preis vom symbolischen Euro verkauft
- Verkaufakt mit Dame Charlotte Leners: 15 Zentiar werden im „Géidgerweeg“ in Wilwerdingen den Besitzer wechseln.



Elisabeth Reiff.

Au poste vacant cycle 2-4, surnuméraire, est proposée la dame Fabienne Dhur.

4. CRÉDIT SUPPLÉMENTAIRE.

Afin de faire face aux dépenses imprévues mais nécessaires concernant les mesures à respecter dans le cadre de la crise sanitaire du Covid-19, un crédit spécial de 25.000,00 € est inscrit dans le budget 2020, financé par le boni du budget.

5. REMISE À NIVEAU DES ARMOIRIES POUR LA COMMUNE DE TROISVIERGES.

Vu qu'il existe des défauts de qualité du format impression du blason actuel de la commune de Troisvierges, une révision professionnelle a été réalisée par Kirsch Erwin Design de Saint-Vith tout en conservant la forme, le contenu et les couleurs. Après que la commission étatique héraldique a avisé positivement le blason actualisé, les conseillers donnent de leur côté un avis positif. (voir pages 22,23)

6. CONFIRMATION D'UN RÈGLEMENT DE CIRCULATION URGENT ET TEMPORAIRE.

Un règlement de circulation urgent et temporaire, édité par le collège échevinal, concernant des restrictions aux CR 337 et au CR 341 à Hautbellain, est confirmé par le conseil communal.

7. CONTRAT DE LOUAGE CGDIS.

Conformément à la loi du 27 mars 2018 portant organisation de la sécurité civile et au règlement grand-ducal du 1er mars 2019 relatif à la mise à disposition des biens immeubles destinés à héberger le centre d'incendie et de secours, un contrat de louage a été établi entre la commune et le « Corps Grand-Ducal d'incendie et de secours » - CGDIS. Dans ce contrat est mentionné entre autre, que la

commune met à disposition du CGDIS les bâtiments situés à Troisvierges 32, rue de Wilwerdange et la caserne des sapeurs-pompiers, située dans le zoning industriel.

8. ACTES DIVERS.

Les actes suivants sont signés :

- Acte de vente avec les frères Felten concernant une parcelle de 1,37 ares sis rue de Wilwerdange pour le prix de l'euro symbolique.
- Acte de vente avec la dame Charlotte Leners. « Géidgerweeg » à Wilwerdange, 15 centiares.

- Verkaufakt mit Herrn Gilles Matthys: 1,92 Ar werden in Wilwerdingen für 1.242,10 € verkauft
- Durchfahrtsrecht mit den Eheleuten Hendriks-Steinmetz, Huldungen
- Tauschakt mit Dame Simone Breuskin
- Abtretungsakt im Siedlungsprojekt in Huldungen mit 4 verschiedenen Parteien, wobei es sich jeweils um 1 Zentiar handelt
- Verkaufsakt mit „Kierchefong“ betreffend den Ankauf der Friedhöfe für eine Gesamtsumme von 62.000,00 €.
- Verkaufsakt mit den Eheleuten Schroeder-Leyder von einer 11 Zentiar großen Parzelle gelegen in Wilwerdingen, Géidgerweeg.
- Tauschakt mit Herrn Roland Heintz betreffend jeweils eine 1 Zentiar große Parzelle.

9. DISKUSSION ÜBER DIE ÖFFNUNG DES FREIBADES UND DES CAMPINGS SOMMER 2020.

Die Räte bestimmen einstimmig den Campingplatz teilweise für die Sommersaison 2020 zu öffnen und dies natürlich unter den vorgeschriebenen Sicherheitsmaßnahmen. Das Freibad hingegen wird geschlossen bleiben.

10. OFFIZIELLER NAME DER NEUEN INDUSTRIEZONE.

Die neue Industriezone in Ulflingen wird offiziell heißen: „auf Stockem“. Die Räte beschließen einstimmig der Zone den Namen zu geben, der identisch ist mit dem Flurnamen.



11. ERSCHIEDENES UND DISKUSSION.

- Ein zusätzlicher Kostenvoranschlag betreffend Arbeiten an der Kanalisation auf dem Campingplatz wird unterzeichnet. Er beläuft sich auf 25.213,42 €.

- Acte de vente avec Monsieur Gilles Matthys : à Wilwerdange : 1,92 ares changent de propriétaires pour le prix de 1.242,10 €.
- Acte de servitude avec les époux Hendriks-Steinmetz à Huldange
- Acte d'échange avec la dame Simone Breuskin.
- Actes de cession gratuite à Huldange, projet de lotissement : 4 propriétaires cèdent chacun 1 centiare.
- Acte de vente avec « Kierchefong » : la commune achète les cimetières de la commune pour la somme de 62.000,00 €.
- Acte de vente avec les époux Schroeder-Leyder : une parcelle de 11 centiares, sise à Wilwerdange, Géidgerweeg, est vendue.
- Acte d'échange avec Monsieur Roland Heintz : deux parcelles de 1 centiare changent de propriétaire.

9. DISCUSSION SUR L'OUVERTURE DE LA PISCINE EN PLEIN AIR ET DU CAMPING, SAISON 2020.

Les conseillers décident à l'unanimité d'ouvrir en partie le camping de Troisvierges conformément aux dispositions et recommandations établies par le Gouvernement face à la crise sanitaire du COVID-19.

La piscine en plein air, par contre, reste fermée.

10. DÉNOMINATION DE LA NOUVELLE ZONE INDUSTRIELLE.

La nouvelle zone industrielle à Troisvierges portera le nom de « auf Stockem » à Troisvierges. Les conseillers décident de dénommer le zoning par son nom de lieu-dit.

11. DIVERS ET DISCUSSIONS.

- Un devis pour des travaux supplémentaires au camping concernant le collecteur et la canalisation est approuvé. Il se chiffre à 25.213,42 €.

1. Depuis quelques semaines des informations circulent dans la presse que le gouvernement belge envisage de créer des sites de stockage de déchets radioactifs dans des régions frontalières du Grand Duché de Luxembourg. Certains de ces sites concernent même des couches géologiques qui courent sous nos pieds, de la Belgique au Luxembourg, et ils pourraient polluer pour des siècles nos réserves d'eau potable, d'après la ministre de l'Environnement, Carole Dieschbourg. D'après nos informations le syndicat des villes et communes du Luxembourg SYVICOL a préparé une résolution dans ce dossier.

- Quel est le contenu de cette résolution ?
- Quelle est la position du collège échevinal de Troisvierges à ce sujet?

Suite à une conférence de presse de la part de Madame la Ministre de l'Environnement en date du 12 mai de cette année, le grand public a été mis au courant que la Belgique est en train de se donner une stratégie afin de gérer à long terme ses déchets

nucléaires. Il s'est avéré que plusieurs sites potentiels, en vue d'aménager un dépôt pour déchets nucléaires, sont situés le long de la frontière belgo-luxembourgeoise. Le Syvicol a immédiatement saisi l'affaire pour annoncer vouloir rédiger une résolution à ce sujet. La commune se renseignera auprès du Syvicol au sujet de ladite résolution et s'y ralliera afin de manifester son désaccord avec ce projet.

2. Concernant la réouverture de notre hall sportif, suite à la crise sanitaire et au confinement dû à la Covid-19:

- Le ministre des Sports a déclaré dans les médias qu'il communiquerait via circulaire aux communes un concept de directives-types à l'instar de l'établissement sportif « d'Coque ». Notre commune est-elle en possession d'une telle circulaire ?
- Pour quand la réouverture de notre hall sportif est-elle prévue ?
- Quelles conditions particulières seront à mettre en pratique et à respecter concernant notre hall sportif ?
- Quelles sont les activités sportives qui seront de nouveau autorisées, aussi bien pour les individuels et les clubs sportifs, que pour les stages sportifs ?

3. Les mêmes questions se posent pour notre piscine couverte

- Pour quand l'ouverture de notre piscine couverte est-elle prévue ?
- Quelles conditions et mesures de sécurité doivent être respectées ?
- De quelles activités aquatiques nos citoyens pourront-ils profiter (natation, stages de natation, aquagym, aquabike) ?

Les questions deux et trois du CSV traitent un seul et même sujet et peuvent donc être résumées dans une seule réponse. Le Ministre des Sports a publié des recommandations sanitaires à respecter pour tous les établissements offrant des activités sportives non compétitives. Ces recommandations sont publiées sur le site internet du Ministère des Sports et peuvent être consultées librement par toute personne intéressée. Toutes les questions soulevées par le CSV à ce sujet sont traitées en détail sur 8 pages dans cette circulaire. Quant aux mesures sanitaires à mettre en place ainsi que les activités autorisées, la commune se conformera en tout état de cause aux dites recommandations.

4. Depuis le 19 mars 2020 notre bureau de Poste est fermé suite aux mesures de confinement ordonnées par le gouvernement. Suite aux mesures de déconfinement prises par le même gouvernement, le bureau de Poste est toujours fermé et aucune date de réouverture du bureau n'est communiquée.

Nous vous demandons si vous avez des informations quant à la réouverture ou la fermeture pure et simple du bureau de Poste à Troisvierges.

Le collège échevinal avait contacté le préposé du bureau des postes afin de s'informer sur la réouverture du bureau de Troisvierges. Comme le préposé du bureau des postes ne disposait pas d'informations concrètes, M. Mertens a fait savoir qu'une question parlementaire serait posée à ce sujet par l'intermédiaire du député André Bauler.

5. Lors des débats à la Chambre des Députés au sujet des lois « Covid-19 », majorité et opposition ont travaillé ensemble pour réussir le meilleur des textes possibles en un court laps de temps. Ne serait-il pas souhaitable qu'au niveau communal nous arrivions de la même façon à travailler ensemble, et à nous respecter mutuellement, collège échevinal et conseillers de la majorité et de l'opposition, dans cette période longue et difficile du déconfinement, avec ses multiples répercussions au niveau communal ? Nous, conseillers communaux du CSV, le souhaitons de tout cœur.

L'EBL s'est montrée étonnée au sujet de cette question pour souligner que durant tous les temps la collaboration entre les deux groupements, EBL et CSV, s'est faite sans atteinte au respect de l'autre, contrairement à ce qu'on peut constater dans d'autres communes. Comme la critique provoquée par le CSV se résume apparemment à un manque d'informations au sujet de la crise « Covid-19 », le bourgmestre leur a rappelé qu'ils peuvent consulter à tout moment les circulaires ministérielles y relatives afin de s'instruire et s'informer davantage non seulement sur les dernières évolutions de cette crise, mais également sur d'autres sujets d'actualités. Rien qu'au sujet de l'actuelle crise dite « Covid-19 » le Ministère de l'Intérieur a publié pas moins que 67 circulaires. Comme nous vivons une phase très particulière avec des adaptations quotidiennes, il est compréhensible qu'on peut se sentir à un moment donné débordé et submergé par la variété des événements. Le bourgmestre a une fois de plus souligné sa ferme volonté de continuer à travailler ensemble avec tous les acteurs politiques dans l'intérêt de notre commune.

5. Concernant le barrage du CR 336 entre Wilwerdange et Weiswampach pour la circulation automobile en faveur des cyclistes pendant le mois d'août :

- le collège échevinal était-il en connaissance d'un tel plan ?
- quelle est la position du collège échevinal à ce sujet ?
- le CR 336 restera-t-il ouvert pour le trafic agricole et forestier ?

Quant au barrage annoncé du CR 336, le collège n'a pas été contacté à ce sujet, ni par le Ministère ni par l'administration des Ponts et Chaussées.

SOIRÉE ORIENTALE





SOIRÉE ORIENTALE



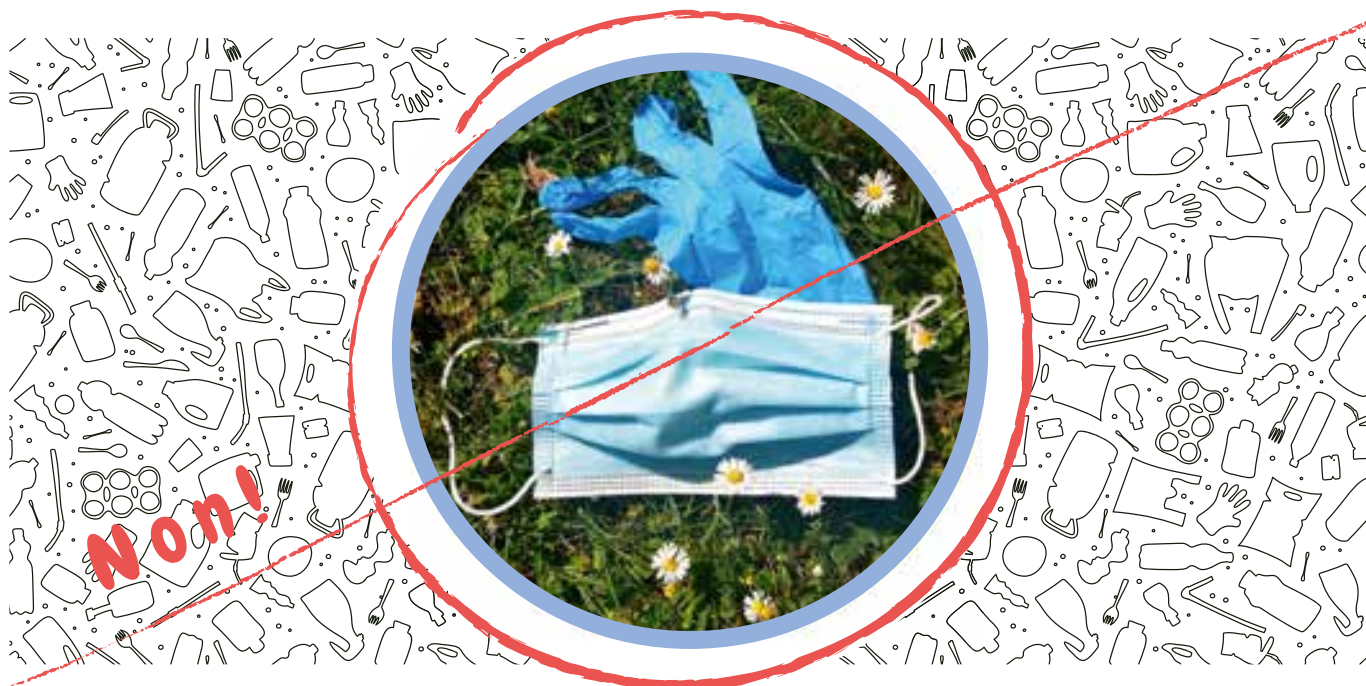
#JamaisSansMonMasque EST DESTINÉ À MON VISAGE, PAS À LA NATURE

Les masques et les gants de protection sont en **plastique**, pas en papier.



450

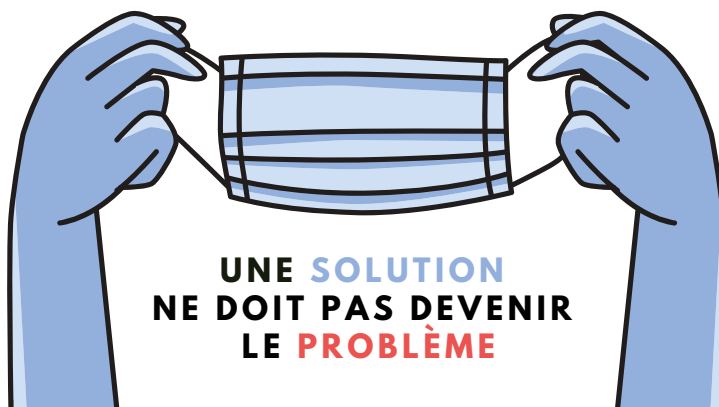
ans



Leur place est ni sur le sol ni dans les déchets recyclables, mais dans la **poubelle noire**.



info@ebl.lu



UNE SOLUTION
NE DOIT PAS DEVENIR
LE **PROBLÈME**



WEITERBILDUNG UND LIFELONG LEARNING IM ÉISLEK



Club Haus op der Heed bietet vielfältige Aktivitäten und Weiterbildungsmöglichkeiten für jeden an.

Zu den Angeboten zählen:

- Konferenzen
- Informationsveranstaltungen zu verschiedenen Themen
- Ausflüge und (Betriebs)Besichtigungen, Mini-Trips und Reisen
- Kurse und Workshops in den Bereichen:

*Gesundheit
Bewegung
Kreativität
Kultur und Sprachen
Essen und Trinken
Neue Medien
Natur und Nachhaltigkeit
Allgemeinbildung*

Die Weiterbildungsangebote und Aktivitäten richten sich an interessierte Personen aller Altersgruppen!

Um Neues zu entdecken werden Exkursionen, Besichtigungen und Reisen angeboten. Die Teilnehmer erhalten die Möglichkeit ihre Kompetenzen zu perfektionieren und ihren Horizont zu erweitern.

Ein zusätzliches Ziel der Angebote ist der gesellschaftliche Zusammenhalt sowie die Vermeidung sozialer Isolierung; im Sinne des Active Ageing sollen geistige und körperliche Aktivität gefördert werden.

Ein professionelles Team steht von Montag bis Freitag zur Verfügung und berät gerne bei persönlichen Anliegen.

Die Aktivitäten finden sowohl tagsüber als auch abends und am Wochenende in folgenden Gemeinden statt: Clervaux, Kiischpelt, Parc Hosingen, Pütscheid, Troisvierges, Weiswampach und Wincrange. Alle vier Monate erscheint ein Programmheft.





Lifelong learning - Activités diverses pour toute personne intéressée.

Le Club Haus op der Heed offre une panoplie d'activités ainsi qu'un large choix en formation continue.

Nos offres :

- des conférences
- des journées d'information
- des excursions et visites, courts séjours, voyages
- des cours dans les domaines de:

Santé

Sport

Créativité

Ateliers créatifs

Boire et manger

Culture et apprentissage des langues

Informatique

Nature et environnement

Culture générale

Les offres de formation continue et les activités sont accessibles à toute personne intéressée !

Le service offre des excursions, sorties et visites culturelles dans le but de faire découvrir du nouveau.

L'institution donne l'opportunité d'élargir ses compétences et ses horizons.

On donne soutien aux personnes qui préparent une nouvelle étape dans leur vie comme p. ex. le passage de la vie active à la retraite.

Les offres ont pour but de briser l'isolement social et de rester actif dans le sens de la définition du «Active Ageing». Une équipe professionnelle se tient à disposition pour apporter aide et conseil.

Les activités se font en journée, ainsi qu'en soirée et les weekends dans les communes suivantes : Clervaux, Kiischpelt, Parc Hosingen, Pütscheid, Troisvierges, Weiswampach et Wincrange.

Parution d'un nouveau programme tous les 4 mois.

Kontakt:

- montags 13h - 17h
- dienstags bis donnerstags 9h – 12:15h & 12:45h – 17h
- freitags 9h – 13h

Tel: 99 82 36

E-Mail: info@opderheed.lu

Web: 50-plus.lu

Contact:

- lundi 13h - 17h
- mardi - jeudi 9h – 12h15 & 12h45 – 17h
- vendredi 9h – 13h

Tel: 99 82 36

Courriel: info@opderheed.lu

Web: 50-plus.lu



1999 - 2019 Club Haus op der Heed Filmvirfeierung zu Èlwen am Kino



Zum 20jägerigen Bestoen hot de Club „Haus op der Heed' hir Client'en aus den Nordgemengen an engem Film zu Wuert komme gelooss.

D'Equipe vum Club huet iwwert ee Joer laang bei engem groussen Deel vun hiren Aktivitéiten gefilmt an Leit interviewt an doraus ass een Film vun 25 Minuten entstanden, den weist wat sou ee Club ass an wat ën den Legt bedeit.

Op der grousser Leinwand am Ciné Orion zu Èlwen konnten sech Buergermeesteren an d'Vertreter aus de Schaffen- a Gemengeréit von deenen 7 konventionéierten Gemengen von deenen villen Aktivitéiten an von der Begeesterung mat der Client'en an de Club kommen, iwwerzeegen. Von Ayurveda bis Zumba, iwwer baken a kachen, wandern, Computercours'en, Ausfluch a Reesen, Zero-Waste... ass alles dobäi.

13 072 Mol am Joer 2018 an 19 024 Mol am Joer 2019 goufen Dieren von engem Klient opgemat fir on enger Aktivitéit vum Club Haus op der Heed deelzehuelen.

D'Presidentin von der Asbl Foyers Seniors, Madamm Liliane Frising hot déi junk, dynamesch an innovativ Equipe gelueft.

Den Dr Edy Mertens, Buergermeester von der Gemeng Èlwen wousst dem Club Haus op der Heed seng Aarbicht ze schätzen an hott am Naam von deenen anneren Gemengen gratuléiert. Heen hott ervirgehuewen wéi gutt et ass, datt et sou engt Angebot on Weiterbildung, Couren an Aktivitéiten am Norden gëtt: bei esou engem Angebot brauch e néck méi an d'Stad ze foren.

Am Ofschloss gouf sech bei engem Patt, Schnittercher an engem Gebuertsdaysbond offréiert vum Club nach wegder ausgetosch.

E puer Biller aus dem Film





an der Press





Zugreburger Wort



Zugreburger Wort

Télécran



Verdeelung toutes boites
an den 7 Gemengen
am Dezember 2019.



Auch wenn Europas Grenzen im Schengen-Raum wieder offen sind, gehört für viele Menschen unserer Region eine zeitnahe Urlaubsplanung fernab der Heimat nicht zu ihren aktuellen Prioritäten.

Unseren sonst vor Ort geschätzten Gästen aus den Nachbarländern wird es ähnlich ergehen. Ihre gewohnte Anwesenheit in unserer Gemeinde werden wir in den kommenden Monaten sicherlich hier und da vermissen. Zweifellos Grund genug, auch unserer Bevölkerung nochmals die Schönheiten des Éislék vor Augen zu führen und das ebenso vielfältige wie hochwertige touristische, kulturelle und wirtschaftliche Angebot näher zu bringen.

Eine vom Tourismusbüro konzipierte Broschüre veranschaulicht in hervorragender Weise dieses Angebot.

Erscheinen wird die 48 (mit Deckelblatt 54) Seiten starke Broschüre im A5-Format jedoch erst im September 2020. Eigentlich war die Herausgabe für dieses Frühjahr geplant. Die Corona-Krise hat aber die Fertigung wegen massiver Planungsunsicherheit und fehlender Erreichbarkeit um einiges verzögert.

Fest steht jetzt, dass angesichts des Aufwands und der Auflagen gemäß jüngstem Beschluss des Gemeinderates auf eine Öffnung des hiesigen Freibades in diesem Sommer verzichtet werden muss. Geöffnet werden soll hingegen ab dem 1. Juli unser (zurzeit noch im Umbau befindlicher) Campingplatz. Hier wird der Betrieb unter Berücksichtigung der finalen Bauarbeiten und der sanitären Vorgaben mit Einschränkungen möglich sein.

Angesichts einiger derzeit immer noch unsicheren Gegebenheiten haben Tourismusschöffe Guy Henckes und -verantwortlicher Marco van Miltenburg das Erscheinen der Info-Broschüre auf Ende September terminiert.

Noch nie wurde eine Broschüre nach gründlicher Recherche mit so viel Aufwand erstellt und mit so vielversprechenden Informationen aufbereitet. Die darin enthaltenen Angaben geben, in anschaulich-attraktiver Gestaltung,

ein umfassendes Bild der touristischen Angebote unserer Gemeinde wieder.

Ähnlich aufgebaut wie die Website V-SITTROISVIERGES.LU werden hier die Themen Radfahren, Wandern, Aktivitäten, Kultur & Museen, Shopping, Eat & Sleep ... ausführlich und mit einem Blick über den Tellerrand unserer Gemeindegrenzen auch farblich (einheitlich wie

Grafische Konzeption und inhaltliche Struktur lieferte ERWIN KIRSCH DESIGN in vorbildlicher Zusammenarbeit mit den Tourismusverantwortlichen.

Aus dem Inhaltsverzeichnis

Ein Blick auf die Seitenstruktur zeigt die Vielfalt des auf 48 Innenseiten angebotenen touristischen Programms.

	Troisvierges Un peu d'histoire / Etwas Geschichte / Een beetje geschiedenis / Some history	3
	Les parcs naturels dans la région frontalière/ Naturparke in der Grenzregion/ Natuurparken in het grensgebied/ Nature parks in the border region	4
	La rivière frontalière/ Grenzfluss Our/ De grensrivier Our/ The border river Our	5
	Vélo/Radfahren/Fietsen/Biking Véritable paradis du deux-roues avec un vaste réseau de chemins et pistes cyclables <i>Troisvierges ist ein Paradies für Radfahrer und verfügt über ein ausgedehntes Radwegenetz.</i> Troisvierges is een paradijs voor fietsers en beschikt over een uitgebreid fietsnet. <i>Troisvierges is a paradise for cyclists and has an extensive cycling network.</i>	Biking 6
	Randonnées/Wandern/Wandelen/Hiking Profitez des nombreux sentiers pédestres balisés pour vous immerger en pleine nature d' Éislék <i>Erkunden Sie die zahlreichen beschilderten Wanderwege und tauchen Sie in die Natur des Éislék ein.</i> Ontdek de talrijke uitgeschilderde wandelroutes en duik in de natuur van het Éislék. <i>Explore the numerous signposted hiking trails and immerse yourself in the nature of the Éislék.</i>	Hiking 12
	Activités/Aktivitäten/Actief/Activity Troisvierges et ses environs proposent de nombreuses activités sportives et de loisirs <i>Troisvierges und seine nähere Umgebung bieten zahlreiche Freizeit- und Sportmöglichkeiten.</i> Troisvierges en zijn omgeving biedt u talrijke vrijetijd- en sportmogelijkheden. <i>Troisvierges and its surrounding area offer numerous leisure and sport facilities.</i>	Activity 22
	Culture et musées Kultur und Museen Cultuur en musea Culture and museums	Info+ 34
	Shopping	44
	Eat & Sleep	46
	Adresses utiles/Nützliche Adressen/ Nuttige adressen/ Helpful addresses	48

im Web) mit ausdrucksstarken Bildern und viersprachigen Texten (FR, DE, NL und EN) erläutert.

Den letzten Stand der Broschüre (Entwurf kurz vor Druckfreigabe) können Interessenten hier in Kürze online anschauen und Seite für Seite durchblättern: www.visittroisvierges.lu

DIE NEUE BROSCHÜRE DES ELWENTER TOURISMUSBÜROS ERSCHEINT IM MONAT SEPTEMBER.

Vélo Radfahren Fietsen Biking



Die besondere große Vielfalt bietet vielfältige Landschaften, ein ausgeprägtes Radwegenetz und überaus mit vielen Übernachtungsmöglichkeiten und zahlreichen interessanten Sehenswürdigkeiten. Auch die landschaftliche Schönheit der Region auf ruhigen Wegen und in naturnaher Umgebung laden zu zahlreichen Entdeckungstouren für die ganze Familie oder als individuelle Sportler.

On vacation, explore Troisvièrges by bike. It is a very peaceful and relaxing way to experience the beautiful landscape and enjoy the fresh air. The region offers a wide variety of cycling routes for all levels of riders. Discover the beauty of the region on your own or with a guided tour. The region offers a wide variety of cycling routes for all levels of riders. Discover the beauty of the region on your own or with a guided tour.

Le pays naturel du Grand-Éclair est une véritable paradis pour les cyclistes ! Ce pays offre une multitude de chemins de randonnée, de la route à la VTT, à la découverte de la nature et de la culture. Les paysages sont magnifiques et les conditions de conduite sont idéales. Découvrez la beauté de la région à votre rythme ou avec un guide expérimenté. Le Grand-Éclair offre une multitude de chemins de randonnée pour tous les niveaux de cyclistes. Découvrez la beauté de la région à votre rythme ou avec un guide expérimenté.

Der Naturpark Du Grand-Éclair ist ein wahres Paradies für Radfahrer ! Die Region bietet eine Vielzahl an Radwegen, von der Straße bis zum Mountainbike. Die Landschaft ist wunderschön und die Bedingungen sind ideal. Entdecken Sie die Schönheit der Region auf Ihre Weise oder mit einem erfahrenen Guide. Der Naturpark Du Grand-Éclair bietet eine Vielzahl an Radwegen für alle Niveaus. Entdecken Sie die Schönheit der Region auf Ihre Weise oder mit einem erfahrenen Guide.

Culture et musées Kultur und Museen Cultuur en musea Culture and museums



Il existe une variété de parties et grandes collections culturelles dans notre région. Ils reflètent notre histoire vivante, l'artisanat et les traditions locales. Ils offrent une vue d'ensemble de la région et de ses richesses. Ils sont une véritable découverte pour les visiteurs. Ils offrent une vue d'ensemble de la région et de ses richesses. Ils sont une véritable découverte pour les visiteurs.

Er is een verscheidenheid aan grote culturele verzamelingen in onze regio. Ze weerspiegelen onze levende geschiedenis, het ambacht en de tradities. Ze bieden een overzicht van de regio en zijn rijkdommen. Ze zijn een echte ontdekking voor bezoekers. Ze bieden een overzicht van de regio en zijn rijkdommen. Ze zijn een echte ontdekking voor bezoekers.

There is a variety of great and high cultural sights in our region. They reflect our living history, the crafts and traditions. They offer an overview of the region and its riches. They are a real discovery for visitors. They offer an overview of the region and its riches. They are a real discovery for visitors.

Randonnées Wandern Wandelen Hiking



Les Randonnées sont une véritable paradis pour les randonneurs. Elles offrent une multitude de chemins de randonnée, de la route à la VTT, à la découverte de la nature et de la culture. Les paysages sont magnifiques et les conditions de conduite sont idéales. Découvrez la beauté de la région à votre rythme ou avec un guide expérimenté. Les Randonnées offrent une multitude de chemins de randonnée pour tous les niveaux de randonneurs. Découvrez la beauté de la région à votre rythme ou avec un guide expérimenté.

Das Elbe stellt ein wunderbares Naturerlebnis dar. Es bietet eine Vielzahl an Wanderrouten, von der Straße bis zum Mountainbike. Die Landschaft ist wunderschön und die Bedingungen sind ideal. Entdecken Sie die Schönheit der Region auf Ihre Weise oder mit einem erfahrenen Guide. Das Elbe stellt ein wunderbares Naturerlebnis dar. Es bietet eine Vielzahl an Wanderrouten für alle Niveaus. Entdecken Sie die Schönheit der Region auf Ihre Weise oder mit einem erfahrenen Guide.

De Elbe vertegenwoordigt een prachtig natuurlijk landschap, met vele paden voor wandelaars en fietsers. Het gebied biedt een groot aantal wandelroutes, van de route tot de VTT, om de natuur en de cultuur te ontdekken. Het gebied is prachtig en de omstandigheden zijn ideaal. Ontdek de schoonheid van de regio op uw eigen tempo of met een ervaren gids. De Elbe vertegenwoordigt een prachtig natuurlijk landschap voor alle wandelaars. Ontdek de schoonheid van de regio op uw eigen tempo of met een ervaren gids.

Die Elbe repräsentiert ein prächtiges Naturerbe, ein wahres Paradies für Wanderer und Radfahrer. Sie bietet eine Vielzahl an Wanderrouten, von der Straße bis zum Mountainbike. Die Landschaft ist wunderschön und die Bedingungen sind ideal. Entdecken Sie die Schönheit der Region auf Ihre Weise oder mit einem erfahrenen Guide. Die Elbe repräsentiert ein prächtiges Naturerbe für alle Wanderer. Entdecken Sie die Schönheit der Region auf Ihre Weise oder mit einem erfahrenen Guide.

Shopping



Il existe une grande variété de commerces et de services dans notre région. Ils offrent une vue d'ensemble de la région et de ses richesses. Ils sont une véritable découverte pour les visiteurs. Ils offrent une vue d'ensemble de la région et de ses richesses. Ils sont une véritable découverte pour les visiteurs.

Er is een grote verscheidenheid aan winkels en diensten in onze regio. Ze bieden een overzicht van de regio en zijn rijkdommen. Ze zijn een echte ontdekking voor bezoekers. Ze bieden een overzicht van de regio en zijn rijkdommen. Ze zijn een echte ontdekking voor bezoekers.

There is a variety of shops and services in our region. They offer an overview of the region and its riches. They are a real discovery for visitors. They offer an overview of the region and its riches. They are a real discovery for visitors.

Activités Aktivitäten Actief Activity



Les Activités sont une véritable paradis pour les amateurs de sports. Elles offrent une multitude de possibilités de loisirs, de la randonnée à la VTT, à la découverte de la nature et de la culture. Les paysages sont magnifiques et les conditions de conduite sont idéales. Découvrez la beauté de la région à votre rythme ou avec un guide expérimenté. Les Activités offrent une multitude de possibilités de loisirs pour tous les niveaux de sportifs. Découvrez la beauté de la région à votre rythme ou avec un guide expérimenté.

Die Aktivitäten sind ein wahres Paradies für Sportler. Sie bieten eine Vielzahl an Freizeitaktivitäten, von der Wanderung bis zum Mountainbike. Die Landschaft ist wunderschön und die Bedingungen sind ideal. Entdecken Sie die Schönheit der Region auf Ihre Weise oder mit einem erfahrenen Guide. Die Aktivitäten sind ein wahres Paradies für alle Sportler. Entdecken Sie die Schönheit der Region auf Ihre Weise oder mit einem erfahrenen Guide.

De Activiteiten zijn een prachtig natuurlijk landschap, met vele mogelijkheden voor recreatie. Het gebied biedt een groot aantal activiteiten, van de wandeling tot de VTT, om de natuur en de cultuur te ontdekken. Het gebied is prachtig en de omstandigheden zijn ideaal. Ontdek de schoonheid van de regio op uw eigen tempo of met een ervaren gids. De Activiteiten zijn een prachtig natuurlijk landschap voor alle sporters. Ontdek de schoonheid van de regio op uw eigen tempo of met een ervaren gids.

Die Aktivitäten repräsentieren ein prächtiges Naturerbe, ein wahres Paradies für Sportler. Sie bieten eine Vielzahl an Freizeitaktivitäten, von der Wanderung bis zum Mountainbike. Die Landschaft ist wunderschön und die Bedingungen sind ideal. Entdecken Sie die Schönheit der Region auf Ihre Weise oder mit einem erfahrenen Guide. Die Aktivitäten repräsentieren ein prächtiges Naturerbe für alle Sportler. Entdecken Sie die Schönheit der Region auf Ihre Weise oder mit einem erfahrenen Guide.

Info

Hotels/Restaurants Lamy 25, rue d'Alsace 54000 Troisvièrges Tel: 03 83 22 12 12 www.lamy.com	Landhaus Held 7, rue d'Alsace 54000 Troisvièrges Tel: 03 83 22 12 12 www.landhaus-held.com	Wempehardt 24, rue d'Alsace 54000 Troisvièrges Tel: 03 83 22 12 12 www.wempehardt.com	Keup 84, rue d'Alsace 54000 Troisvièrges Tel: 03 83 22 12 12 www.keup.com	Les Timandines 25, rue d'Alsace 54000 Troisvièrges Tel: 03 83 22 12 12 www.les-timandines.com	Wempehardt 24, rue d'Alsace 54000 Troisvièrges Tel: 03 83 22 12 12 www.wempehardt.com	Keup 84, rue d'Alsace 54000 Troisvièrges Tel: 03 83 22 12 12 www.keup.com	Les Timandines 25, rue d'Alsace 54000 Troisvièrges Tel: 03 83 22 12 12 www.les-timandines.com
---	---	--	--	--	--	--	--

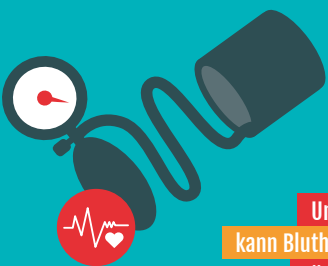
Inhaltlicher Wegweiser und praktischer Reiseführer ist die strukturell gut aufgemachte Website des Tourismusbüros. Die dominanten Rubrikfarben Grün für Wandern, Magenta für Radfahren, Orangegelb für Aktivitäten und Blau für alle Infos finden sich auch im Layout der neuen Broschüre (siehe die oben gezeigten Farbstreifen der jeweiligen Themen-Doppelseiten).

Alle Informationen werden mit Blick auf die Nach-Corona-Zeit zurzeit noch einmal unter die Lupe genommen, um dem Leser im Herbst ein umfassendes und möglichst korrektes Angebot zu vermitteln.

visit
troisvièrges

DE

In Luxemburg weiß eine von zwei Personen nicht, dass sie hohen Blutdruck hat.



Unentdeckt kann Bluthochdruck tödlich sein.

Lassen Sie sich testen!



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé

Sante.lu

Was ist hoher Blutdruck?

Blutdruck nennt man den Druck, den das Blut auf die Adern ausübt.

Jedes Mal wenn unser Herz schlägt, wird Blut durch die Gefäße in alle Teile des Körpers gepumpt. Der sogenannte **Blutdruck** entsteht durch den Druck des Blutes in unseren Adern, während es vom Herzen ausgestoßen wird.

Bei zu **hohem Blutdruck** ist der Druck auf die Arterien ständig zu hoch, und kann sie so beschädigen.



Die Folgen von Bluthochdruck

Umso höher der Blutdruck, desto mehr muss unser Herz pumpen, und umso größer ist das Risiko von Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Bluthochdruck **steigert vor allem das Risiko eines Schlaganfalls, eines Herzinfarktes, einer Herz- oder Nierenschwäche**, sowohl bei älteren als auch bei jüngeren Patienten.

Das Risiko steigt wenn der Blutdruck steigt!



Bluthochdruck in Zahlen

Bluthochdruck ist die erste vermeidbare Ursache von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, insbesondere von Schlaganfällen (WHO).

In Luxemburg:

30% der erwachsenen Bevölkerung leiden an hohem Blutdruck. Dieser Prozentsatz gehört zu den höchsten in Europa. (European Heart Network, 2014).

2x Zwischen 1975 und 2015 hat sich die Zahl der Patienten mit zu hohem Blutdruck verdoppelt (Luxembourg Institute of Health).

2/3 Bei den über 60-jährigen sind fast 2/3 der ansässigen Bevölkerung betroffen.

Männer leiden häufiger unter Bluthochdruck als Frauen. Diese stille Krankheit bleibt häufig unentdeckt und wird somit auch **nicht ausreichend behandelt**.

Prävention-Lebensstil

Eine ganze Reihe von Gewohnheiten erhöhen das Risiko von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, darunter auch das Risiko des hohen Blutdrucks:

Rauchen



Rauchen stört die normale Funktionsweise des Herzens und des Herz-Kreislaufes. Rauchen verschlimmert Arteriosklerose, indem es die Arterien verstopft und die Gefäßwände verhärtet.

Machen Sie beim Raucher-Entwöhnungsprogramm der Gesundheitsdirektion (Ministerium für Gesundheit - Tel.: (+352) 8002 6767) mit.

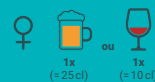
Fangen Sie nicht mit dem Rauchen an oder hören Sie mit dem Rauchen auf.

Für weitere Informationen:

<http://sante.public.lu/fr/prevention/tabac/arreter-fumer/programme-aide/index.html>

Alkoholkonsum

Für einen risikoarmen Alkoholkonsum sind folgende Mengen nicht zu überschreiten:



Um eine Alkoholabhängigkeit zu vermeiden, sollte man an 2-3 Wochentagen pro Woche trinken.

Quelle: WHO

Salzkonsum

Die Gesundheitsdirektion (Ministerium für Gesundheit) empfiehlt einen reduzierten Salzkonsum.

weniger als (etwas weniger als)

Weniger Salz in unserer Ernährung bedeutet einen niedrigeren Blutdruck.

Ungesunde und un ausgewogene Ernährung – Übergewicht

Eine ausgewogene und gesunde Ernährung führt zu einer Gewichtsabnahme, was wiederum zu hohem Blutdruck und anderen Gesundheitsproblemen beiträgt.

Empfohlene Lebensmittel

Pflanzliche Fette
Öle (besonders Olivenöl und Rapsöl)
Nüsse
Mageres Fleisch
Fisch
Hülsenfrüchte
Entrahmte Milchprodukte
Früchte

FR

Au Luxembourg, plus d'une personne sur deux ignore qu'elle souffre d'hypertension artérielle !



Non diagnostiquée, l'hypertension artérielle peut être mortelle.

Faites-vous dépister !



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé

Sante.lu

L'hypertension artérielle, de quoi s'agit-il ?

La **tension artérielle** est la pression du sang dans les artères. On parle de tension artérielle, car la force de pression exercée par le sang sur les artères « tend » leurs parois.

Chaque fois que le cœur bat, il envoie du sang dans les vaisseaux, qui est transporté vers toutes les parties du corps. La tension artérielle résulte de la pression du sang sur les parois des vaisseaux sanguins (artères) lorsqu'il est expulsé du cœur.

Lorsqu'il y a **hypertension artérielle**, les vaisseaux sanguins subissent en permanence une pression trop élevée, ce qui peut les endommager.



Les conséquences

Plus la pression artérielle est forte, plus le cœur doit pomper, plus le risque est élevé d'endommager le cœur et les vaisseaux sanguins des organes vitaux, comme le cerveau et les reins. Ceci **aggrave surtout le risque d'accident vasculaire cérébral, d'infarctus du myocarde et d'insuffisance cardiaque et rénale**, même chez des sujets jeunes.

Le risque augmente lorsque la tension augmente.



Les chiffres

L'hypertension artérielle est la première cause évitable de maladies cardiovasculaires et d'accidents vasculaires cérébraux dans le monde (OMS).

Au Luxembourg :

30% de la population adulte souffre d'hypertension artérielle. Cette proportion est parmi les plus élevées en Europe (European Heart Network, 2014).

2x Le nombre d'hypertendus a doublé entre 1975 et 2015. (Luxembourg Institute of Health)

2/3 Au-delà de 60 ans, presque 2/3 de la population résidente est concernée par l'hypertension artérielle.

La proportion d'hommes est plus élevée que celle des femmes. Cette maladie silencieuse reste largement sous-diagnostiquée et donc **sous-traitée**.

La prévention-le mode de vie

Certains comportements et habitudes de tous les jours augmentent le risque de problèmes cardiovasculaires, dont l'hypertension artérielle :

Le tabac



Le tabac perturbe le fonctionnement normal du cœur et des artères. Il aggrave l'artériosclérose, obstruant les artères, et rigidifie leurs parois.

Participez au programme de sevrage tabagique de la Direction de la Santé (Ministère de la Santé - Tél. : (+352) 8002 6767).

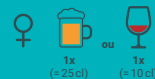
Ne fumez pas ou cessez de fumer !

Pour plus d'informations :

<http://sante.public.lu/fr/prevention/tabac/arreter-fumer/programme-aide/index.html>

L'alcool

Pour une consommation recommandée aux adultes, il est conseillé de ne pas boire d'alcool tous les jours.



Afin d'éviter une accoutumance, il est recommandé de ne pas boire d'alcool tous les jours.

Source: OMS

Le sel

La Direction de la Santé recommande une consommation réduite de sel.

moins de 5g (un peu moins d'un cuillère à café)

Une réduction du sel dans l'alimentation aide à réduire l'hypertension.

L'alimentation déséquilibrée

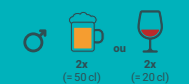
Une alimentation équilibrée fait partie du traitement de l'hypertension et prévient celle-ci.

Les aliments conseillés

les graisses végétales
les huiles (surtout de l'huile d'olive et de colza)
les fruits oléagineux
les viandes maigres
les poissons
les légumineuses
les produits laitiers demi-écrémés
les fruits



Alkoholkonsum wird empfohlen, überschreiten:



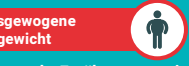
Lebensmittel zu vermeiden, sollte ganz auf Alkohol verzichten.



Ministerium für Gesundheit) Salzkonsum von

5 g pro Tag (ein Kaffeelöffel).

Ernährung kann senken.

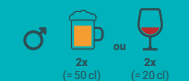


Gesunde Ernährung, sowie gehören zur Behandlung von können diesen vorbeugen.

Lebensmittel die zu ersetzen sind
Tierische Fette
Butter
Rahmsoßen
Wurst und Aufschnitt
Lebensmittel reich an gesättigten Fettsäuren
Käse
Feines Gebäck und Desserts



risque réduit, il est en bonne santé de ne pas de :



umance, il est conseillé 2 à 3 jours par semaine.



(Ministère de la Santé) mation de sel réduite à

g par jour (une cuillère à café)

l'alimentation contribue



ée et une perte de poids le l'hypertension artérielle

Les aliments à remplacer
les graisses animales
le beurre
les sauces à la crème
les charcuteries
les aliments riches en acides gras saturés
les fromages
les pâtisseries et desserts



Stress kann den Blutdruck erhöhen. Wenn man sich beruhigt, senkt sich der Blutdruck aber wieder.

Nehmen Sie sich Zeit zum Ausruhen, zur Entspannung und zur Erholung.



Die Gesundheitsdirektion (Ministerium für Gesundheit) rät allen Erwachsenen

zu einer moderaten körperlichen Aktivität von mindestens 150 Minuten pro Woche.

Kinder und Jugendliche sollten eine moderate körperliche Aktivität von mindestens 60 Minuten pro Tag haben.

Personen, die diese Empfehlungen nicht befolgen können, sollten so aktiv wie möglich bleiben.



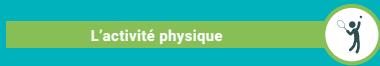
Gesunde Ernährung, sowie gehören zur Behandlung von können diesen vorbeugen.

Lebensmittel die zu ersetzen sind
Tierische Fette
Butter
Rahmsoßen
Wurst und Aufschnitt
Lebensmittel reich an gesättigten Fettsäuren
Käse
Feines Gebäck und Desserts



Le stress peut augmenter l'hypertension artérielle. Lorsqu'on revient au calme, la tension artérielle diminue.

Réservez chaque jour du temps pour la relaxation, la détente et le repos



La Direction de la Santé (Ministère de la Santé) recommande aux adultes, ainsi qu'aux personnes âgées, de

pratiquer une activité physique modérée (équivalent à la marche rapide) pendant au moins 150 minutes par semaine.

Les enfants et les jeunes devraient pratiquer une activité physique modérée à intense pendant au moins 60 minutes par jour.

Les personnes qui ne peuvent pas suivre ces recommandations à cause de leur état de santé devraient rester actives autant que leur condition le permet.



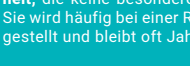
ée et une perte de poids le l'hypertension artérielle

Les aliments à remplacer
les graisses animales
le beurre
les sauces à la crème
les charcuteries
les aliments riches en acides gras saturés
les fromages
les pâtisseries et desserts



Stress kann den Blutdruck erhöhen. Wenn man sich beruhigt, senkt sich der Blutdruck aber wieder.

Nehmen Sie sich Zeit zum Ausruhen, zur Entspannung und zur Erholung.

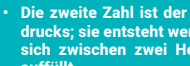


Die Gesundheitsdirektion (Ministerium für Gesundheit) rät allen Erwachsenen

zu einer moderaten körperlichen Aktivität von mindestens 150 Minuten pro Woche.

Kinder und Jugendliche sollten eine moderate körperliche Aktivität von mindestens 60 Minuten pro Tag haben.

Personen, die diese Empfehlungen nicht befolgen können, sollten so aktiv wie möglich bleiben.



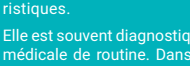
Gesunde Ernährung, sowie gehören zur Behandlung von können diesen vorbeugen.

Lebensmittel die zu ersetzen sind
Tierische Fette
Butter
Rahmsoßen
Wurst und Aufschnitt
Lebensmittel reich an gesättigten Fettsäuren
Käse
Feines Gebäck und Desserts



Le stress peut augmenter l'hypertension artérielle. Lorsqu'on revient au calme, la tension artérielle diminue.

Réservez chaque jour du temps pour la relaxation, la détente et le repos

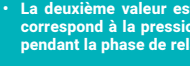


La Direction de la Santé (Ministère de la Santé) recommande aux adultes, ainsi qu'aux personnes âgées, de

pratiquer une activité physique modérée (équivalent à la marche rapide) pendant au moins 150 minutes par semaine.

Les enfants et les jeunes devraient pratiquer une activité physique modérée à intense pendant au moins 60 minutes par jour.

Les personnes qui ne peuvent pas suivre ces recommandations à cause de leur état de santé devraient rester actives autant que leur condition le permet.



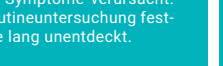
ée et une perte de poids le l'hypertension artérielle

Les aliments à remplacer
les graisses animales
le beurre
les sauces à la crème
les charcuteries
les aliments riches en acides gras saturés
les fromages
les pâtisseries et desserts



Stress kann den Blutdruck erhöhen. Wenn man sich beruhigt, senkt sich der Blutdruck aber wieder.

Nehmen Sie sich Zeit zum Ausruhen, zur Entspannung und zur Erholung.

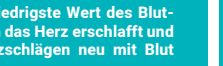


Die Gesundheitsdirektion (Ministerium für Gesundheit) rät allen Erwachsenen

zu einer moderaten körperlichen Aktivität von mindestens 150 Minuten pro Woche.

Kinder und Jugendliche sollten eine moderate körperliche Aktivität von mindestens 60 Minuten pro Tag haben.

Personen, die diese Empfehlungen nicht befolgen können, sollten so aktiv wie möglich bleiben.



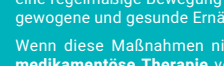
Gesunde Ernährung, sowie gehören zur Behandlung von können diesen vorbeugen.

Lebensmittel die zu ersetzen sind
Tierische Fette
Butter
Rahmsoßen
Wurst und Aufschnitt
Lebensmittel reich an gesättigten Fettsäuren
Käse
Feines Gebäck und Desserts



Stress kann den Blutdruck erhöhen. Wenn man sich beruhigt, senkt sich der Blutdruck aber wieder.

Nehmen Sie sich Zeit zum Ausruhen, zur Entspannung und zur Erholung.

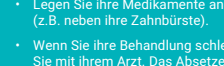


Die Gesundheitsdirektion (Ministerium für Gesundheit) rät allen Erwachsenen

zu einer moderaten körperlichen Aktivität von mindestens 150 Minuten pro Woche.

Kinder und Jugendliche sollten eine moderate körperliche Aktivität von mindestens 60 Minuten pro Tag haben.

Personen, die diese Empfehlungen nicht befolgen können, sollten so aktiv wie möglich bleiben.



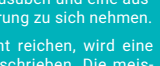
Gesunde Ernährung, sowie gehören zur Behandlung von können diesen vorbeugen.

Lebensmittel die zu ersetzen sind
Tierische Fette
Butter
Rahmsoßen
Wurst und Aufschnitt
Lebensmittel reich an gesättigten Fettsäuren
Käse
Feines Gebäck und Desserts



Stress kann den Blutdruck erhöhen. Wenn man sich beruhigt, senkt sich der Blutdruck aber wieder.

Nehmen Sie sich Zeit zum Ausruhen, zur Entspannung und zur Erholung.

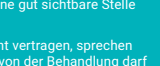


Die Gesundheitsdirektion (Ministerium für Gesundheit) rät allen Erwachsenen

zu einer moderaten körperlichen Aktivität von mindestens 150 Minuten pro Woche.

Kinder und Jugendliche sollten eine moderate körperliche Aktivität von mindestens 60 Minuten pro Tag haben.

Personen, die diese Empfehlungen nicht befolgen können, sollten so aktiv wie möglich bleiben.



Gesunde Ernährung, sowie gehören zur Behandlung von können diesen vorbeugen.

Lebensmittel die zu ersetzen sind
Tierische Fette
Butter
Rahmsoßen
Wurst und Aufschnitt
Lebensmittel reich an gesättigten Fettsäuren
Käse
Feines Gebäck und Desserts

Nützliche Adressen

Adresses utiles

Ministère de la Santé
Direction de la santé
Division de la médecine préventive
Allée Marconi – Villa Louvigny
L-2120 Luxembourg
Tél. : (+352) 2478 5564
www.sante.lu

Société Luxembourgeoise
de Cardiologie
www.slcardio.lu



Léif Blummen- a Gaardefrënn,

E par Informatiounen vum Gaart an Heem Ëlwen:

Leider konnt – d'Grënn si bekannt genou - eis Mammendagsfeier dëst Jor net stattfannen. Mir wëllen op dësem Wee de Mammen all Guddes a virun allem eng gutt Gesondheet wënschen.

Och eis Generalversammlung, wou eng statuarisch Ännerung fälleg ass, konnt na net ofgehalen ginn.

Der Organisatioun vum Blumenconcours soll awer näischt am Wee stoen a sou sollten och 2020 vill schéin Blumen ronderëm d'Haiser ze gesinn sënn.

Mir kruten dëst Joer ganz vill Blumen- a Geméisplanzenbestellungen (80). Eise Liwwerant an och mir hunn eist Best ginn fir datt alles su gutt wi méiglech sollt klappen. Leider koum et awer zu deem engen an anere klenge Liwwerproblem, wou mer op Versteesdemech hoffen. Et sierf awer och gesot, datt ganz vill vun eise Clienten sech positiv iwwert déi gutt Qualitéit vun de Planzen geäussert hunn.

Ronn 100 Télévieblummen goufen bestallt an den Erléis (500) gi gespendt. D'Blumm (eng Zort Mohn - ,Patscheblumm') soll an de Gaart geplanz ginn – et ass eng Staud, déi also iwwer méi Joren do ka stoe bleiwen.



REZEPT-CONCOURS

Der bléift doheem! Super! Dann hott der o lo vill Zäit fir ze kachen an ze baken. Dofir maacht mat: mer sichen dat best Rezept!

Schéckt eis Äert Lieblingsrezept an eng Foto vom gelongen Resultat (per email op info@opderheed.lu). Mer erstellen op Facebook een Album mam Numm "Rezept-Concours" an jiddereen kann d'Rezept liken. Déi meesten Likes... dann gewannt der bei eis ee Kach-Cours!




CONCOURS

Vous aimez cuisiner? Et actuellement vous avez beaucoup de temps pour cette passion?

Alors rejoignez-nous et envoyez votre recette préférée avec une photo du résultat réussi par courriel à l'adresse: info@opderheed.lu

Votre recette et la photo apparaîtront sur notre page Facebook dans la catégorie « Rezept-Concours ».

La personne qui aura le plus grand nombre de  like remportera un chèque cadeau pour un cours de cuisine de son choix organisé par Club Haus op der Heed.

