



**PROGRAMME** Septembre - Février

**PROGRAMM** September - Februar

**2017/18**



**PAMINA** Université Populaire  
Volkshochschule

Palatinat | Mittlerer Oberrhein | Nord Alsace



Présidence / Vorsitz: Erol Alexander Weiß  
 Direction / Leitung: Dr. Philine Weyrauch-Herrmann  
 Coline Baechler  
 Assistante / Assistentin: Irene Schäfer  
 Administration / Verwaltung: Jacqueline Loyseau

Avec le soutien de 16 universités populaires de l'espace Pamina et  
 Mit Unterstützung von 16 Volkshochschulen des Pamina-Raums und



L'up PAMINA vhs est membre de l'Association des Universités Populaires de France et de la Fédération des UP du Bade-Wurtemberg.  
 Die up PAMINA vhs ist Mitglied im französischen VHS-Verband und im VHS-Verband Baden-Württemberg.

**vhs** Gemeinsam für mehr Bildung  
 Volkshochschulverband Baden-Württemberg

## Chers membres, cher public.

Depuis bientôt 20 ans, l'up PAMINA vhs propose aux citoyennes et citoyens de l'espace PAMINA (**Palatinat, Mittlerer Oberrhein, Nord Alsace**) un vaste programme de manifestations bilingues. « **Apprendre, découvrir et vivre des rencontres transfrontalières** », voici nos lignes directrices. Pour les excursions en bus, différents points de départ sont proposés de part et d'autre de la frontière (par exemple Wissembourg, Haguenau et Karlsruhe).

L'up PAMINA vhs est agréée comme association d'Éducation Populaire, sa mission est reconnue d'utilité publique. N'hésitez pas à nous contacter pour tout renseignement concernant notre association, nos cours ou nos excursions. Nous serons très heureux de pouvoir vous accueillir à nos prochaines manifestations !

## Liebe Mitglieder und Teilnehmer(innen).

seit bald 20 Jahren bietet die up PAMINA vhs allen Bürger(innen) des PAMINA-Raums (**Palatinat, Mittlerer Oberrhein, Nord Alsace**) ein abwechslungsreiches grenzüberschreitendes Veranstaltungsprogramm. „**Lernen, erfahren und Begegnung grenzüberschreitend erleben**“ – das sind unsere Leitlinien. Bei Bus-Exkursionen werden Zustiege beiderseits der Grenze angeboten (z.B. Wissembourg, Bad Bergzabern, Karlsruhe).

Die up PAMINA vhs wurde vom französischen Staat zertifiziert und als gemeinnützig anerkannt. Bei Fragen zu unserem Verein, unseren Kursen oder unseren Ausflügen können Sie sich gerne an uns wenden. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme an unseren Veranstaltungen!

## CONTACTEZ-NOUS / WIR SIND FÜR SIE DA



Irene Schäfer  
Assistante / Assistentin

Coline Baechler  
Directrice / Leiterin  
in Elternzeitvertretung

Jacqueline Loyseau  
Administration /  
Verwaltung

✉ 2 Place des Carmes / F-67160 Wissembourg

Tel.: 0(033)3 88 94 95 64

E-Mail: [info@up-pamina-vhs.org](mailto:info@up-pamina-vhs.org)

Fax: 0(033)3 68 03 61 51

Web: [www.up-pamina-vhs.org](http://www.up-pamina-vhs.org)

Du lundi au vendredi / Montag bis Freitag:  
10h–12h & 14h–17h

Restaurant · Vinothek  
 Hotel · Aussichtsterrasse  
 Rundsaal



Deutsches Weintor

*Das steckt Leben drin!*



Mai – Sept Mi – Mo  
 Jeden Fr 19 Uhr „Chill“:  
 live-Musik open-air  
 Mehr unter [weintor.live](http://weintor.live)

[erlebnis@weintor.de](mailto:erlebnis@weintor.de)  
 76889 Schweigen  
 +49-6342-922 780  
 Okt–April Do–So

Début / Beginn	Thème / Thema	Page / Seite
10.09.	Bienwald	39
17.09.	Atelier champignons / Pilzseminar	14
20.09.	Französisch am Mittwoch 1	19
20.09.	Französisch am Mittwoch 2	19
23.09. 	Bretten	27
24.09.	Equitation (débutants) / Reiten (Anf.)	40
27.09.	Conférences du temps libre	27
29.09. 	Europe à Strasbourg / Europa in Straßburg	28
30.09.	Baies sauvages / Wildbeeren	14
01.10.	Equitation (confirmés) / Reiten (Fortg.)	40
07.10. 	Sarrebruck / Saarbrücken	29
07.10.	Reportage photo / Fotoreportage	6
07.10.	Pain / Brot-Workshop	15
07.10.	Französisch am Samstag	19
08.10.	Orpaillage / Goldwaschen	41
13.10.	Réforme et orgue / Reformation und Orgel	7
14.10.	Französisch am Wochenende 1	20
15.10.	Cours de danse historique / Tanzkurs	41
15.10.	Châteaux forts / Dahner Felsenburgen	30
20.10. 	Lyon I	31
22.10.	Victoire et paix / Sieg und Frieden	42
27.10. 	Verre à / Glas in Reyersviller	7
28.10.	Château-fort Madenburg	32
03.11.	Industrie	33
04.11.	Atelier couture / Nähworkshop	8
04.11.	Französisch am Wochenende 2	20
09.11.	Allemand le jeudi	20
10.11.	A table avec / Zu Tisch mit David	15
11.11. 	Mayence / Mainz	34
18.11.	Conférence linguistique / Sprachw. Vortrag	21
18.11. 	Haguenau & Sessenheim	35
24.11.	Conférence / Vortrag	35
25.11.	Cours de cuisine historique / Kochkurs	16

Début / Beginn	Thème / Thema	Page / Seite
02.12.	Pâtisserie / Patisserie	16
09.12.	Vannerie / Korbflechten	9
09.12. 	Noël à / Weihnachten in Bouxwiller	8
17.12.	Noël à / Weihnachten in Wissembourg	42
12.01. 	Francfort / Frankfurt	36
13.01.	Kinésiologie / Kinesiologie	43
19.01.	Conférence linguistique / Sprachw. Vortrag	21
20.01.	Aquarelles / Aquarellmalerei	9
26.01.	Monnaie / Karlsruher Münze	37
10.02. 	Art Nouveau à / Jugendstil in Nancy	10
10.02.	Cuisine ayurvédique / Ayurvedische Küche	17
16.02.	Frauen PORTRAITS de femmes	38
17.02.	Week-end yoga / Yoga-Wochenende	43
17.02.	Feutrine / Filzen	10
24.02. 	Heidelberg & Ladenburg	11
25.02.	Techniques de fumage / Räuchern	17
26.02.	Wochenkurs Französisch	22
26.02.	Semaine d'allemand	22
03.03.	Art à / Kunst in Bruchsal	12
20.03. 	Eglises / Kirchen	13
23.03. 	Lyon II	31

SEPTEMBRE / SEPTEMBER

DEC / DEZ

JAN / JAN

OCTOBRE / OKTOBER

FEBRIER / FEBRUAR

MARS / MÄRZ

NOVEMBRE / NOVEMBER



## UP 101

**Reportage photo**

A la découverte de la ville : les participant(e)s captureront les détails du quotidien au cours d'une balade dans le cœur de Karlsruhe. Une photographe professionnelle enseignera les bases techniques et artistiques de la photographie. Après une introduction dans l'atelier de l'artiste, les participant(e)s partiront à la chasse aux motifs dans la ville.

**Fotoreportage**

Heimat – auf Entdeckungsreise durch die Stadt. Bei einem Streifzug durch die Karlsruher Innenstadt schulen die Teilnehmer(innen) ihren fotografischen Blick für das Besondere im Alltäglichen. Technische Einführung und künstlerische Betreuung durch eine professionelle Fotografin. Startpunkt ist das Atelier der Fotografin für die ersten technischen Fragen. Nach der Themenbesprechung geht es auf zur gemeinsamen Motivsuche in der weiteren Innenstadt.

<b>Date / Termin :</b>	Samedi / Samstag 07.10.2017 (11h–17h)
<b>Lieu / Ort :</b>	Karlsruhe
<b>Animation / Leitung :</b>	Sandra Jacques
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Trajet individuel / Selbstanfahrt
<b>Prix / Preis :</b>	58 €



## UP 102

**Réforme et orgue à Strasbourg**

Le célèbre organiste et professeur d'orgue Daniel Maurer montrera l'influence du livre de chants de 1541 sur la musique d'orgue de différents compositeurs tels que J. S. Bach, W. A. Mozart ou encore Mendelssohn, jusqu'à aujourd'hui. Pour ce faire, il donnera plusieurs petits concerts dans différents lieux fondateurs de la Réforme à Strasbourg. Un événement incontournable pour les mélomanes passionnés d'histoire !

**Reformation und Orgelmusik in Straßburg**

An den Orgeln von verschiedenen Wirkungsstätten der Reformatoren in Straßburg zeigt der berühmte Organist und Orgellehrer Prof. Daniel Maurer in Konzerten den Einfluss des Straßburger Gesangbuchs von 1541 auf spätere Komponisten (von J. S. Bach, W. A. Mozart, Mendelssohn, bis zur Gegenwart). Ein unvergessliches Erlebnis für geschichtsinteressierte Musikliebhaber(innen)!

<b>Date / Termin :</b>	Vendredi / Freitag 13.10.2017 (toute la journée / ganztägig)
<b>Lieu / Ort :</b>	Strasbourg
<b>Animation / Leitung :</b>	Daniel Maurer
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Trajet individuel / Selbstanfahrt
<b>Prix / Preis :</b>	40 €

 UP 103
**Verre et vitraux à Reyersviller**

Le matin, les participant(e)s découvriront une vitrerie et miroiterie spécialisée dans la décoration et le façonnage du verre ainsi que dans la création et restauration de vitraux. L'après-midi, l'église Saint-Bernard de Reyersviller sera visitée. Celle-ci est connue pour ses vitraux contemporains signés Léon et Irène Zack. Une découverte du chemin de croix clôturera la journée.

**Glas und Glasfenster in Reyersviller**

Morgens entdecken die Teilnehmer(innen) eine Glaserei und Spiegelglaserei, die auf Glasbearbeitung und -dekoration sowie die Gestaltung und Restauration von Kirchenfenstern spezialisiert ist. Im Anschluss wird die Kirche Saint-Bernard in Reyersviller besichtigt. Diese ist bekannt für ihre zeitgenössischen Kirchenfenster von Léon und Irène Zack. Der örtliche Kreuzweg wird zum Abschluss des Tages erkundet.

<b>Date / Termin :</b>	Vendredi / Freitag 27.10.2017 (toute la journée / ganztägig)
<b>Lieu / Ort :</b>	Reyersviller
<b>Animation / Leitung :</b>	Antoine Lacroix
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Striebig Deutschland GmbH
<b>Prix / Preis :</b>	50 €

## UP 104

**Atelier couture à la frontière**

Enfin réussir la couture ! Avec l'aide d'une couturière expérimentée qui s'occupera de chaque participant(e) individuellement, chacun pourra partir à la fin de la journée avec un nouveau vêtement. Les machines et patrons sont fournis, les participant(e)s apportent leur tissu.

**Nähworkshop an der Grenze**

Endlich selbst nähen können! Individuell durch eine erfahrene Schneidermeisterin betreut, gelingt es jedem/jeder Teilnehmer(in), ein eigenes Kleidungsstück zu nähen. Maschinen, Schnittmuster etc. werden gestellt, Stoff wird mitgebracht.

<b>Date / Termin :</b>	Samedi / Samstag 04.11.2017 (10h–15h30)
<b>Lieu / Ort :</b>	Windhof
<b>Animation / Leitung :</b>	Filiz Cubuk-Müller
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Trajet individuel / Selbstanfahrt
<b>Prix / Preis :</b>	63 € (hors tissu / außer Stoff)

UP 105 **Noël à Bouxwiller**

Lors de cette excursion, les participant(e)s visiteront l'église de La Petite Pierre avant de se rendre à Bouxwiller, petite ville alsacienne dont le traditionnel marché de Noël est très réputé. Un concert à l'église clôturera cette journée inoubliable.

**Weihnachten in Buchweiler**

Vormittags steht die Besichtigung der Kirche in La Petite Pierre auf dem Programm. Der Nachmittag wird in Buchweiler verbracht. Der traditionelle Weihnachtsmarkt dieser kleinen elsässischen Stadt ist über die Jahre zu großer Berühmtheit gelangt. Ein Kirchenkonzert macht diesen Tag zu einem unvergesslichen Erlebnis.

<b>Date / Termin :</b>	Samedi / Samstag 09.12.2017 (toute la journée / ganztägig)
<b>Lieux / Orte :</b>	La Petite Pierre, Bouxwiller
<b>Animation / Leitung :</b>	Antoine Lacroix
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Striebig Deutschland GmbH
<b>Prix / Preis :</b>	45 €



## UP 106

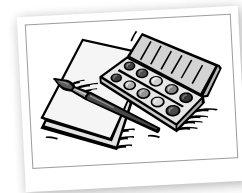
**Vannerie en Alsace**

La vannerie fait partie des très anciennes traditions alsaciennes. Un vannier expérimenté fera découvrir ce savoir-faire ancestral. Chaque participant(e) pourra réaliser son panier et l'emporter à la fin de la journée.

**Korbflechten im Elsass**

Das Korbflechten hat im Elsass lange Tradition. Ein erfahrener Korbflechter führt die Gruppe in seine jahrhundertealte Kunst ein. Am Ende kann jede(r) mit einem selbst geflochtenen Korb nach Hause gehen.

<b>Date / Termin :</b>	4 samedis / 4 Samstage: 09.12., 16.12.2017, 20.01, 27.01.2018 (9h–17h)
<b>Lieu / Ort :</b>	Wissembourg
<b>Animation / Leitung :</b>	Raymond Oesterlé
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Trajet individuel / Selbstanfahrt
<b>Prix / Preis :</b>	32 € la séance (matériel inclus) / pro Termin (inkl. Material)



## UP 107

**Aquarelles en Alsace**

Sous la direction d'un artiste alsacien, enseignant expérimenté, les participant(e)s auront l'occasion de se familiariser avec les techniques de l'aquarelle. Pour tous niveaux.

**Aquarellmalerei**

In diesem Workshop machen sich die Teilnehmer(innen) unter der Leitung eines bekannten elsässischen Künstlers und erfahrenen Kunstlehrers mit dem Aquarellieren vertraut. Für Anfänger(innen) und Fortgeschrittene.

<b>Date / Termin :</b>	Samedi / Samstag 20.01.2018 (10h–17h)
<b>Lieu / Ort :</b>	Wissembourg
<b>Animation / Leitung :</b>	Théo Sauer
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Trajet individuel / Selbstanfahrt
<b>Prix / Preis :</b>	40 €



UP 108 **Art Nouveau à Nancy**

Nancy est un haut lieu de l'Art Nouveau en Europe. Une visite guidée du centre-ville permettra de découvrir l'architecture de l'époque : façades impressionnantes, vitraux et ferronnerie. Une visite du musée de l'Ecole de Nancy est également au programme.

**Jugendstil in Nancy**

Nancy ist eine Metropole des Jugendstils von europäischer Bedeutung. Bei einem Stadtspaziergang gibt es prächtige Fassaden, Glasfenster und Gitter aus der Zeit um 1900 zu entdecken. Das einzigartige Jugendstil-Museum der Stadt wird ebenso besichtigt.

**Date / Termin :** Samedi / Samstag 10.02.2018  
(toute la journée / ganztägig)

**Lieu / Ort :** Nancy

**Animation / Leitung :** Antoine Lacroix

**Trajet / Anfahrt :** Striebig Deutschland GmbH

**Prix / Preis :** 58 €

## UP 109

**Atelier feutrine**

Dans l'univers doux et coloré de l'atelier feutrine, chaque participant(e) créera ses propres pièces à base de laine et d'eau. Atelier créatif pour tous niveaux.

**Workshop Filzen**

In der weichen bunten Welt der Filzwerkstatt gestaltet jede(r) Teilnehmer(in) unter der Anleitung einer erfahrenen Lehrerin eigene Werke aus Wolle und Wasser. Bastelworkshop für Anfänger(innen) und Fortgeschrittene.

**Date / Termin :** Samedi / Samstag 17.02.2018 (14h–18h)

**Lieu / Ort :** Wissembourg

**Animation / Leitung :** Stephanie Bollian

**Trajet / Anfahrt :** Trajet individuel / Selbstanfahrt

**Prix / Preis :** 28 € (hors participation aux frais 2–8 € / zzgl. Materialkosten 2–8 €)

 UP 110**Heidelberg & Ladenburg**

Le matin, les participant(e)s découvriront la petite ville de Ladenburg ainsi que son passé en tant que chef-lieu romain. Aujourd'hui, Ladenburg est surtout connu pour son centre-ville pittoresque bâti au Moyen-Âge. L'après-midi, une visite guidée de Heidelberg permettra de découvrir son centre-ville historique ainsi que son château impressionnant dont les origines remontent au XIII<sup>e</sup> siècle.

**Heidelberg & Ladenburg**

Zu Beginn des Tages besichtigen die Teilnehmer(innen) das Städtchen Ladenburg (Lopodunum) und erfahren von seiner Geschichte als römischer Hauptort. Heute ist die Stadt hauptsächlich für ihr malerisches mittelalterliches Zentrum bekannt. Am Nachmittag steht eine Stadtführung in Heidelberg auf dem Programm mit Besichtigung der historischen Altstadt und des beeindruckenden Heidelberger Schlosses, dessen Anfänge aus dem 13. Jahrhundert stammen.

**Date / Termin :** Samedi / Samstag 24.02.2018  
(toute la journée / ganztägig)

**Lieux / Orte :** Ladenburg, Heidelberg

**Animation / Leitung :** Coline Baechler

**Trajet / Anfahrt :** Striebig Deutschland GmbH

**Prix / Preis :** 58 €





## UP 111

### Art et baroque à Bruchsal

Le château baroque de Bruchsal, construit au XVIII<sup>e</sup> siècle, servait de résidence aux princes-évêques de Spire. Il est aujourd'hui connu, entre autres, pour son impressionnant escalier conçu par l'architecte Balthasar Neumann. Après une période de rénovation de plus de dix ans, les salles d'apparat sont de nouveau à visiter. Durant la matinée, les participant(e)s visiteront cette résidence baroque, avant de découvrir la ville ainsi que son histoire dans l'après-midi.

### Kunst und Barock in Bruchsal

Das Bruchsaler Barockschloss wurde im 18. Jahrhundert erbaut und war damals Residenz der Fürstbischöfe von Speyer. Das Schloss ist insbesondere für sein beeindruckendes Treppenhaus berühmt, ein Werk des Baumeisters Balthasar Neumann. Nach einer über zehnjährigen Wiederherstellungsphase sind auch die Prunkräume in der Beletage für die Öffentlichkeit wieder zugänglich. Am Vormittag entdecken die Teilnehmer(innen) diese Barockresidenz im Rahmen einer kunsthistorischen Führung, bevor sie am Nachmittag bei einer Besichtigung die Stadt und ihre Geschichte kennenlernen.

<b>Date / Termin :</b>	Samedi / Samstag 03.03.2018 (11h–16h30)
<b>Lieu / Ort :</b>	Bruchsal
<b>Animation / Leitung :</b>	Kiriakoula Damoulakis
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Trajet individuel / Selbstanfahrt
<b>Prix / Preis :</b>	25 €

 UP 112

### Les églises dans le Palatinat

Cette excursion permettra de découvrir des églises situées dans le Palatinat. Après une visite de l'église d'Insheim, les participant(e)s se rendront à Landau à la découverte de deux églises : Augustinerkirche et Stiftskirche. Enfin, une visite de l'abbaye cistercienne d'Eußerthal ainsi que de la Stiftskirche de Neustadt/Weinstraße conclura la journée.

### Kirchen in der Pfalz

Diese Tagesfahrt führt die Teilnehmer(innen) zu ausgewählten Kirchen in der Pfalz. Nach einer Besichtigung der Kirche in Insheim fahren die Teilnehmer(innen) nach Landau, wo sie die Augustinerkirche und die Stiftskirche besuchen. Der Tag endet mit der Besichtigung der Zisterzienserabtei in Eußerthal sowie der Stiftskirche in Neustadt/Weinstraße.

<b>Date / Termin :</b>	Mardi / Dienstag 20.03.2018 (toute la journée / ganztägig)
<b>Lieux / Orte :</b>	Landau, Insheim, Eußerthal, Neustadt/W.
<b>Animation / Leitung :</b>	Dr. Walter Appel
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Striebig Deutschland GmbH
<b>Prix / Preis :</b>	45 €



## STRIEBIG Deutschland GmbH

Lindelbrunnstr. 6 – 76887 Bad Bergzabern – Fax: 06343 / 7343 – Fon: 06343 / 2450

## UP 201

**Atelier champignons**

Une journée autour des champignons, leur aspect extérieur et leur utilisation. Au cours d'une conférence et d'une excursion dans la réserve de biosphère, les participant(e)s apprendront à cueillir, reconnaître et préparer les champignons. Un repas à base de champignons est inclus dans le prix.

**Pilzseminar**

An diesem Tag dreht sich alles um die Pilze, ihre Erscheinungsformen und Nutzungsmöglichkeiten. In einem Vortrag und einer Exkursion ins Biosphärenreservat erfahren die Teilnehmer(innen) Wichtiges über Sammeln, Erkennen und Bestimmen der Pilze, sowie Möglichkeiten der Zubereitung. Ein gemeinsames Essen – mit Pilzen – ist in der Teilnahmegebühr enthalten.

<b>Date / Termin :</b>	Dimanche / Sonntag 17.09.2017 (10h–16h)
<b>Lieu / Ort :</b>	Wingen près de / bei Lembach
<b>Animation / Leitung :</b>	Ursula & Johannes Schauer
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Trajet individuel / Selbstanfahrt
<b>Prix / Preis :</b>	48 € (conférence, excursion et repas inclus / inkl. Vortrag, Exkursion und Essen)

## UP 202

**Confitures, jus et sirops de fruits et baies sauvages**

Une journée consacrée aux baies sauvages en fin de saison. Au programme : cueillette et préparation de confitures et de sirops d'automne, dégustation de jus et sirops obtenus par la pression des baies. Les participant(e)s pourront emporter leurs confitures, sirops ou jus non consommés sur place.

**Marmeladen, Säfte und Sirup aus Früchten und Wildbeeren**

Ein Tag rund um die letzten Wildbeeren der Jahreszeit. In einer Küche mit Blick auf den naturbelassenen Garten erfahren die Teilnehmer(innen), wie die Beeren verarbeitet werden können. Nach dem Pflücken und der Zubereitung von herbstlicher Marmelade, Sirup und selbstgepressten Säften werden diese verkostet. Die Reste kann man mit nach Hause nehmen.

<b>Date / Termin :</b>	Samedi / Samstag, 30.09.2017 (10h–17h)
<b>Lieux / Orte :</b>	Lobsann
<b>Animation / Leitung :</b>	Martine Thomas
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Trajet individuel / Selbstanfahrt
<b>Prix / Preis :</b>	45 € (repas et boisson inclus / inkl. Essen und Getränk)

## UP 203

**Pain fait maison**

Du pain fait maison, astuces pour une bonne réussite : les participant(e)s essayeront des recettes avec différentes levures et farines. En attendant la levée de la pâte à pain, ils prépareront des pâtes à tartiner pour la dégustation.

**Brotbackworkshop**

Selbstgebackenes Brot, Tipps fürs gute Gelingen: Die Teilnehmer(innen) testen Rezepte mit verschiedenen Backtriebmitteln und Mehlen. In den Wartezeiten werden Brotaufstriche für die anschließende Verkostung hergestellt.

<b>Date / Termin :</b>	Samedi / Samstag 07.10.2017 (10h–15h)
<b>Lieu / Ort :</b>	Betschdorf
<b>Animation / Leitung :</b>	Renate Schwarz Eschenmann
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Trajet individuel / Selbstanfahrt
<b>Prix / Preis :</b>	45 €



## UP 204

**A table avec Jacques-Louis David**

Un menu élaboré d'après les goûts de l'époque du célèbre peintre David sera dégusté dans le cadre très coquet d'un restaurant gastronomique. Une historienne de l'art accompagnera le dîner et fera découvrir la vie et l'œuvre de l'artiste durant la soirée.

**Zu Tisch mit Jacques-Louis David**

Im eleganten Ambiente eines französischen Restaurants genießen die Teilnehmer(innen) ein komplettes Menü, zubereitet nach dem Geschmack der Zeit von Jacques-Louis David. Begleitend erzählt eine Kunsthistorikerin Geschichten aus seinem Leben und Werk.

<b>Date / Termin :</b>	Vendredi / Freitag 10.11.2017 (19h–22h)
<b>Lieu / Ort :</b>	Wissembourg-Altenstadt
<b>Animation / Leitung :</b>	Sandra Müller-Buntenbroich
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Trajet individuel / Selbstanfahrt
<b>Prix / Preis :</b>	52 € (repas inclus, hors boisson / inkl. Essen, ohne Getränke)



## UP 205

**Novembre 1878, un dîner chez Madame Audot**

Sous l'égide d'une historienne, le groupe fera la cuisine d'après des recettes historiques. Autour du repas commun, les participant(e)s apprendront bien des choses sur l'époque de la fin du XIX<sup>e</sup> siècle.

**November 1878, ein Mittagessen bei Madame Audot**

Unter der Leitung einer Historikerin wird nach historischen Rezepten gemeinsam gekocht und gegessen. Dabei erfahren die Teilnehmer(innen) viel Wissenswertes über jene Zeit.

<b>Date / Termin :</b>	Samedi / Samstag 25.11.2017 (10h–15h)
<b>Lieu / Ort :</b>	Wissembourg
<b>Animation / Leitung :</b>	Irene Schäfer
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Trajet individuel / Selbstanfahrt
<b>Prix / Preis :</b>	50 €

## UP 206

**Gourmandises à toute heure**

Madeleines, cookies, moelleux au chocolat, ... pour un petit creux sucré ! Lors de cet atelier, les participant(e)s découvriront la fabrication artisanale de ces gourmandises réputées.

**Delikatessen zu jeder Zeit**

Madeleines, Cookies, Schokotörtchen, ... für Hunger auf Süßes ! Dieser Workshop gewährt Einblicke in die feine Kunst der französischen Pâtisserie.

<b>Date / Termin :</b>	Samedi / Samstag 02.12.2017 (14h–17h30)
<b>Lieu / Ort :</b>	Wissembourg
<b>Animation / Leitung :</b>	Daniel Rebert
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Trajet individuel / Selbstanfahrt
<b>Prix / Preis :</b>	68 €

**Cuisine végétarienne ayurvédique**

La cuisine végétarienne ayurvédique : laissez-vous séduire par cette cuisine si savoureuse, saine et facile à faire. Les participant(e)s prépareront des samossas, des currys végétariens accompagnés de riz, du paneer (fromage frais) et des gourmandises pour le dessert. Le groupe pourra discuter des bases de la cuisine ayurvédique ainsi que de l'utilisation et des vertus des épices.

**Ayurvedisch-vegetarische Küche**

Die ayurvedisch-vegetarische Küche: Sie vereint in wunderbarer Weise Geschmack, Genuss und Heilsamkeit. Auf dem Programm stehen Samossas, vegetarische Currys mit Reisbeilage, Paneer (hausgemachter Frischkäse) und Leckereien für den süßen Abschluss. Es gibt eine kurze Einleitung über die ayurvedischen Grundlagen von Einsatz und Nutzen der Gewürze.

<b>Date / Termin :</b>	Samedi / Samstag 10.02.2018 (10h–15h)
<b>Lieu / Ort :</b>	Betschdorf
<b>Animation / Leitung :</b>	Renate Schwarz Eschenmann
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Trajet individuel / Selbstanfahrt
<b>Prix / Preis :</b>	45 €

**Techniques de fumage avec des résines et des herbes**

Selon la tradition, le printemps est le moment du nettoyage et du nouveau départ. La nature s'éveille et l'année se met en marche. Un nettoyage de printemps peut libérer le corps et l'esprit. Le fumage de différentes résines et herbes accompagne dans ce processus. Au cours de cet atelier, les participant(e)s découvriront les traditions et rituels du fumage ainsi que des encens. Chaque participant(e) composera un mélange d'encens pour la maison.

**Räuchern mit Harzen und Kräutern**

Räuchern zum Frühlingsbeginn. Nach alter Tradition ist der Frühling eine Zeit der Reinigung und des Neuanfangs. Wir freuen uns auf die erwachende Natur, auf das vor uns liegende Jahr. Ein „Frühjahrsputz“ für Körper und Geist kann jetzt von alten Lasten befreien. Das Verräuchern verschiedener Kräuter und Harze unterstützt diesen Prozess. Räuchertraditionen, -rituale und Räucherwerk werden vorgestellt. Jede(r) Teilnehmer(in) stellt sich eine individuelle Räuchermischung für zu Hause zusammen.

<b>Date / Termin :</b>	Dimanche / Sonntag 25.02.2018 (15h–17h)
<b>Lieu / Ort :</b>	Wissembourg
<b>Animation / Leitung :</b>	Ursula & Johannes Schauer
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Trajet individuel / Selbstanfahrt
<b>Prix / Preis :</b>	32 € (conférence, notes et matériel inclus / inkl. Vortrag, Skript und Material)

## UP 208





## Langues et Civilisation

Les cours de langue de l'up PAMINA vhs reposent sur le CECRL (Cadre Européen Commun de Référence pour les Langues). Un test permet d'évaluer votre niveau d'allemand ([www.up-pamina-vhs.org](http://www.up-pamina-vhs.org)). Sur demande, des cours particuliers seront proposés. Vous aurez la possibilité de passer l'examen pour l'obtention du Certificat de langues des UP de France (15 € de frais). Date sur demande.



## Sprachen und Landeskunde

Die Sprachkurse der up PAMINA vhs orientieren sich am GER (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen). Ein Sprachtest ermöglicht die Selbsteinstufung ([www.up-pamina-vhs.org](http://www.up-pamina-vhs.org)). Auf Anfrage wird Einzelunterricht vermittelt. Für 15 € kann das Sprachdiplom des französischen VHS-Verbandes abgelegt werden (Termin auf Anfrage).

## UP 301

### Cours particuliers d'allemand (tout niveau)

L'up PAMINA vhs propose des cours particuliers d'allemand sur demande. Les dates, la durée et le nombre de cours, ainsi que le contenu seront adaptés aux besoins spécifiques de chaque participant(e).

### Einzelunterricht Französisch (alle Niveaus)

Die up PAMINA vhs bietet maßgeschneiderten Einzelunterricht in Französisch an, in dem die Lehrkraft speziell auf die Belange des / der jeweiligen Lernenden eingeht. Termine, Dauer und Anzahl der Stunden sind individuell gestaltbar.

<b>Lieu / Ort :</b>	Wissembourg
<b>Animation / Leitung :</b>	Francine Cadène, Gabriele Cleres, Birgit Schmidt, Sophie Schönhöfer, Geneviève Poullain
<b>Prix / Preis :</b>	à partir de 35 € par heure / ab 35 € pro Stunde (10 séances minimum / Mindestdauer: 10 Stunden)

## UP 302

### Französisch am Mittwoch 1

Der klassische Abendkurs für alle, die ihre Sprachkenntnisse verbessern wollen.

<b>Termine:</b>	15 Mittwoche: 20.09., 27.09., 04.10., 18.10., 08.11., 15.11., 22.11., 29.11., 06.12., 13.12.2017, 10.01., 17.01., 24.01., 31.01., 07.02.2018 (19h30–21h30)
<b>Ort:</b>	Lauterbourg
<b>Niveau:</b>	A1 – A2 (einfache Alltagsdialoge)
<b>Leitung:</b>	Francine Cadène
<b>Preis:</b>	232 €

## UP 303

### Französisch am Mittwoch 2

Der klassische Abendkurs für alle, die ihre Französischkenntnisse erweitern möchten.

<b>Termine:</b>	15 Mittwoche: 20.09., 27.09., 04.10., 18.10., 08.11., 15.11., 22.11., 29.11., 06.12., 13.12.2017, 10.01., 17.01., 24.01., 31.01., 07.02.2018 (17h30–19h30)
<b>Ort:</b>	Lauterbourg
<b>Niveau:</b>	B2 (fortgeschrittene Konversation)
<b>Leitung:</b>	Francine Cadène
<b>Preis:</b>	232€

## UP 304

### Französisch am Samstag

Dieser Kompaktkurs bietet die Gelegenheit, die Grundlagen der französischen Sprache vor Ort in Weißenburg zu erlernen.

<b>Termine:</b>	5 Samstage: 07.10., 28.10., 18.11., 09.12.2017, 20.01.2018 (9h–12h)
<b>Ort:</b>	Wissembourg
<b>Niveau:</b>	A2 (einfache Alltagsdialoge)
<b>Leitung:</b>	Sophie Schönhöfer
<b>Preis:</b>	115 €



## UP 305 / 306

**Französisch am Wochenende**

Im beschaulichen Rahmen eines elsässischen Klosters bei Saverne erschließen die Intensivsprachkurse das lebendige Französisch von heute. Dabei steht die Konversation im Vordergrund.

- Leitung:** Jean-Philippe Devise  
**Lehrwerk:** Material wird gestellt  
**Preis:** 130 € Französischkurs  
 80 € Zuschlag für 2 Mittagessen, 1 Abendessen &  
 1 Übernachtung im EZ mit Dusche, WC & Frühstück

## UP 305

**Französisch am Wochenende 1**

- Termine:** Samstag 14.10. (9h30–17h),  
 Sonntag 15.10.2017 (9h30–17h)  
**Ort:** Reinacker (bei Saverne)  
**Niveau:** A1 – A2 (Anfänger(innen) mit Vorkenntnissen)

## UP 306

**Französisch am Wochenende 2**

- Termine:** Samstag 04.11. (9h30–17h),  
 Sonntag 05.11.2017 (9h30–17h)  
**Ort:** Reinacker (bei Saverne)  
**Niveau:** A2 – B1 (einfache Alltagsdialoge)

## UP 307

**Allemand le jeudi**

Ce séminaire permettra aux participant(e)s de se familiariser avec le vocabulaire de la vie quotidienne (achats, voyages, visites ...).

- Dates :** 5 jeudis : 09.11., 23.11., 07.12., 21.12.2017,  
 11.01.2018 (18h–20h)  
**Lieu :** Lauterbourg  
**Niveau :** A1- A2 (débutants avancés)  
**Animation :** Gabriele Cleres  
**Prix :** 90 €

## UP 308

**Conférence bilingue :  
 Subtilités et fantaisies de la langue française**

Pourquoi est-il faux de dire « au jour d'aujourd'hui » ? Saviez-vous qu' « oiseaux » est un des mots les plus longs, dont aucune des lettres ne correspond aux sons de l'alphabet ? Pourquoi dit-on « les belles gens » mais « les gens sont beaux » ? Lors de cette conférence bilingue, les participant(e)s pourront rire et discuter des subtilités et fantaisies de la langue française, qui donne du fil à retordre aux écoliers.

**Zweisprachiger Vortrag: Eigenarten und Besonderheiten der französischen Sprache**

Warum ist es falsch zu sagen „au jour d'aujourd'hui“? Und wussten Sie, dass „oiseaux“ eines der längsten Wörter ist, bei dem man keinen Buchstaben so ausspricht, wie er dasteht? Warum sagt man „les belles gens“ aber „les gens sont beaux“? Während dieses zweisprachigen Vortrags können sich die Teilnehmer(innen) über diese Besonderheiten der französischen Sprache amüsieren und darüber diskutieren.

- Date / Termin :** Samedi / Samstag 18.11.2017 (10h–13h)  
**Lieu / Ort :** Wissembourg  
**Animation / Leitung :** Coline Baechler  
**Prix / Preis :** 10 €

## UP 309

**Conférence bilingue :  
 Le français à l'ère du numérique**

L'arrivée d'Internet a chamboulé notre manière de communiquer et d'écrire. Dans les différentes formes de communication numérique, on observe un usage de la langue française différent de celui qui nous est enseigné par les normes grammaticales et orthographiques. Réduction ou réduplication graphique, verlan, anglicismes ... tous ces phénomènes seront présentés et discutés lors de la conférence animée en langues française et allemande.

**Zweisprachiger Vortrag:  
 Französisch im digitalen Zeitalter**

Das Internet hat unsere Art der Kommunikation auf den Kopf gestellt. Die verschiedenen Möglichkeiten der digitalen Kommunikation bringen auch eine Änderung in der Nutzung der französischen Sprache mit sich, die sich von den grammatischen und orthographischen Normen unterscheidet: Kürzungen und Doppelungen des Schriftlichen, Jugendsprache und Anglizismen... Während dieses Vortrags werden alle diese Phänomene auf Deutsch und Französisch vorgestellt und besprochen.

- Date / Termin :** Vendredi / Freitag 19.01.2018 (17h–20h)  
**Lieu / Ort :** Wissembourg  
**Animation / Leitung :** Coline Baechler  
**Prix / Preis :** 10 €

## UP 310

**Wochenkurs Französisch intensiv**

Dieser einwöchige Intensivkurs lädt dazu ein, die französische Sprache zu vertiefen und anzuwenden.

<b>Termine:</b>	Montag 26.02.2018 bis Freitag 02.03.2018 (9h–16h)
<b>Ort:</b>	Wissembourg
<b>Niveau:</b>	A2–B1 (leichte bis mittelschwere Konversation)
<b>Leitung:</b>	Jean-Philippe Devise
<b>Preis:</b>	230 € (ohne Übernachtung)

## UP 311

**Semaine intensive d'allemand  
(conversation de tous les jours)**

<b>Dates :</b>	Lundi 26.02.2018 à vendredi 02.03.2018 (14h–18h)
<b>Lieu :</b>	Wissembourg
<b>Niveau :</b>	A2 (conversation)
<b>Animation :</b>	Gabriele Cleres
<b>Prix :</b>	190 € (sans hébergement)

## UP 312

**Coaching pour frontaliers**

L'up PAMINA vhs propose sur demande des cours particuliers en allemand et en français pour la rédaction d'un dossier de candidature. Ensuite, lors d'un séminaire, les participant(e)s pourront apprendre les stratégies de présentation interculturelles pour postuler dans le pays voisin. La date sera fixée en fonction de la disponibilité des participant(e)s.

**Bewerbungscoaching für Grenzgänger(innen)**

Die up PAMINA vhs bietet maßgeschneiderten Einzelunterricht für Grenzgänger(innen) in Französisch und Deutsch für das Erstellen von Bewerbungsunterlagen an. In einem interkulturellen Training lernen die Teilnehmer(innen) Präsentationsstrategien für ein Vorstellungsgespräch im Nachbarland. Die Termine sind individuell gestaltbar.

<b>Lieu / Ort :</b>	Wissembourg
<b>Prix / Preis :</b>	sur demande / auf Anfrage

**Conditions générales (extraits)**

Pour l'inscription, prière de remplir le bulletin page 24, d'ajouter le règlement par chèque et d'envoyer le tout à l'up PAMINA vhs. Une cotisation annuelle de 5 € (année civile) est à ajouter au montant de la 1<sup>ère</sup> inscription.

Avant la manifestation, l'up PAMINA vhs adressera aux participant(e)s un courrier ou un courriel qui donnera de plus amples renseignements. Le chèque sera encaissé dans la semaine précédant la manifestation et ne pourra plus être remboursé en cas de désistement. Si l'annulation a lieu plus d'une semaine avant la manifestation, un montant de 3 € sera demandé. En cas d'annulation, les participant(e)s seront informé(e)s et le chèque sera détruit.

Les demandeurs d'emploi et les jeunes (13 à 17 ans) bénéficient d'une réduction de 25 %, les enfants (6 à 12 ans, accompagnés d'un adulte) d'une réduction de 50 %. La participation est gratuite pour les enfants de moins de 6 ans. Il n'y a pas de réduction pour des manifestations comprenant un hébergement. Les membres résidant à Wissembourg pourront, selon leur quotient familial, bénéficier de chèques « cultures, sports & loisirs », délivrés par la mairie.

**Allg. Geschäftsbedingungen (Auszüge)**

Für die Anmeldung bitte das Formular auf S. 25/26 ausgefüllt an die up PAMINA vhs schicken. Für die Teilnahme ist eine Mitgliedschaft im Trägerverein obligatorisch. Sie kostet 5 € pro Jahr (Kalenderjahr) und erlischt danach automatisch.

Vor Beginn der Veranstaltung wird eine Teilnahmebestätigung mit näheren Angaben verschickt. Die Gebühren werden eine Woche vor Veranstaltungsbeginn fällig. Erstattungen sind danach nicht mehr möglich. Geht eine Stornierung früher ein, wird nur eine Bearbeitungsgebühr von 3 € erhoben. Bankspesen bei Widerspruch oder durch falsche Bankdaten verursachte Gebühren tragen die Teilnehmer(innen).

Arbeitslose und Jugendliche (13–17 Jahre) zahlen 75 %, Kinder (6–12 Jahre) in Begleitung von Erwachsenen nur 50 % der Kursgebühren. Die Teilnahme von Kindern unter 6 Jahren ist frei. Die Ermäßigungen gelten nicht für Veranstaltungen mit Übernachtung. Geringverdiener(innen) mit Wohnsitz in Deutschland und Klient(inn)en der Arbeitsagentur können dort Bildungsprämien und -gutscheine beantragen.







UP 401

## Conférences du temps libre

Cycle de 10 conférences sur la culture, la société et l'histoire de la région et au-delà. Programme détaillé sur demande.

## Französischsprachige Vortragsreihe

Vortragszyklus in französischer Sprache mit renommierten Referent(innen) zur Kunst, Kultur sowie Geschichte der Region und darüber hinaus. Detailliertes Programm auf Anfrage.

<b>Date / Termin :</b>	10 mercredis de septembre 2017 à mars 2018 / 10 Mittwoch von September 2017 bis März 2018 (14h30–16h30)
<b>Début / Beginn :</b>	27.09.17
<b>Lieu / Ort :</b>	Wissembourg
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Trajet individuel / Selbstanfahrt
<b>Prix / Preis :</b>	50 € par personne / pro Person (75 € par couple / Ehepaar)

 UP 402

## Bretten, ville natale de Mélanchthon

En 2017, année des 500 ans de la Réforme, Bretten célèbre ses 1250 ans. C'est un évènement exceptionnel pour la ville natale de l'humaniste et théologien Philippe Mélanchthon. A l'occasion de cet anniversaire, l'excursion mènera sur les traces de Mélanchthon et de la Réforme. Des visites guidées et des expositions permettront aux participant(e)s de se plonger dans cette histoire mouvementée. Une visite du marché du vin, qui aura lieu spécialement ce jour-là, clôturera cette journée.

## Melanchthonstadt Bretten

Im Jahr 2017 feiert die Stadt Bretten ihr 1250-jähriges Jubiläum ganz im Zeichen des Reformationsjahres. Anlässlich dieses bedeutenden Ereignisses führt die Tagesfahrt auf den Spuren des Humanisten und Theologen Philipp Melanchthon und der Reformationszeit nach Bretten. Fachkundige Führungen und aktuelle Ausstellungen bieten Einblicke in die bewegte Geschichte der Stadt. Darüber hinaus steht ein Besuch des Weinmarkts auf dem Programm.

<b>Date / Termin :</b>	Samedi / Samstag 23.09.2017 (toute la journée / ganztätig)
<b>Lieu / Ort :</b>	Bretten
<b>Animation / Leitung :</b>	Coline Baechler
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Striebig Deutschland GmbH
<b>Prix / Preis :</b>	52 €

## SEPA-LASTSCHRIFTMANDAT

Bitte alle Felder ausfüllen.

GLÄUBIGER-IDENTIFIKATIONSNUMMER: DE95ZZZ00001255573

MANDATSREFERENZ (wird von der up PAMINA vhs ausgefüllt):

VORNAME UND NAME (Kontoinhaber/in):

STRASSE UND HAUSNUMMER:

PLZ UND ORT:

IBAN

BIC

NAME DER BANK

NAME DER BANK

DATUM / /

DATUM / /

ORT

UNTERSCHRIFT

(Kontoinhaber/in)

Ich ermächtige die up PAMINA vhs (2 Place des Carnes, 67160 Wissembourg), die von mir zu entrichtenden Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der up PAMINA vhs auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Meine Rechte zu diesem Mandat sind in einem Merkblatt enthalten, das ich bei meinem Kreditinstitut anfordern kann.

Hinweis: Der Widerspruch berührt nicht den Vertrag, der im Rahmen der Kursanmeldung mit der up PAMINA vhs geschlossen wurde. Dieser bleibt auch bei einem evtl. Widerspruch weiterhin bestehen.

Die Teilnahmegebühr ist nach schriftlicher Bestätigung Ihrer Anmeldung circa 1 Woche vor Veranstaltungsbeginn fällig. Im Übrigen gelten die AGB der up PAMINA vhs.



UP 403 

**vhs für  
Europa**

### Découverte de l'Europe à Strasbourg

Cette excursion subventionnée par l'union des universités populaires ainsi que le Land de Bade-Wurtemberg se consacre aux institutions européennes à Strasbourg. Le matin, les participant(e)s visiteront le Conseil de l'Europe : présentation et film sur le fonctionnement, ainsi que visite de l'hémicycle. L'après-midi, le groupe se rendra au Parlement européen afin de découvrir son organisation et son activité. Un détour au château de Pourtalès permettra de découvrir le parc de ce lieu peu connu, pourtant décisif dans l'histoire européenne. L'excursion est proposée en coopération avec la VHS Landkreis Rastatt.

### Europäische Entdeckungsfahrt nach Straßburg

Die vom Land sowie vom Volkshochschulverband Baden-Württemberg geförderte Entdeckungsfahrt widmet sich den europäischen Institutionen in Straßburg. Am Vormittag wird der Europarat besichtigt. Nach einer Einführung wird ein Film zur Funktionsweise der Institution gezeigt und der Sitzungssaal besucht. Am Nachmittag steht eine Führung durch das Europäische Parlament mit Besuch des Plenarsaals auf dem Programm. Das Schloss Pourtalès und sein Park sind einen Abstecher wert, da auch dort das Thema Europa auf die Teilnehmer(innen) wartet. Die Exkursion wird in Kooperation mit der VHS Landkreis Rastatt angeboten.

**Date / Termin :** Vendredi / Freitag 29.09.2017  
(toute la journée / ganztägig)

**Lieu / Ort :** Strasbourg

**Animation / Leitung :** Irene Schäfer

**Trajet / Anfahrt :** Striebig Deutschland GmbH

**Prix / Preis :** 38 €

 UP 404


**vhs für  
Europa**

### Sarrebruck : ville frontalière

Sarrebruck, capitale du Land de Sarre, est une ville située à quelques kilomètres seulement de la frontière avec la France. Son histoire est ainsi marquée par l'évolution des relations franco-allemandes. Lors de cette excursion, les participant(e)s assisteront à une visite guidée de la ville en bus, afin de découvrir les lieux qui ont marqué l'histoire des deux pays. L'après-midi, une rencontre avec une représentante du Ministère sarrois des Finances et de l'Europe permettra de découvrir l'état actuel du travail transfrontalier en Sarre. Enfin, une visite de la Stiftskirche St. Annual, collégiale gothique du XIIIe siècle, conclura cette journée. Cette manifestation est proposée en coopération avec la VHS Landkreis Rastatt et subventionnée par l'union des universités populaires ainsi que le Land de Bade-Wurtemberg.

### Grenzstadt Saarbrücken

Saarbrücken liegt unweit der Grenze zu Frankreich. Die Geschichte der Landeshauptstadt ist durch die Entwicklung der deutsch-französischen Beziehungen geprägt. Anlässlich dieser Tagesfahrt werden im Rahmen einer geführten Busrundfahrt bedeutende Orte deutsch-französischer Geschichte besichtigt. Am Nachmittag erfahren die Teilnehmer(innen) im Rahmen eines Gesprächs mit einer Referentin des Saarländischen Ministeriums für Finanzen und Europa mehr über die aktuellen Themen der grenzüberschreitenden Zusammenarbeit. Abschließend wird die im 13. Jahrhundert im gotischen Stil erbaute Stiftskirche St. Annual besichtigt. Diese Fahrt wird in Kooperation mit der VHS Landkreis Rastatt angeboten und durch den Volkshochschulverband und das Land Baden-Württemberg gefördert.

**Date / Termin :** Samedi / Samstag 07.10.2017  
(toute la journée / ganztägig)

**Lieu / Ort :** Saarbrücken

**Animation / Leitung :** Antoine Lacroix

**Trajet / Anfahrt :** Striebig Deutschland GmbH

**Prix / Preis :** 55 €



## UP 405

### Les châteaux forts autour de Dahn

Le Dahner Felsenland est réputé pour ses formations rocheuses pittoresques en grès rouge du Trias. Certaines sont couronnées de châteaux imposants. Cette randonnée historique mènera au groupe de châteaux forts d'Altdahn et au château fort de Neudahn qui surplombe le lac. Une randonnée à la rencontre de l'histoire.

### Die Dahner Felsenburgen

Das Dahner Felsenland ist bekannt für seine pittoresken Sandsteinformationen. Einige von ihnen werden durch imposante Burgen bekrönt. Die historische Burgenwanderung führt zur Burgengruppe Altdahn und zur Burg Neudahn. Eine Wanderung für alle, die gerne historisches Wissen mit Bewegung verbinden.

<b>Date / Termin :</b>	Dimanche / Sonntag 15.10.2017 (14h–18h)
<b>Lieu / Ort :</b>	Dahn et environs / Dahn und Umgebung
<b>Animation / Leitung :</b>	Rolf Übel
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Trajet individuel / Selbstanfahrt
<b>Prix / Preis :</b>	22 €


 UP 406 / 415

### Lyon : Ville lumière

Lyon est l'une des plus belles villes de France. Avec ses trois quartiers historiques Vieux Lyon, Presqu'île et Croix-Rousse, Lyon est inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO. Lors de ce voyage d'études, les participant(e)s auront l'occasion de découvrir les différentes facettes de cette ville aux deux fleuves. Le programme comprend entre autres une visite de la cathédrale Saint-Jean, résidence du primat de France, une visite guidée de la célèbre collection du palais des Beaux-Arts et une promenade à travers les quartiers historiques de la ville. La découverte de l'ancien quartier des canuts et une sortie en funiculaire à la basilique Notre-Dame de Fourvière seront aussi au programme.

### Lyon: Stadt des Lichts

Lyon ist eine der schönsten Städte Frankreichs. Sie gehört mit ihren drei historischen Stadtteilen Vieux Lyon, Presqu'île und Croix-Rousse zum UNESCO-Weltkulturerbe. Bei dieser dreitägigen Studienreise lernen die Teilnehmer(innen) die Zweiflüssestadt mit ihren verschiedenen Facetten kennen. Das Besichtigungsprogramm umfasst u.a. einen Besuch der Kathedrale Saint-Jean, dem Sitz des Primas von Frankreich, eine Führung durch den Palais des Beaux-Arts mit seiner bedeutenden Kunstsammlung und einen Spaziergang durch die historischen Stadtviertel. Auch der Besuch des ehemaligen Viertels der Seidenweber und eine Fahrt mit der Standseilbahn (Funiculaire) zur berühmten Wallfahrtskirche Notre-Dame de Fourvière stehen auf dem Programm.

## UP 406

### Lyon I

<b>Date / Termin :</b>	Vendredi / Freitag 20.10. – dimanche / Sonntag 22.10.2017 (3 jours / 3 Tage)
<b>Lieu / Ort :</b>	Lyon
<b>Animation / Leitung :</b>	Peter Kalchthaler
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Voyage en TGV / Anfahrt mit dem TGV
<b>Prix / Preis :</b>	455 € chambre simple / im EZ 405 € chambre twin / im DZ

## UP 415

### Lyon II

<b>Date / Termin :</b>	Vendredi / Freitag 23.03. – dimanche / Sonntag 25.03.2018 (3 jours / 3 Tage)
<b>Lieu / Ort :</b>	Lyon
<b>Animation / Leitung :</b>	Peter Kalchthaler
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Voyage en TGV / Anfahrt mit dem TGV
<b>Prix / Preis :</b>	455 € chambre simple / im EZ 405 € chambre twin / im DZ

## UP 407

### Le château fort de Madenburg et la chapelle Nikolaus

Après une visite de la chapelle Nikolaus à Klingenstein, les participant(e)s se rendront à Eschbach pour y découvrir le château fort de Madenburg, un des plus grands et anciens du Palatinat. De là, le groupe pourra admirer la vue sur la vallée du Rhin. Pour conclure la journée, les participant(e)s pourront se retrouver dans l'auberge située à côté de la forteresse.

### Madenburg und Nikolauskapelle

Nach der Besichtigung der Nikolauskapelle in Klingenstein entdecken die Teilnehmer(innen) in Eschbach die Madenburg, eine der größten und ältesten Burgen der Pfalz. Hier eröffnet sich ein eindrucksvolles Panorama über das Rheintal. Zum Ausklang des Tages können die Teilnehmer(innen) in der Gaststätte neben der Festung einkehren.

<b>Date / Termin :</b>	Samedi / Samstag 28.10.2017 (14h–18h)
<b>Lieux / Orte :</b>	Klingenstein, Eschbach
<b>Animation / Leitung :</b>	Rolf Übel
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Trajet individuel / Selbstanfahrt
<b>Prix / Preis :</b>	22 €



### L'industrie dans la vallée du Rhin et du Neckar

La région autour de la vallée du Rhin et du Neckar est connue, entre autres, pour ses grandes entreprises et sa puissance économique. Lors de cette journée placée sous le thème de l'industrie, les participant(e)s visiteront d'abord l'usine EvoBus GmbH, la plus grande filiale européenne de Daimler GmbH. Ils découvriront la fabrication des carrosseries de bus à l'usine de Mannheim. A Ludwigshafen, le groupe visitera le site de BASF en bus et découvrira une exposition consacrée à l'entreprise.

### Industrie im Rhein-Neckar-Delta

Das Rhein-Neckar-Delta ist vor allem für seine Großunternehmen und seine wirtschaftliche Stärke bekannt. Dieser Tagesausflug bietet Einblicke in die Welt der Industrie. Vormittags besichtigen die Teilnehmer(innen) die EvoBus GmbH, das größte Tochterunternehmen von Daimler in Europa. Im Mannheimer Werk erleben sie die Herstellung einer Buskarosserie hautnah. Am Nachmittag überqueren sie den Rhein, um in Ludwigshafen die Firma BASF kennenzulernen.

<b>Date / Termin :</b>	Vendredi / Freitag 03.11.2017 (toute la journée / ganztägig)
<b>Lieux / Orte :</b>	Mannheim, Ludwigshafen am Rhein
<b>Animation / Leitung :</b>	Coline Baechler
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Trajet individuel / Selbstanfahrt
<b>Prix / Preis :</b>	22 €



 UP 410


## Haguenau et Sessenheim : le XVIII<sup>e</sup> siècle

Lors de cette excursion, les participant(e)s assisteront à une visite guidée de Haguenau, afin de découvrir son histoire au XVIII<sup>e</sup> siècle ainsi qu'à l'époque impériale allemande. Le groupe pourra également admirer les vitraux de l'église St. Georges. L'après-midi, une découverte guidée de Sessenheim et du mémorial Goethe mènera sur les traces de l'écrivain-poète, ayant vécu là une célèbre idylle avec Frédérique Brion, fille du pasteur.

## Haguenau und Sessenheim im 18. Jahrhundert

Diese Tagesfahrt führt zu den Spuren der Geschichte der Stadt Haguenau im 18. Jahrhundert und im wilhelminischen Zeitalter. In Haguenau steht u.a. eine Besichtigung der Sankt-Georgs-Kirche mit ihren beeindruckenden Kirchenfenstern auf dem Programm. Nachmittags besichtigen die Teilnehmer(innen) Sessenheim und erfahren im Goethe-Museum viel aus dem Leben des berühmten Dichters, einschließlich seiner berühmten Liebesbeziehung mit der Pastorentochter Friederike Brion.

 UP 409

## Mayence

Ancienne cité romaine, aujourd'hui capitale du Land de Rhénanie-Palatinat, Mayence possède un riche patrimoine historique, culturel, artistique et gastronomique. Lors de cette excursion, les participant(e)s découvriront la vieille ville, l'église Saint-Etienne, connue pour ses vitraux réalisés par Chagall, et la cathédrale. Une visite du musée Gutenberg permettra de retracer l'œuvre et la vie de l'inventeur de l'imprimerie.

## Mainz

Früher Teil des Römischen Reiches und heute Landeshauptstadt von Rheinland-Pfalz: Mainz zeichnet sich durch ein vielfältiges historisches, kulturelles, künstlerisches und gastronomisches Erbe aus. Bei der Tagesexkursion entdecken die Teilnehmer(innen) bei einer fachkundigen Führung die Altstadt und die Kirche St. Stephan mit den berühmten Chagall-Fenstern sowie den Dom. Ein Besuch des Gutenberg-Museums bietet darüber hinaus Einblicke in Leben und Werk des Erfinders des Buchdrucks.

**Date / Termin :** Samedi / Samstag 11.11.2017  
(toute la journée / ganztägig)

**Lieu / Ort :** Mainz

**Animation / Leitung :** Claudia Strehl

**Trajet / Anfahrt :** Striebig Deutschland GmbH

**Prix / Preis :** 58 €

**Date / Termin :** Samedi / Samstag 18.11.2017  
(toute la journée / ganztägig)

**Lieux / Orte :** Haguenau, Sessenheim

**Animation / Leitung :** Antoine Lacroix

**Trajet / Anfahrt :** Striebig Deutschland GmbH

**Prix / Preis :** 44 €

 UP 411

## La Réforme en Europe

En 1517, Martin Luther publie ses 95 thèses contre les indulgences. Cet événement sera le point de départ de la Réforme protestante en Europe. Lors de la conférence bilingue à l'occasion des 500 ans de la Réforme, le conférencier reviendra sur les facteurs et les événements marquants de la Réforme, ainsi que sur les conséquences de celle-ci sur le développement des religions et des sociétés en Europe.

## Reformation in Europa

1517 veröffentlichte Martin Luther seine 95 Thesen gegen den Ablasshandel. Dieses Ereignis war der Auslöser der Reformation in ganz Europa. Anlässlich des Reformationsjahres 2017 behandelt der Referent im Rahmen eines zweisprachigen Vortrags die Faktoren und Ereignisse der Reformation sowie deren Auswirkungen auf Religionen und Gesellschaften in Europa.

**Date / Termin :** Vendredi / Freitag 24.11.2017 (17h–19h)

**Lieu / Ort :** Wissembourg

**Animation / Leitung :** Ulrich Schulik

**Trajet / Anfahrt :** Trajet individuel / Selbstanfahrt

**Prix / Preis :** 10 €



UP 412 **Francfort sur le Main : métropole financière**

Ce n'est pas pour rien qu'on la surnomme « Mainhattan » : la ville de Francfort sur le Main est connue pour sa silhouette urbaine marquée par les hautes tours des entreprises industrielles et financières. Lors de cette journée, les participant(e)s visiteront des places décisives dans le monde de la finance, telles que la Bourse, et pourront jeter un coup d'œil dans les coulisses des grandes transactions financières. Une visite de la galerie d'art d'une banque régionale est également au programme.

**Finanzmetropole Frankfurt am Main**

Nicht umsonst wird sie „Mainhattan“ genannt: Die Stadt Frankfurt am Main ist für ihre beeindruckende, durch Hochhäuser von Industrie- und Finanzkonzernen geprägte Skyline bekannt. Bei dem Tagesausflug entdecken die Teilnehmer(innen) entscheidende Finanzplätze, wie z. B. die Deutsche Börse, und können einen Blick hinter die Kulissen der weltweiten Finanztransaktionen werfen. Eine fachkundige Führung durch die Kunstsammlung einer Landesbank steht ebenfalls auf dem Programm.

<b>Date / Termin :</b>	Vendredi / Freitag 12.01.2018 (toute la journée / ganztägig)
<b>Lieu / Ort :</b>	Frankfurt am Main
<b>Animation / Leitung :</b>	Irene Schäfer
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Striebig Deutschland GmbH
<b>Prix / Preis :</b>	52 € (inscription prioritaire pour les membres de l'Association des Amis de l'up PAMINA vhs avant le 20 décembre 2017 / bevorzugte Anmeldung für Mitglieder des Fördervereins bis zum 20. Dezember 2017)

## UP 413

**Histoire et histoires de la monnaie**

Après une visite des extérieurs et de la cour intérieure de la « Karlsruher Münze », les participant(e)s assisteront pendant le déjeuner à une présentation des pièces de monnaie frappées à Karlsruhe depuis 1826. Le matériau, la valeur et l'image sur les pièces mettent en exergue des aspects intéressants de l'histoire de l'Allemagne ainsi que de sa relation avec la France. Des billets et leur histoire seront également présentés.

**Geschichte und Geschichten rund um die Münze**

Nach einer Außenbesichtigung der Karlsruher Münze und ihres Innenhofes werden bei einem gemeinsamen Mittagessen Münzen vorgestellt, die seit 1826 in Karlsruhe geprägt wurden. Material, Nennwert und das Bild auf den Geldstücken verraten viel Interessantes über die Geschichte Deutschlands und die Beziehung zu Frankreich. Auch Geldscheine, die eine besondere Geschichte zu erzählen haben, werden vorgestellt.

<b>Date / Termin :</b>	Vendredi / Freitag 26.01.2018 (11h–14h)
<b>Lieu / Ort :</b>	Karlsruhe
<b>Animation / Leitung :</b>	stattreisen Karlsruhe e. V.
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Trajet individuel / Selbstanfahrt
<b>Prix / Preis :</b>	20 € (sans le repas / ohne Essen)





## UP 414

### Extraits du livre Frauen PORTRAITS de Femmes

Dix femmes, dix histoires. Deux pays, une frontière, un recueil de témoignages en deux langues. Des Allemandes du pays de Bade et du Palatinat et des Françaises d'Alsace, toutes issues de la génération de la guerre et de l'après-guerre, racontent leur destin et les moments heureux de part et d'autre du Rhin. Dans les deux pays, elles racontent comment chacune a réussi à s'en sortir et expliquent leur vision actuelle du pays voisin. Lors de cette manifestation, des extraits du livre bilingue seront lus par les auteures. Des femmes témoins de l'époque participeront également.

### Lesung aus dem Buch Frauen PORTRAITS de Femmes

Zehn Frauen – zehn Lebensgeschichten. Zwei Länder – eine Grenze – ein Lesebuch in zwei Sprachen. Deutsche aus Baden und der Pfalz und Französinen aus dem Elsass erzählen Schicksalhaftes und Erfreuliches links und rechts des Rheins. Die Zeitzeuginnen der Kriegs- und Nachkriegsgeneration von „hüben und drüben“ schildern, wie sie persönlich diese schwierigen Zeiten gemeistert haben und was sie heute über ihr Nachbarland denken. Bei dieser Veranstaltung werden unter Anwesenheit von Zeitzeuginnen von den Autorinnen selbst Auszüge aus dem zweisprachigen Buch vorgelesen.

<b>Date / Termin :</b>	Vendredi / Freitag 16.02.2018 (18h–20h)
<b>Lieu / Ort :</b>	Wissembourg
<b>Animation / Leitung :</b>	Barbara Beu
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Trajet individuel / Selbstanfahrt
<b>Prix / Preis :</b>	5 €



## UP 501

### Le Bienwald, entre désert et marais

La forêt du Bienwald est une zone forestière protégée s'étendant sur environ 120 km<sup>2</sup> dans la vallée du Rhin au sud du Palatinat. Lors de la promenade découverte, les participant(e)s feront connaissance des différents espaces du Bienwald et de leur formation ainsi que de leurs habitants.

### Bienwald, wo Wüste und Sumpf in trauter Nachbarschaft leben

Der Bienwald ist ein ca. 120 km<sup>2</sup> großes bewaldetes Schutzgebiet in der Rheinebene im Süden von Rheinland-Pfalz. Bei dem Entdeckungsspaziergang lernen die Teilnehmer(innen) die gegensätzlichen Räume des Bienwalds sowie deren Bewohner und Entstehung kennen.

<b>Date / Termin :</b>	Dimanche / Sonntag 10.09.2017 (13h–16h30)
<b>Lieu / Ort :</b>	Schweighofen
<b>Animation / Leitung :</b>	Andrea Frech
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Trajet individuel / Selbstanfahrt
<b>Prix / Preis :</b>	10 €

**OUVERT / GEÖFFNET 7/7**



**HÔTEL\*\*\* RESTAURANT**  
*Le Cleebourg*

**Route du vin 67160 ROTT**  
*(à côté de la Cave Viticole de Cléebourg)*  
**Tel : 0033 (0)3 88 54 94 80**



**Plat du jour - À la carte**  
Restauration en continue / durchgehende Küche **7h00 à 22h00**

[www.lecleebourg.com](http://www.lecleebourg.com)

## UP 502 / 503

**L'Alsace à cheval**

Découvrir l'Alsace du Nord à cheval, en petit groupe, c'est plus simple qu'on ne le croit. Après une initiation permettant un premier contact avec l'animal (race fjord), les participant(e)s effectueront une promenade de plusieurs heures accompagnée d'un moniteur (à partir de 15 ans).

**Reiten im Elsass**

Die romantischen Nordvogesen vom Rücken eines Fjordpferdes zu entdecken ist kinderleicht. Nach einer Einführung (in Kleingruppen), die es erlaubt, sich mit dem Tier vertraut zu machen, beginnt ein mehrstündiger Ritt unter fachkundiger Aufsicht (Mindestalter 15 Jahre).

**Lieu / Ort :** Obersteinbach  
**Animation / Leitung :** Ferme Equestre Hofmans  
**Trajet / Anfahrt :** Trajet individuel / Selbstanfahrt

## UP 502

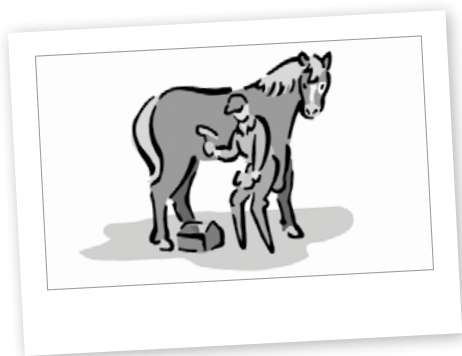
**L'Alsace à cheval / Reiten im Elsass 1**

**Niveau :** Débutant(e)s / Anfänger(innen)  
**Date / Termin :** Dimanche / Sonntag 24.09.2017 (10h–17h)  
**Prix / Preis :** 55 €

## UP 503

**L'Alsace à cheval / Reiten im Elsass 2**

**Niveau :** Avancé(e)s / Fortgeschrittene  
**Date / Termin :** Dimanche / Sonntag 01.10.2017 (10h–17h)  
**Prix / Preis :** 55 €



## UP 504

**Orpailage dans le Rhin**

Grâce à une batée et avec l'aide d'un orpailleur passionné, les participant(e)s pourront chercher de l'or dans les vieux bras du Rhin (enfants à partir de 5 ans, accompagnés d'un adulte).

**Goldwaschen am Rhein**

In den Ablagerungen des Altrheins wird mit Hilfe einer Goldpfanne und unter Anleitung eines erfahrenen Goldwäschers Gold gesucht (Kinder ab 5 Jahren in Begleitung von Erwachsenen).

**Date / Termin :** Dimanche / Sonntag 08.10.2017 (10h–14h)  
**Lieu / Ort :** Naturschutzzentrum Karlsruhe-Rappenwört  
**Animation / Leitung :** Michael Leopold  
**Trajet / Anfahrt :** Trajet individuel / Selbstanfahrt  
**Prix / Preis :** 25 € (réductions pour enfants / Ermäßigungen für Kinder)

## UP 505

**Cours de danse historique**

Ces danses élégantes françaises et allemandes en usage à la cour entraîneront les participant(e)s dans une époque révolue. Les pas de base de ces danses de la Renaissance et du baroque surprendront de par leur diversité et légèreté.

**Historischer Tanzkurs**

Die eleganten höfischen Tänze der Renaissance und des Barocks entführen die Teilnehmer(innen) in vergangene Zeiten. Erlernt werden sowohl deutsche als auch französische Tänze. Manch einer wird überrascht sein, welche Vielfalt diese Tänze zu bieten haben. Es wird nicht nur bedächtig geschritten!

**Date / Termin :** Dimanche / Sonntag 15.10.2017 (11h–17h)  
**Lieu / Ort :** Wissembourg  
**Animation / Leitung :** Judith Herbster  
**Trajet / Anfahrt :** Trajet individuel / Selbstanfahrt  
**Prix / Preis :** 38 €

## UP 506

**Le monument de la victoire et de la paix**

Lors de cette randonnée à travers le Kastanienwald, les participant(e)s découvriront six monuments symboliques des relations franco-allemandes sur la colline du Werderberg, non loin d'Edenkoben dans le Palatinat. Le point culminant de cette balade se trouve au monument de la paix avec sa terrasse panoramique, ses magnifiques mosaïques ainsi qu'une vue à couper le souffle sur la vallée du Rhin.

**Vom Sieges- und Friedensdenkmal**

Bei dieser Wanderung durch den herbstlichen Kastanienwald werden sechs symbolträchtige Denkmäler für die deutsch-französische Beziehung auf dem Werderberg bei Edenkoben entdeckt. Höhepunkt ist das Friedensdenkmal mit Aussichtsterrasse, wunderschönen Mosaiken und einem phantastischen Blick auf die Rheinebene.

<b>Date / Termin :</b>	Dimanche / Sonntag 22.10.2017 (11h–15h)
<b>Lieu / Ort :</b>	Edenkoben
<b>Animation / Leitung :</b>	stattreisen Karlsruhe e. V.
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Trajet individuel / Selbstanfahrt
<b>Prix / Preis :</b>	25 €

## UP 507

**Promenade de Noël à Wissembourg**

Rien de tel qu'une promenade dans la fraîcheur hivernale pour admirer les décorations et les paysages de Noël ! Lors de cette balade culturelle à Wissembourg, les participant(e)s auront l'occasion de découvrir ou redécouvrir la ville ainsi que son marché de Noël. Une pause dans les bureaux de l'up PAMINA vhs permettra de reprendre des forces avec des boissons chaudes et des bredele. Pour terminer la journée, le groupe assistera à l'arrivée du Hans Trapp dans la ville.

**Weihnachtsspaziergang in Wissembourg**

Nichts Besseres als ein Spaziergang an der frischen Winterluft, um die schöne Weihnachtswelt zu genießen. Während dieses Ausflugs entdecken die Teilnehmer(innen) die Stadt und den Weihnachtsmarkt. Bei einer Pause in den Büros der up PAMINA vhs kann sich die Gruppe mit heißen Getränken und Bredele aufwärmen und neue Kräfte sammeln. Danach erwartet die Teilnehmer(innen) die Ankunft von Hans Trapp in der Stadt.

<b>Date / Termin :</b>	Dimanche / Sonntag 17.12.2017 (14h–18h)
<b>Lieu / Ort :</b>	Wissembourg
<b>Animation / Leitung :</b>	up PAMINA vhs
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Trajet individuel / Selbstanfahrt
<b>Prix / Preis :</b>	15 €

## UP 508

**Kinésiologie**

Plus de légèreté et de liberté dans la vie quotidienne avec la kinésiologie. Des exercices permettront de trouver un meilleur équilibre entre le corps et l'esprit, d'atténuer des blocages et le stress quotidien. Dans ce séminaire d'introduction, les participant(e)s apprendront à mobiliser leur corps pour devenir plus détendu(e)s, éveillé(e)s et présent(e)s.

**Kinesiologie**

Mit Kinesiologie leichter und freier in Alltag, Beruf und Freizeit. Mit gemeinsamen Übungen werden Körper und Geist ausbalanciert, Blockaden und Stress abgebaut. In diesem Einführungsseminar lernen die Teilnehmer(innen), ihren Körper zu mobilisieren, um entspannter, wacher und präsenter im Hier und Jetzt zu werden.

<b>Date / Termin :</b>	Samedi / Samstag 13.01.2018 (14h–17h)
<b>Lieu / Ort :</b>	Wissembourg
<b>Animation / Leitung :</b>	Maria-Beate Gutmann-Feja
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Trajet individuel / Selbstanfahrt
<b>Prix / Preis :</b>	30 €

## UP 509

**Week-end yoga en Alsace**

Dans un environnement idyllique, un artiste et professeur de yoga donnera un aperçu des postures du Hatha Yoga. Des exercices de respiration et de relaxation (Pranayama), une marche et des chants méditatifs (Mantra) complèteront l'enseignement. Les participant(e)s profiteront de ces instants pour détresser et se ressourcer. Pour tout niveau.

**Yoga-Wochenende im Elsass**

In einem idyllischen Fachwerkdorf vermittelt ein elsässischer Künstler und Yoga-Lehrer Einblick in verschiedene Stellungen des Hatha-Yogas. Hinzu kommen Atem- und Entspannungsübungen (Pranayama) sowie meditatives Gehen und Singen (Mantras). Die Teilnehmer(innen) können so den Alltagsstress hinter sich lassen und neue Energie tanken. Geeignet für Anfänger(innen) und Fortgeschrittene.

<b>Date / Termin :</b>	Samedi / Samstag 17.02., dimanche / Sonntag 18.02.2018 (10h–17h)
<b>Lieu / Ort :</b>	Seebach
<b>Animation / Leitung :</b>	Dominique Starck
<b>Trajet / Anfahrt :</b>	Trajet individuel / Selbstanfahrt
<b>Prix / Preis :</b>	65 €



**die neue welle**

**Der beste Musikmix  
aus 4 Jahrzehnten**

**Mehr Musik.  
Mehr Vielfalt.**

[www.die-neue-welle.de](http://www.die-neue-welle.de)

### Notre idée de cadeau :

Apprendre, découvrir et vivre des rencontres dans l'espace Pamina.

### Unsere Geschenkidee:

Bildung, Begegnung und Erlebnis in der Pamina-Region.



**GUTSCHEIN  
BON CADEAU**

**PAMINA** Université Populaire  
Volkshochschule  
Palatinat | Mittlerer Oberrhein | Nord Alsace

Couverture / Umschlag : Tobias Herrmann – Fotolia.com – © animaflorea

Photos / Fotos : © jemastock - Fotolia.com (S. 4, 5, 31), © Sergey Nivens – Fotolia.com (S. 6),  
© villa Majorelle, Nancy. photo P. Mignot (S. 10), © Clemens Ritter (S. 11), © Touristinfor-  
mation Bruchsal (S. 12), © Nelos – Fotolia.com (S. 28), © pictarena – Fotolia.com (S. 30), ©  
SanGero - Fotolia.com (S. 30), © blende40 – Fotolia.com (S. 32), © Emmanuel Viverge (S.34),  
© eyetronic – Fotolia.com (S. 36), © Renate Straub (S. 37), © Kara - Fotolia.com (S. 38), ©  
JiSign – Fotolia.com (S. 39)

Réalisation / Realisierung : Matrix Marketing GmbH, [www.matrixs.de](http://www.matrixs.de)



### Förderverein Freunde der up Pamina vhs e. V.

Baumeisterstr. 2  
Haus der Region  
D-76137 Karlsruhe

[www.fv-up-pamina-vhs.org](http://www.fv-up-pamina-vhs.org)  
[info@fv-up-pamina-vhs.org](mailto:info@fv-up-pamina-vhs.org)

Prof. Dr. Gerd Hager (1. Vorsitzender),  
Margret Meier-Wohlwend (2. Vorsitzende),  
Roland Wucherer (Schatzmeister)

Möchten Sie **Mitglied im**  
**Förderverein Freunde der up PAMINA vhs e. V.** werden?  
Dann freuen wir uns über Ihre Anmeldung!

Voulez-vous devenir **membre de l'association de soutien**  
**Amis de l'up PAMINA vhs** ? Alors n'hésitez pas à nous  
contacter pour vous inscrire.

### Möchten Sie die up PAMINA vhs e. V. unterstützen?

Dann freuen wir uns über Ihre Spende auf das Konto  
des gemeinnützigen

Fördervereins Freunde der up PAMINA vhs e. V.

Sparkasse Karlsruhe-Ettingen  
IBAN DE46 6605 0101 0108 2330 08  
BIC KARSDE663X

Gerne stellen wir Ihnen eine Spendenbescheinigung aus.

### Souhaitez-vous soutenir l'up PAMINA vhs ?

Si vous êtes domicilié fiscalement en France, vous  
pouvez adresser vos dons directement à l'up PAMINA vhs.  
C'est une association de droit local alsacien-mosellan  
dont la mission est reconnue d'autorité publique.



## PA

**KVHS Germersheim**

Ritter-von-Schmauß-Str.  
D-76726 Germersheim  
Tel.: 0(049)72 74 – 5 33 34

**VHS Landau i. d. Pfalz e. V.**

Maximilianstr. 7  
D-76829 Landau  
Tel.: 0(049)63 41 – 13 49 92

**KVHS Südliche Weinstraße**

An der Kreuzmühle 2  
D-76829 Landau  
Tel.: 0(049)63 41 – 94 01 22

**KVHS Südwestpfalz e. V.**

Unterer Sommerwaldweg 40  
D-66953 Pirmasens  
Tel.: 0(049)63 31 – 80 93 36

## NA

**UP du Rhin**

13 Rue des Franciscains  
F-68100 Mulhouse  
Tel.: 0(033)3 89 46 48 48

**UP Européenne**

9 Place de l'Université  
F-67000 Strasbourg  
Tel.: 0(033)3 88 36 32 10

**UP Européenne  
de Wissembourg**

11 Place de la République  
F-67160 Wissembourg  
Tel.: 0(033)3 88 54 87 87

## MI

**VHS Baden-Baden e. V.**

Jägerweg 10  
D-76532 Baden-Baden  
0(049)72 21 – 9 96 53 60

**VHS Bretten**

Melanchthonstraße 3  
D-75015 Bretten  
0(049)72 52 – 5 83 71-8

**VHS Bruchsal**

Am Alten Schloss 2  
D-76646 Bruchsal  
0(049)72 51 – 7 93 04

**VHS Ettlingen**

Pforzheimer Str. 14 A  
D-76275 Ettlingen  
0(049)72 43 – 10 14 83

**VHS Karlsbad**

Wikingerstr. 9/1  
D-76307 Karlsbad  
0(049)7 20 – 2 17 93

**VHS Karlsruhe e. V.**

Kaiserallee 12 E  
D-76133 Karlsruhe  
0(049)7 21 – 98 57 50

**VHS im Landkreis Karlsruhe**

Ettlinger Straße 27  
D-76137 Karlsruhe  
0(049)7 21 – 9 21 10 90

**VHS Landkreis Rastatt**

Am Schlossplatz 5  
D-76437 Rastatt  
0(049)72 22 – 3 81 35 00

**VHS Waldbronn**

Stuttgarter Str. 25  
D-76337 Waldbronn  
0(049)72 43 – 6 90 91



# EURODISTRICT PAMINA



Information, Beratung  
und Unterstützung  
in grenzüberschreitenden  
Angelegenheiten

Hagenbacherstr. 5A  
76768 Neulauterburg/Berg

Tel.: 07277 / 8 999 00  
Fax: 07277 / 8 999 028

Ayant pour mission  
de vous informer, conseiller  
et soutenir pour toute  
démarche transfrontalière

2, rue du Général  
Mittelhauser  
67630 Lauterbourg

Tél. : 03 68 33 88 00  
Fax : 03 68 33 88 28

INFOBEST  
PAMINA



Eurodistrict  
**PAMINA**



# Die Sparkasse ist offizieller Förderer der UP PAMINA VHS.

Avec le soutien de la  
Caisse d'Epargne d'Alsace.



**CAISSE D'ÉPARGNE**  
ALSACE

