SANDWEILER Aktuell

13-2020 12.08.2020

Grouss Hëtzt

Dëst Joer bréngt de Summer rëm eng grouss Hëtzt mat sech. Duefir hei déi 5 gëlle Reegelen:

1. Drénkt op mannst 1,5 Liter Waasser den Dag
2. Verbréngt e puer Stonnen den Dag am Schied oder op kille Plazen.
3. Evitéiert all gréisser kierperlech Ustrengung wärend de wäermste Stonne vum Dag.
4. Killt iech reegelméisseg of, entweder huelt eng Dusch oder killt zumindest d'Hänn an d'Féiss.
5. Gitt all Dag bei déi eeler elengstoend Leit an Ärem Ëmfeld a kuckt dass si genuch Waasser hunn an och genuch drénken.

Canicule

Cet été s'accompagne de nouveau d'une vague de forte chaleur, voilà pourquoi on vous rappelle les 5 règles d'or:

1. Buvez au moins 1,5 litre d'eau par jour.
2. Passez plusieurs heures par jour dans des endroits frais ou à l'ombre.
3. Évitez des activités physiques intenses pendant les heures les plus chaudes de la journée.
4. Rafraîchissez-vous en prenant des douches ou des bains partiels (mains, pieds, ...)
5. Allez quotidiennement chez les personnes âgées de votre entourage qui vivent seules. Veillez à ce qu'elles disposent de suffisamment d'eau minérale et qu'elles en boivent assez.

page 1
- Grouss Hëtzt
- Canicule

page 2
- Drëttaltersfest
- Wuert vun der Presidentin vun der Intergeneratiounskommissioun
- Mot de la présidente de la commission intergénérationnelle

GEMENG SANDWEILER

18 rue Principale
L-5240 Sandweiler
Tél.: 35 97 11 - 1 • Fax: 35 79 66
www.sandweiler.lu

3t Alterfest fir Senioren a Seniorinnen

Aus bekannte Grënn falen op mannst emol dëst Joer e ganze Koup Manifestatiounen aus. Dofir falen och der Gemeng an de Kommissiounen hir traditionell Fester an d'Waasser. Eent vun dëse Fester ass d'3t Alterfest vun der Intergeneratiounskommissioun. Der Presidentin vun dëser Kommissioun läit et awer um Häerz e puer Wierder un déi betraffe Persounen ze riichten:

Léif Seniorinnen a Senioren,

Mir sinn nach ëmmer an enger schwiereger Phase bedéngt duerch de Coronavirus hei zu Lëtzebuerg. Mir brauche kengem méi ze zielen, wat mir musse maachen, fir eis virun deem Virus ze schützen, dat wësse mir alleguer.

Fir iech ass et besonnesch schwéier, well dir oft är Famill an är Frënn net méi kënnt esou begéinen wéi dat nach virun der Pandemie de Fall wor. Et dierfen och keng Veranstaltunge mat ville Leit stattfannen. Duerfir kënne mir eist flott Drëttaltersfest am September net organiséieren. Et ass schued dass mir eis Jubilaren dëst Joer net, wéi gewinnt, kënnen éieren. Soubal déi sanitär Kris et erëm zouléisst, eis ze gesinn, wäerte mir dat nohuelen.

Mir denken awer un iech an hoffen, dass dir gesond sidd an et och bleift. Mir wënschen iech vun Häerze vill Courage an dëser komplizéierter Zäit. De Leit, deenen et net esou gutt geet, drécke mir ganz fest d'Daumen, dass et geschwënn erëm de Bierg op geet.

D'Membere vun eiser Kommissioun zesumme mam Gemengen- a Schäfferot wënschen iech vill Courage an hoffen, dass mir eis geschwënn erëmgesinn. Bis dohi wënsche mir iech dat Allerbescht

Romaine Meysembourg-Davito, Presidentin vun der Intergeneratiounskommissioun

Chers seniors,

Dû au coronavirus, nous nous trouvons toujours dans une phase très difficile ici au Luxembourg. Nous estimons qu'il n'est plus nécessaire de vous renseigner comment il faut vous protéger contre ce virus, nous le savons tous.

Pour vous, chers seniors, la situation est particulièrement difficile car souvent vous ne pouvez plus fréquenter ou rencontrer votre famille et vos amis comme vous le faisiez avant la pandémie. Comme il est également interdit d'organiser des événements avec de nombreuses personnes nous ne pouvons pas organiser notre traditionnelle Fête Seniors. C'est dommage que cette année nous ne puissions pas honorer nos jubilés comme d'habitude. Mais nous le ferons dès que la crise sanitaire le permettra.

Nous pensons à vous et espérons que vous êtes et restez tous en bonne santé. Nous vous souhaitons du fond du cœur beaucoup de courage pour surmonter cette période difficile. Nous gardons les doigts croisés et souhaitons un prompt rétablissement à tous ceux qui vont moins bien pour le moment.

Les membres de la commission intergénérationnelle, ensemble avec les membres du collège échevinal et du conseil communal, vous souhaitent bon courage et une bonne santé. Nous espérons vous revoir très bientôt.

Romaine Meysembourg-Davito, Présidente de la Commission Intergénérationnelle