

MANIFESTATIONS UP PAMINA VHS: janvier - août

Les coordonnées de contact pour la réservation des événements sont les mêmes pour chaque manifestation :

- Tel : 03 88 94 95 64
- Mail : info@up-pamina-vhs.org

Les liens vers le site internet ainsi que la page Facebook (réservation possible directement sur notre site internet) :

- Web: www.up-pamina-vhs.org
- FB: @up.pamina.vhs

Titre de la manifestation			Adresse complète et/ou lieu de départ de la manifestation	Date(s)	horaire(s)	Tarif(s)	Réservation obligatoire	Accès handicapé	Restauration	Accès sanitaires	Descriptif FR	Descriptif DE	Remarques
FR	DE	EN											
Sophrologie	Sophrologie	Sophrology	Wissembourg	6 séances: 16.03, 23.03, 06.04, 20.04, 06.05, 25.05.2024	14h00 à 15h30	60,00 €	oui	oui	non	oui	La sophrologie (« science de la conscience », du grec ancien sophron), est une technique de relaxation dynamique. Elle prend ses sources en Orient, mais aussi en psychologie et en philosophie. C'est une technique destinée à harmoniser le corps et l'esprit.	Die Sophrologie ist eine dynamische Entspannungstechnik. Der Name bedeutet etwa „Lehre von der Besonnenheit des Geistes“ und leitet sich von Altgriechisch sophron ab.	nbr max de participants: 8
Dans les coulisses du musée Westercamp : s'écarter de la vie d'une collection	Von der Schenkung bis zum Schaukasten – aus dem Leben einer Sammlung im Westercamp Museum	The Westercamp Museum reveals its secrets	Wissembourg	3 visites distinctes 22.03.24 12.04.24 24.05.24	15h00 à 17h15	5,00 €	oui	-	non	-	Après une visite guidée et commentée de la collection du Musée Westercamp, nous découvrirons le « chantier des collections » pour apprendre comment la collection de l'Impératrice Wenzel, acquise par le Musée en 2022, est triée et restaurée, pour être finalement intégrée aux collections existantes.	Nach der Führung durch das Musée Westercamp geht es ins Obergeschoss (normalerweise nicht zugänglich), wo die unzähligen Bestände der 2022 ans Museum gelangten Sammlung Wenzel nach und nach sortiert und restauriert werden, bevor sie schließlich ausgestellt werden können.	nbr max de participants: 20 entrée et visite guidée incl.
A table avec Gustav Klimt	Zu Tisch mit Gustav Klimt	Dinner with Gustav Klimt	Wissembourg-Altenstadt	12.04.24	19h00 à 22h30	64,00 €	oui	oui	oui	oui	Durant le dîner dans un très bon restaurant alsacien, une historienne de l'art nous fera découvrir la vie et l'œuvre de Gustav Klimt, artiste emblématique de la Sécession viennoise.	Das elegante Ambiente eines sehr guten französischen Restaurants lädt dazu ein, ein komplettes klassisches Menü zu genießen. Begleitet erzählt eine Kunsthistorikerin aus Leben und Werk des weltberühmten österreichischen Malers Gustav Klimt. Ein Abend für alle Sinne!	nbr max de participants: 25 repas incl.; hors boissons
Atelier Dampfnudel	Dampfnudelworkshop	Dampfnudel workshop	Wissembourg	2 ateliers distincts 13.04.24 27.04.24	14h00 à 17h30	29,00 €	oui	-	oui	oui	Une spécialiste de la cuisine alsacienne nous livrera les secrets des fameuses « Dampfnudeln », déclinées si vous le voulez traditionnellement en repas et revisitées pour un format apéritif.	Alles über die Dampfnudel! Mit einer Spezialistin der klassischen Küche werden traditionelle und originelle Zubereitungsarten ausprobiert und genossen.	nbr max de participants: 10 Le tarif inclut les ingrédients
À la découverte des plantes sauvages	Kräuterwanderung	Discovering Wild Plants	Wissembourg	21.04.24	10h00 à 15h30	22,00 €	oui	non	oui	non	Sur un circuit d'environ 6 km près de Wissembourg, un guide nature vous fera découvrir les plantes sauvages de la région. Celles que nous appelons aujourd'hui les "mauvaises herbes" permettaient autrefois bien souvent aux hommes de se nourrir. lors d'une pause, un petit en-cas à base de plantes sera proposé.	Auf einem ca. 6 km langen Rundweg bei Weissenburg werden mit einem Naturführer die Wildkräuter der Region entdeckt. Was wir heute als Unkraut bezeichnen, diente dem Menschen früher oft als Nahrung. Während einer Pause auf dem Rundweg wird ein kleiner Imbiss auf Pflanzenbasis serviert.	nbr max de participants: 17 En-cas et boissons sont inclus dans le prix
Des bulles, encore des bulles ! Randonnées dans les vignes de Wissembourg	Grenzenlos prickelnd!	Hiking in the vineyards of Wissembourg	Wissembourg	27.04.2024	13h00 à 17h00	38,00 €	oui	non	oui	-	Lors d'une grande promenade de 7 km à travers les belles vignes de l'ancien monastère de Wissembourg, vous découvrirez l'histoire si particulière de ce vignoble. Des dégustations et des surprises gourmandes, accompagnées de crémant, vous attendront au détour d'un chemin ! Les participants*es profiteront de ces instants pour déstresser et se ressourcer. Pour tout niveau. En coopération avec le VHS Neustadt a. d. Weinstraße.	Weinbergtrekking für alle Sinne zwischen Elsass und Pfalz: Entdecken Sie die beschaulichen Weinberge des ehemaligen Klosters Weissenburg, lassen Sie sich die Weinlagen vom Naturführer und Wein-Guide erklären und sich beim „Tischendek-dich“ von Crémant, Winzersek und allerlei Leckereien überraschen. Der Spaziergang führt ca. 7 km weit durch die Weinberge, wobei 130 Höhenmeter überwinden werden. Die Anfahrt ist auch von Deutschland aus mit dem ÖPNV möglich.	nbr max de participants: 22 Crémant & gourmandises inclus dans le prix
Week-end yoga en Alsace	Yoga-Wochenende im Elsass	Yoga weekend in Alsace	Seebach	27.04.2024	10h00 à 17h00	78,00 €	oui	non	non	oui	Un week-end pour déstresser ! Dans un beau village alsacien, un artiste et professeur de yoga donnera un aperçu des postures du Hatha Yoga, Des exercices de respiration (pranayama) et de relaxation, une marche et des chants méditatifs (mantra) compléteront l'enseignement. Les participants*es profiteront de ces instants pour déstresser et se ressourcer. Pour tout niveau. En coopération avec le VHS Neustadt a. d. Weinstraße.	Ein Wochenende gegen den Stress! In einem idyllischen Fachwerkdorf im Elsass vermittelt ein Künstler und Yoga-Lehrer Einblick in verschiedene Stellungen des Hatha-Yoga. Hinzu kommen Entspannungs- und Atemübungen (Pranayama), sowie meditative Gebete und Singen (Mantra). Die Teilnehmer*innen können so den Alltagsstress hinter sich lassen und neue Energie tanken. Geeignet für Anfänger*innen und Fortgeschrittene. In Zusammenarbeit mit der VHS Neustadt a. d. Weinstraße.	nbr max de participants: 10 Hors hébergement et repas
Cyanotypie – des formes et des lignes	Cyanotypie mit Formen und Linien	Cyanotypy	Wissembourg	28.04.2024	10h00 à 17h00	40,00 €	oui	non	non	oui	Ce procédé d'impression à contact direct permet de „peindre“ en utilisant des matériaux de la vie de tous les jours. L'atelier propose une première approche de cette technique traditionnelle, mise au point il y a près de deux siècles. Des œuvres abstraites uniques verront le jour au cours de cette journée.	Als Direktkontaktverfahren bietet sich die Cyanotypie an, in Formen und Linien und mit ganz unterschiedlichen Materialien aus Haushalt und Alltag zu „malen“. Der Workshop bietet eine Einführung in diese alte analoge Edeldruckverfahren. So entstehen abstrakte Bilder, die Unikate mit Seriencharakter haben.	nbr max de participants: 10 Hors participation aux frais d'env. 7 €
L'abbaye de Wissembourg sous toutes ses facettes	Die Abtei Weissenburg	The Abbey of Wissembourg	Wissembourg	08.06.2024	14h00 à 16h00	15,00 €	oui	-	non	-	Visite de l'abbatiale Saint-Pierre-et-Saint-Paul et découverte des vestiges des constructions des moines de Wissembourg en compagnie d'un spécialiste des bâtiments anciens et de l'histoire de l'abbatiale.	In Begleitung eines Spezialisten der historischen Gebäude der Stadt und der Kirche wird die Abteikirche Saint-Peter und Paul in allen Facetten erkundet und erklärt. Auch die Umgebung der Kirche, die zum alten Benediktinerkloster gehörte, wird entdeckt.	nbr max de participants: 20 entrée et visite guidée incl.
Utiliser Word avec efficacité	Word sicher und effizient anwenden	How to use Word safely and efficiently	Wissembourg	2 séances : 07.06. & 14.06.2024	16h00 à 18h00	28,00 €	oui	-	non	oui	Consolidez vos connaissances et découvrez les fonctionnalités avancées de WORD. Ce cours permet une prise en main rationnelle de l'outil (structurer un document, insérer des images, optimiser la mise en forme...) Si possible, merci d'apporter votre ordinateur portable.	Vorhandene Softwarekenntnisse werden konsolidiert und neue erworben. Die Teilnehmenden lernen, Word an ihre Bedürfnisse und das eigene Umfeld anzupassen und effizienter anzuwenden (Erstellen von Berichten, Erfüllen von Bildern, Optimierung des Layouts etc.) Wenn möglich bitte das eigene Laptop mitbringen.	nbr max de participants: 8
Le tai-chi-chuan	Tai Chi Ch'uan im Grenzgebiet	Tai Chi Ch'uan	Drachenbronn-Birlenbach	3 cours distincts: 04.05.24 08.06.24 06.07.24	10h00 à 16h00	58,00 € / cours	oui	non	non	oui	Ces ateliers proposent une première approche du tai-chi, un art martial chinois qui s'est popularisé en Occident depuis plusieurs dizaines d'années. Vue comme une « méditation par le mouvement », cette pratique corporelle unique promet des effets bénéfiques pour le corps et l'esprit. Le tai-chi active et renforce l'énergie vitale, améliore le tonus et renforce les muscles, la souplesse et la respiration. (Les cours sont progressifs, mais peuvent être réservés individuellement si on a des connaissances préalables.	In diesen Tageskursen, die in dem herrlichen Rosengarten eines Künstlers stattfindet, sollen erste Eindrücke von dieser Bewegungs-Kunst aus dem alten China vermittelt werden. Tai Chi fokussiert durch eine einseitige Bewegungsweise und Gewichtverlagerungen, die vielfältige positive Auswirkungen auf Körper, Geist und Seele haben. Tai Chi kann so auch als Meditation in Bewegung verstanden werden. Es aktiviert und stärkt Lebensenergie und Muskelkraft und verbessert körperliche Leistungsfähigkeit, Beweglichkeit und Atmung. Die Kurse bauen aufeinander auf, können jedoch auch einzeln gebucht werden, wenn Vorkenntnisse bestehen.	nbr max de participants: 20 inscription nécessaire pour chaque date
Lecture : fable des temps modernes	Literarische Lesung	Literary reading session	Wissembourg	14.06.2024	18h00 à 20h00	participation au chapeau / auf Spendenbasis	oui	-	non	oui	Quelque part entre Harry Potter et Quentin Tarantino : Candace Carter, peintre, performeuse et youtubeuse, lit des extraits de son livre "Wir retten die Welt", une saga turbulente sur des marginaux qui se mettent en chemin pour libérer le monde du pouvoir de la Banque Mondiale. Un récit qui tient l'auditeur en haleine tout en abordant philosophie, politique, théologie et histoire. Lecture en allemand.	Irgendwo zwischen Harry Potter und Quentin Tarantino: Die Malerin / Performancekünstlerin und YouTubeerin Candace Carter liest aus ihrem Buch „Wir retten die Welt“, einer wilden Saga von Outcasts, die losziehen, um die Welt von der Allmacht der WB (Weltbank) zu befreien. Durch lebendiges Storytelling werden Philosophie, Politik, Theologie und Geschichte vermittelt.	nbr max de participants: 20
Fânerie gourmande en musique	Mit Musik und Genuss in den Sommer	Into the summer with music and culinary delights	Wissembourg	16.06.2024	14h00 à 17h30	25,00 €	oui	non	oui	oui	Cette promenade musicale en ce début d'été vous emmènera à travers Wissembourg. Une fânerie ponctuée d'arrêts en musique durant lesquels une violoniste jouera des morceaux évoquant la France et l'Allemagne. Ceci sortira se terminera par un petit goûter. Des gourmandises locales accompagnées d'un verre de vin de la région seront proposées.	Ein musikalischer Spaziergang durch Wissembourg lädt den Sommer ein. An verschiedenen Stationen spielt eine Geigerin Stücke, die mit beiden Ländern zu tun haben. Anschließend stärkt man sich - und die deutsch-französische Freundschaft! - bei einer regionalen Leckerei und einem Glas Wein.	nbr max de participants: 30 En-cas et boisson inclus
L'écriture sans frontières	Schreibwerkstatt	writing workshop	Wissembourg	22.06.2024	10h00 à 18h00	39,00 €	oui	-	non	-	Cet atelier dépassera les mots de leur usage quotidienne en proposant des expériences d'écriture de tout genre. Une promenade littéraire à travers la ville de Wissembourg, au riche patrimoine architectural et historique fera naître un souffle créateur ! Atelier en allemand, pour tout niveau.	Bei einem Spaziergang zu ausgewählten Plätzen und Gebäuden in Wissembourg spüren Sie dem historischen Flair der Stadt nach und nehmen städtische Szenen und Natur als Grundriss für einen kreativen Schreibprozess. Alle Schreibübungen werden konkret angeleitet und einander vorgestellt. Für alle, die Freude am Schreiben haben.	nbr max de participants: 11
Voler sans frontières	Fliegen ohne Grenzen	Flying beyond borders	Schweighofen	13.07.2024	10h00 à 17h00	105,00 €	oui	oui	non	oui	La matinée sera consacrée à des cours théoriques de pilotage. L'après-midi, un petit avion à bord d'un planeur à moteur permettra de découvrir l'espace PAMINA aussi libre qu'un oiseau (à partir de 16 ans, poids max. 100 kg).	Vormittags werden theoretische Grundlagen des Fliegens vermittelt. Nachmittag anschließend ein kleiner Flug im Motorsegler des PAMINA-Raum aus der Vogelperspektive (Mindestalter 16 Jahre, Maximalgewicht 100 kg).	nbr max de participants: 10