

PROGRAMM MÄRZ 2024

| | | | |
|-----|--------|-------------------------------------|---|
| Mo. | 04.03. | 11:00 Uhr | Sprachtherapie über Zoom, Carole S. |
| Di. | 05.03. | 10:00 Uhr 14:00 Uhr 15:00 Uhr | Qigong über Zoom, Paco R. Taiji-Therapie (Centre & Zoom), Paco R. Parkinson Boxing, Stéphane F. • Bewegung und Tanz, Sandra B. |
| Mi. | 06.03. | 10:30 Uhr 15:00 Uhr 16:30 Uhr | Aktives Training über Zoom, Sylvie J. Nordic Walking, Paco R. • Sophrologie, Laurence C. Ping Pong |
| Do. | 07.03. | 15:00 Uhr 16:30 Uhr 18:00 Uhr | Rhythmus & Bewegung (Centre & Zoom), Audrey R. • Music Jam @ Tulipe, Jeannot P. & Amit D. Ping Pong « Bistrot La Tulipe »: Parkinson-Boxen & Austausch, Stéphane F. |
| | | | |
| Mo. | 11.03. | | |
| Di. | 12.03. | 10:00 Uhr 15:00 Uhr | Qigong über Zoom, Paco R. Vortrag: „Medikamente und deren Wirkung auf Psyche und Kognition“ (Centre & Zoom), Sonja Jónsdóttir, Neuropsychologin, LCSB Luxemburg |
| Mi. | 13.03. | 15:00 Uhr 16:30 Uhr | Nordic Walking, Paco R. • Yoga / Faszientraining (Centre & Zoom), Charline O'D. Ping Pong |
| Do. | 14.03. | 15:00 Uhr 16:30 Uhr 18:00 Uhr | Sanfte Gymnastik (Centre & Zoom), Pascale v.Ut. • Spiel- und Gedächtnistraining, Serena T. Ping Pong « Bistrot La Tulipe »: Parkinson-Boxen & Austausch, Stéphane F. |
| | | | |
| Mo. | 18.03. | 11:00 Uhr 16:30 Uhr | Sprachtherapie via Zoom, Carole S. Gruppe nur für Damen über Zoom |
| Di. | 19.03. | 10:00 Uhr 15:00 Uhr 16:45 Uhr | Qigong über Zoom, Paco R. Rhythmus & Bewegung (Centre & Zoom), Audrey R. • Gestaltung von Deko-Objekten, Annie B. & Sylvie M. Gesprächsgruppe für Parkinsonbetroffene |
| Mi. | 20.03. | 10:30 Uhr 15:00 Uhr 16:30 Uhr | Aktives Training über Zoom, Sylvie J. Nordic Walking, Paco R. • Sophrologie, Laurence C. Ping Pong |
| Do. | 21.03. | 15:00 Uhr 16:30 Uhr 18:00 Uhr | Taiji-Therapie (Centre & Zoom), Paco R. • Parkinson Boxing, Stéphane F. Ping Pong « Bistrot La Tulipe »: Parkinson-Boxen & Austausch, Stéphane F. |
| | | | |
| Mo. | 25.03. | | |
| Di. | 26.03. | 10:00 Uhr 15:00 Uhr 15:00 Uhr | Qigong über Zoom, Paco R. Muskelaufbau im Rhythmus (Centre & Zoom), Sylvie L. • Bewegung und Tanz, Sandra B. Gesprächsgruppe für Begleitpersonen und Angehörige |
| Mi. | 27.03. | 15:00 Uhr 16:30 Uhr | Nordic Walking, Paco R. • Yoga / Faszientraining (Centre & Zoom), Charline O'D. Ping Pong |
| Do. | 28.03. | 15:00 Uhr 16:30 Uhr 18:00 Uhr | Sanfte Gymnastik (Centre & Zoom), Pascale v.Ut. • Music Jam @ Tulipe, Jeannot P. & Amit D. Ping Pong « Bistrot La Tulipe »: Parkinson-Boxen & Austausch, Stéphane F. |



„Centre La Tulipe“
16, rue des Champs
L-3348 LEUDELANGE

Tel. 23 69 84 51 • E-mail: info@parkinsonlux.lu • www.parkinsonlux.lu

PROGRAMME MARS 2024

| | | | |
|----|--------|-------------------------|--|
| Lu | 04.03. | 11h00 | Orthophonie via Zoom, Carole S. |
| Ma | 05.03. | 10h00 14h00 15h00 | Qigong via Zoom, Paco R. Thérapie de Taiji (Centre & Zoom), Paco R. Parkinson Boxing, Stéphane F. • Mouvement et danse, Sandra B. |
| Me | 06.03. | 10h30 15h00 16h30 | Entraînement actif via Zoom, Sylvie J Nordic Walking, Paco R. • Sophrologie, Laurence C. Ping Pong |
| Je | 07.03. | 15h00 16h30 18h00 | Rythme & mouvement (Centre & Zoom), Audrey R. • Music Jam @ Tulipe, Jeannot P. & Amit D. Ping Pong « Bistrot La Tulipe »: Parkinson-Boxing & Rencontre, Stéphane F. |
| | | | |
| Lu | 11.03. | | |
| Ma | 12.03. | 10h00 15h00 | Qigong via Zoom, Paco R. Exposé: « Les médicaments et leurs effets sur l'esprit et la cognition » (Centre & Zoom), Sonja Jónsdóttir, neuropsychologue, LCSB Luxembourg |
| Me | 13.03. | 15h00 16h30 | Nordic Walking, Paco R. • Yoga / Entraînement des fascias (Centre & Zoom), Charline O'D. Ping Pong |
| Je | 14.03. | 15h00 16h30 18h00 | Gymnastique douce (Centre & Zoom), Pascale v.Ut. • Entraînement de la mémoire, Serena T. Ping Pong « Bistrot La Tulipe »: Parkinson-Boxing & Rencontre, Stéphane F. |
| | | | |
| Lu | 18.03. | 11h00 16h30 | Orthophonie via Zoom, Carole S. Groupe réservé aux dames via Zoom |
| Ma | 19.03. | 10h00 15h00 16h45 | Qigong via Zoom, Paco R. Rythme & mouvement (Centre & Zoom), Audrey R. • Création d'objets décoratifs, Annie B. & Sylvie M. Groupe de parole pour les personnes atteintes de la maladie de Parkinson |
| Me | 20.03. | 10h30 15h00 16h30 | Entraînement actif via Zoom, Sylvie J. Nordic Walking, Paco R. • Sophrologie, Laurence C. Ping Pong |
| Je | 21.03. | 15h00 16h30 18h00 | Thérapie de Taiji (Centre & Zoom) Paco R. • Parkinson-Boxing, Stéphane F. Ping Pong « Bistrot La Tulipe »: Parkinson-Boxing & Rencontre, Stéphane F. |
| | | | |
| Lu | 25.03. | | |
| Ma | 26.03. | 10h00 15h00 15h00 | Qigong via Zoom, Paco R. Musculature en Rythme (Centre & Zoom), Sylvie L. • Mouvement et danse, Sandra B. Groupe de parole pour les aidants informels et les proches |
| Me | 27.03. | 15h00 16h30 | Nordic Walking, Paco R. • Yoga / Entraînement des fascias (Centre & Zoom), Charline O'D. Ping Pong |
| Je | 28.03. | 15h00 16h30 18h00 | Gymnastique douce (Centre & Zoom), Pascale v.Ut. • Music Jam @ Tulipe, Jeannot P. & Amit D. Ping Pong « Bistrot La Tulipe »: Parkinson-Boxing & Rencontre, Stéphane F. |



„Centre La Tulipe“
16, rue des Champs
L-3348 LEUDELANGE

Tel. 23 69 84 51 • E-mail: info@parkinsonlux.lu • www.parkinsonlux.lu