

HELP

Service des Aides et Soins

Croix-Rouge luxembourgeoise

VERSION DU 30/06/2025



RAPPORT D'ACTIVITÉS 2024



AN DER LOUPESCHT
CLUB AKTIV PLUS

Tous droits réservés, © Doheem Versuergt asbl, 30.06.2025

Cette œuvre est protégée par les lois en vigueur sur la propriété intellectuelle, notamment la loi modifiée du 18 avril 2001 relative aux droits d'auteur. Les droits d'auteur sur le contenu de cette œuvre sont la propriété exclusive de l'ASBL. Toute reproduction, intégrale ou partielle, par quelque moyen que ce soit, est strictement interdite.

Lors de la rédaction de ce document, l'utilisation du masculin a été choisie pour des raisons de lisibilité et n'a aucune intention discriminatoire. Help s'engage fermement en faveur de l'égalité des sexes et respecte les droits de la communauté « LGBTQIA+ ».

help
All Dag ass e gudden Dag

croix-rouge 
luxembourgeoise
Menschen helfen



SOMMAIRE

1. Préambule.....	3
2. Introduction au rapport d'activité	3
3. Caractéristiques des usagers et du personnel d'encadrement	4
3.1. Nombre d'usagers et du personnel d'encadrement.....	4
3.2. Nationalité, genre et commune de résidence, âges des usagers.....	4
3.3. Nationalité, genre et commune de résidence, âges du personnel d'encadrement.....	7
3.4. Évolution du nombre d'usagers et du personnel d'encadrement par rapport à l'année précédente	9
4. CARACTÉRISTIQUES DES ACTIVITÉS 2024.....	9
4.1. Nombre total d'activités réalisées	9
4.2. Type d'activités	9
4.3. Statistiques globales 2024 par rubrique	10
4.4. Détails des activités organisées.....	10
5. Analyse des activités réalisées en 2024	13

1. Préambule

Les Clubs Aktiv Plus s'inscrivent pleinement dans la mission de promotion de l'autonomie, du bien-être et du lien social des personnes âgées vivant à domicile. En offrant un cadre structurant et convivial, ces clubs proposent un large éventail d'activités physiques, cognitives, créatives et sociales. Ils permettent aux participants de maintenir leurs capacités fonctionnelles tout en luttant contre l'isolement.

Ce rapport d'activités porte spécifiquement sur le Club Aktiv Plus An der Loupescht (numéro d'agrément PA/17/05/038), l'un des six clubs faisant partie du réseau Help au Luxembourg. En 2024, le club a poursuivi son développement en cohérence avec les objectifs de la loi du 23 août 2023 relative à la qualité des services pour personnes âgées, en renforçant ses partenariats de proximité et en adaptant ses offres aux besoins des usagers.

2. Introduction au rapport d'activité

L'année 2024 a été marquée par le changement de dénomination de « club senior » en « Club Aktiv Plus » à la suite de la mise en application de la loi du 23 août 2023 portant sur la qualité des services pour personnes âgées. Ce changement vise à refléter la mission première des clubs, à savoir le vieillissement actif et a pour objectif de rajeunir l'image des clubs. Dans les faits, nous avons continué à proposer des programmes larges et diversifiés afin que chaque senior puisse trouver une activité à son goût.

Le Club Aktiv Plus An der Loupescht est bien plus qu'un simple lieu d'activités : c'est un espace vivant, ouvert et inclusif, où chaque personne âgée peut continuer à apprendre, partager, s'engager et tisser des liens. Dans un monde en perpétuelle transformation, nous croyons que le vieillissement ne marque pas une fin, mais ouvre une nouvelle étape de la vie, porteuse de richesses, de savoirs et d'expériences à partager et à mettre en lumière.

Tout au long de l'année, notre équipe – en étroite collaboration avec les participants, les bénévoles et les partenaires locaux – s'est mobilisée pour proposer une offre variée, dynamique et adaptée, faite d'activités, de rencontres et de projets porteurs de sens. Ce rapport annuel est le reflet de cet engagement collectif : il dresse un portrait fidèle et vivant de notre action, à travers des chiffres, des tendances et des indicateurs qui témoignent de la vitalité et de la pertinence de notre club.

Mais au-delà des données, ce rapport est aussi une fenêtre ouverte sur l'Humain. Il met en lumière les profils de nos usagers, la diversité des activités proposées, l'implication de notre personnel et l'impact concret de notre travail au quotidien.

Nous vous invitons à parcourir ces pages avec curiosité et bienveillance, en gardant à l'esprit que derrière chaque chiffre se cache une histoire, une rencontre, un moment de partage – autant de preuves que le lien social et la qualité de vie n'ont pas d'âge.

3. Caractéristiques des usagers et du personnel d'encadrement

3.1. Nombre d'usagers et du personnel d'encadrement

Pour l'année 2024, le club a comptabilisé 386 usagers actifs, soit 386 personnes ayant participé à au moins une activité dans l'année.

Le personnel d'encadrement était composé de 6 personnes.
(un collaborateur a quitté le service au mois de mars, pendant qu'un autre a rejoint l'équipe en septembre) :

- Collaborateur Administratif - 40h
- Collaborateur Communication et Media - 20h
- Collaborateur Animation - 30h
- Collaborateur Animation - 20h
- Collaborateur Animation - 40h
- Collaborateur Chargée de direction - 40h

Le volume horaire alloué pour le personnel d'encadrement était de 4.125 ETP, soit 165 heures.

Par ailleurs, notre structure a pu compter sur l'engagement de 8 formateurs externes ainsi que de 34 bénévoles, dont la contribution a été essentielle au bon déroulement de nos activités.

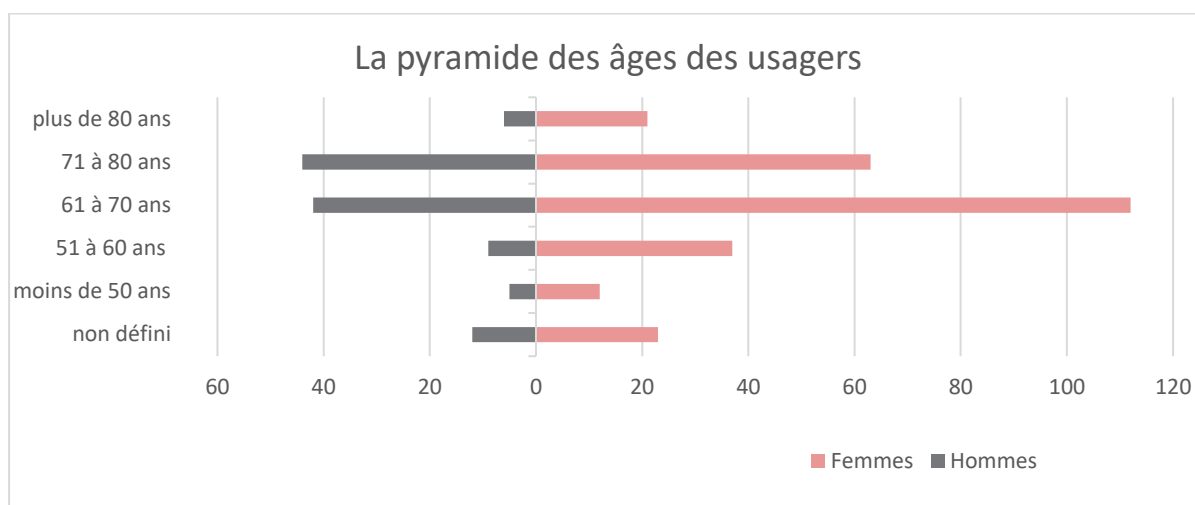
3.2. Nationalité, genre et commune de résidence, âges des usagers

- Moyenne d'âge des usagers

La moyenne d'âge des usagers s'élevait à 66 ans en 2024.

- Tranches d'âge des usagers

< 50 ans	17
51 - 60 ans	46
61 - 70 ans	154
71 - 80 ans	107
> 80 ans	27
Non défini	35

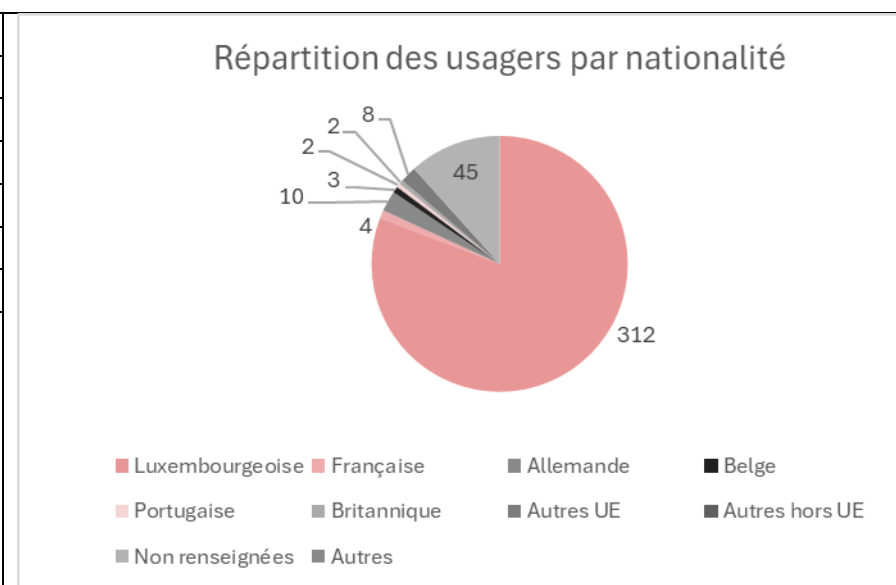


- Genre des usagers

Hommes	118
Femmes	268

- Nationalités des usagers

Luxembourgeoise	312
Allemande	10
Française	4
Belge	3
Italien	0
Portugaise	2
Autres	10
Non défini	45



- Commune de résidence des usagers

Commune	Nombre usagers
Aerenzdall	2
Beaufort	9
Bech	27
Berdorf	10
Betzdorf	62
Biwër	6
Clervaux	1
Consdorf	29
Contern	6
Dalheim	1
Echternach	9
Fischbach	1
Flaxweiler	4
Grevenmacher	9
Grousbus-Wal	1
Heffingen	2
Hesperange	4
Junglinster	100
Käerjeng	2
Larochette	1
Leudelange	1
Lorentzweiler	5
Luxembourg	14
Mamer	1
Manternach	6
Mersch	5
Mondercange	1
Mondorf	1
Niederanven	14
Parc Hosingen	1
Petange	2
Roeser	1
Rosport-Mompach	1
Sandweiler	1
Sanem	1
Schieren	1
Schifflange	1
Schuttrange	1
Stadtbredimus	1
Steinsel	2
Tandel	2
Useldange	2
Waldbillig	20
Walferdange	1
Wasserbillig	4
Wormeldange	5
DE - Ferschweiler	1
DE - Konz	1
DE- Südeifel	1
DE- Langsur	1

3.3. Nationalité, genre et commune de résidence, âges du personnel d'encadrement

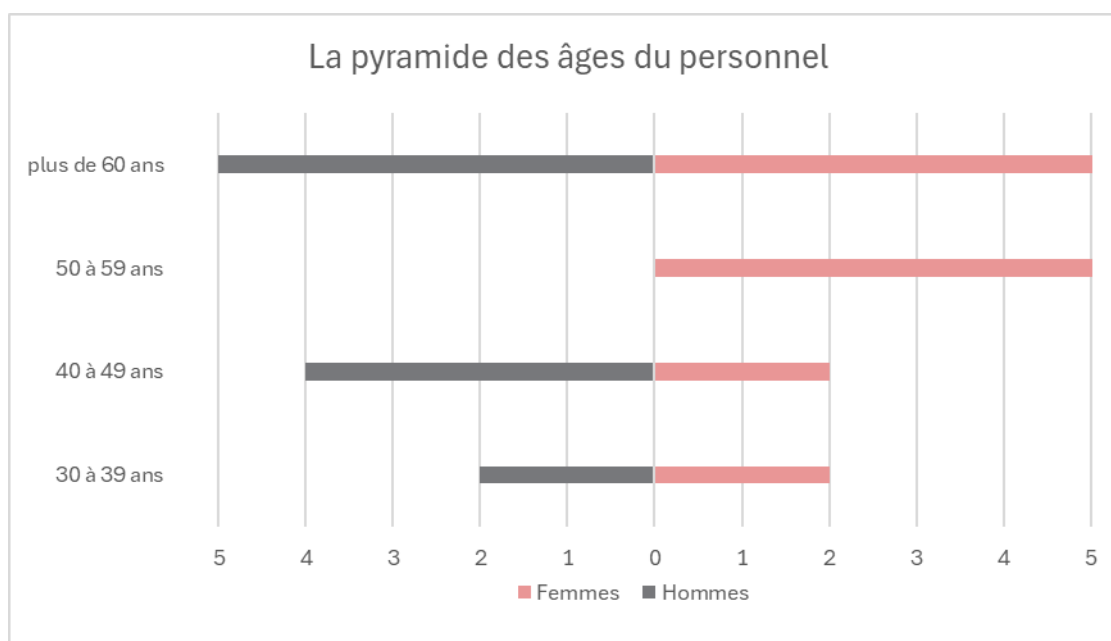
Par personnel, nous entendons l'équipe salariée du club ainsi que les bénévoles (tel que prévu dans la loi du 23 août 2023 portant sur la qualité des services pour personnes âgées).

- Moyenne d'âge du personnel d'encadrement

En 2024, la moyenne d'âge global du personnel d'encadrement s'élevait à 58 ans. La moyenne d'âge de l'équipe salariée du club s'élevait à 36.3 ans.

- Tranches d'âge du personnel d'encadrement

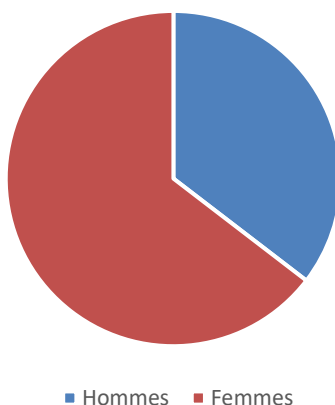
moins de 20 ans	0
20 à 29 ans	3
30 à 39 ans	4
40 à 49 ans	6
50 à 59 ans	7
plus de 60 ans	28



- Genre du personnel d'encadrement

Hommes	17
Femmes	31

Répartition du personnel d'encadrement par genre (2024)



- **Nationalités du personnel d'encadrement**

Luxembourgeoise	38
Allemande	6
Française	0
Belge	0
Italienne	0
Portugaise	1
Autres	3



- **Commune de résidence du personnel d'encadrement**

Commune	Nombre de personnel
Beaufort	2
Bech	2
Berdorf	1
Betzdorf	2
Consdorf	8
Dalheim	1
Greiveldange	1
Grevenmacher	2
Heffingen	1

Hesperange	1
Junglinster	10
Luxembourg	5
Niederanven	4
Waldbillig	2
Wormeldange	1
DE-	2
DE - Osburg	1
DE - Nittel	1
DE - Schweich	1

3.4. Évolution du nombre d'usagers et du personnel d'encadrement par rapport à l'année précédente

Année	Usagers	Participations *	Personnel d'encadrement	Bénévoles
2023	274	5.267	3.5 ETP	35
2024	386	8.488	4.125 ETP	48

* 2023 : Total de 5.267 participations = 4.117 participations individuelles + 1.150 participations aux manifestations grand public

2024 : Total de 8.611 participations = 5.781 participations individuelles + 2.830 participations aux manifestations grand public

4. CARACTÉRISTIQUES DES ACTIVITÉS 2024

4.1. Nombre total d'activités réalisées

Année	Nombre total d'activités réalisées	Nombre total de participations
2023	95	4.117
2024	96	5.781

4.2. Type d'activités

Tout au long de l'année, nous avons proposé un programme structuré autour de cinq grandes thématiques, afin de répondre aux envies et besoins variés de notre public.

- **Santé & Bien-Être** : Des activités axées sur la prévention, la forme physique et le bien-être mental, pour favoriser une meilleure qualité de vie au quotidien.
- **Convivialité & Engagement** : Des moments de partage, de solidarité et de participation active à la vie du club, renforçant les liens sociaux.
- **Découverte & Culture** : Des sorties, visites et ateliers pour éveiller la curiosité, enrichir les connaissances et s'ouvrir à de nouveaux horizons.
- **Apprendre & S'informer** : Des séances d'information, des formations et des échanges pour

rester connecté à l'actualité et développer de nouvelles compétences.

- **Autres** : Une catégorie souple qui regroupe des initiatives ponctuelles ou transversales, répondant à des besoins spécifiques ou à des opportunités du moment.

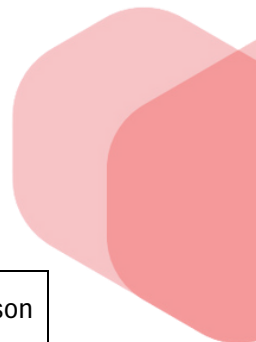
4.3. Statistiques globales 2024 par rubrique

		Nombre de participations	Nombre d'activités
Santé et bien-être	Séances, Cours	2579	23
	Voyages-séjour	90	1
	Conférences, Séminaires	20	1
	TOTAL	2689	25
Apprendre et s'informer	Ateliers	436	14
	Cours	579	14
	TOTAL	1015	28
Convivialité et engagement	Loisirs	1602	25
	Repas en commun, Cafétéria	296	8
	Entretien, Orientation, Conférences	35	2
	TOTAL	1933	35
Découverte et culture	Visites, Excursions guidées	144	8
	TOTAL	144	8
Autres	Activités grand public : Stands d'informations	750	4
	Activités grand public : Participation événements publics	2080	4
	TOTAL	2830	8
TOTAL 2024		8611	96

4.4. Détails des activités organisées

- Ensemble des activités de l'année 2024

Santé & Bien-être	Fréquence	Horaire	Horaire 2	Nbr de participants en moyenne	Prix
Trèppeltour	hebdomadaire	matin	jour ouvrable	12	gratuit

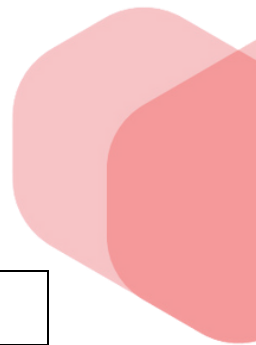


Badminton 50 +	2x / semaine	matin	jour ouvrable	30	150€ / saison
Petanque	hebdomadaire	matin	jour ouvrable	6	gratuit
Nordic Walking am Möllerdall	hebdomadaire	matin	jour ouvrable	9	gratuit
Klangschulenmeditationoun	hebdomadaire	matin	jour ouvrable	7	120€ / 6x
Seniore-Yoga	hebdomadaire	matin	jour ouvrable	2	200€ / 10x
Senioren-Kraft-Training	hebdomadaire	matin	jour ouvrable	9	gratuit - 50€/ trimestre
Club Vakanz: Éisterräich	annuelle	toute la journée	jour ouvrable & fin de semaine	18	980€
IVV-Wanderungen	mensuelle	matin	fin de semaine	3	1,50€
Interclub Petanque	annuelle	après-midi	jour ouvrable	6	5€
Konferenz "Psychesch Gesondheet a Berodungsdéngschter"	annuelle	matin	fin de semaine	6	gratuit
Seniore Line Dance?	hebdomadaire	fin de journée	jour ouvrable	5	80€ / trimestre
Danz mat, bleif fit?	hebdomadaire	matin	jour ouvrable	5	130€/ saison

Apprendre & s'Informer	Fréquence	Horaire	Horaire 2	Nbr de participants en moyenne	Prix
Gedächtnistraining	tout les deux semaines	matin	jour ouvrable	10	65€ / 6x
Molcours	hebdomadaire	fin de journée	jour ouvrable	9	150€ / 10x
Internetcafé Cours	hebdomadaire / 2x/mois	matin	jour ouvrable	9	gratuit
Smartphone & Tablet Hëllef	hebdomadaire	tout la journée	jour ouvrable	25	gratuit - 10€
Literatur-Treffen/Buch Club	mensuelle	fin de journée	jour ouvrable	5	gratuit
Blumenatelier	mensuelle	fin de journée	jour ouvrable	10	55€ / Atelier
Digitaldag & Visitt GovTechLab	annuelle	toute la journée	jour ouvrable	12	gratuit
Bakatelier Bretzelsonndeg	annuelle	après-midi	jour ouvrable	3	15€

Workshop: Konscht & KI	annuelle	matin	jour ouvrable	6	gratuit
Digitaldag	annuelle	après-midi	jour ouvrable	10	gratuit
Digitalwoch	annuelle	toute la journée	jour ouvrable	30	gratuit
Kunstworkshop "(Das) Sehen weiten"	annuelle	toute la journée	jour ouvrable	6	75€
Workshop: Fotobuch	annuelle	toute la journée	jour ouvrable	9	gratuit
Workshop: Chat GPT & Co	annuelle	matin	jour ouvrable	8	20€
Kreativatelier	2 fois	après-midi	jour ouvrable	8	55€
Word Cours	annuelle	matin	jour ouvrable	5	gratuit

Convivialité & Engagement	Fréquence	Horaire	Horaire 2	Nbr de participants en moyenne	Prix
Bingo am Ôpen	mensuelle	après-midi	jour ouvrable	6	3€
Lichtmessdag am Ôpen	annuelle	après-midi	jour ouvrable	23	gratuit
Reesreportage - mam Unimog op den Nordkap	annuelle	fin de journée	jour ouvrable	61	5€
Kinonachmittag	annuelle	après-midi	jour ouvrable	5	6€
Dageswanderungen	mensuelle	matin - après-midi	jour ouvrable	5	gratuit
Gesellschaftspiller	hebdomadaire	après-midi	jour ouvrable	7	3€ - 5€
Rummikub x Zitha	mensuelle	après-midi	jour ouvrable	6	gratuit
Mëttegiessen am Restaurant	mensuelle / 2x/mois	midi	jour ouvrable	9	25-35€
Mëttegiessen am Club	mensuelle	midi	jour ouvrable	5	15€
Keelenowend	2x/mois	fin de journée	jour ouvrable	10	5€
Ausfluch a Wanderungen	mensuelle	matin-après-midi	jour ouvrable	14	45€
Reesreportage -Peru, Amazona, Galapagos	annuelle	fin de journée	jour ouvrable	13	gratuit
Welcome back / Meet & Greet	annuelle	fin de journée	jour ouvrable	17	gratuit



Betzder Bistro	mensuelle	fin de journée	jour ouvrable	7	5-10€
Keelenmëtteg zu Schlënnermanescht	annuelle	midi - après-midi	jour ouvrable	6	38€
Bowling zu Befort	annuelle	après-midi	jour ouvrable	8	5€
Reesreportage op der Schanz	annuelle	fin de journée	jour ouvrable	10	gratuit
Mam Buergermeeschter um Tour	annuelle	matin - après-midi	jour ouvrable	18	gratuit
Marie-Astrid Croisière	annuelle	midi-après-midi	jour ouvrable	15	67€
Summerfest am Club Aktiv Plus	annuelle	midi	jour ouvrable	12	15€
Fotoshow Beefort	annuelle	fin de journée	jour ouvrable	9	gratuit

Découverte & Culture	Fréquence	Horaire	Horaire 2	Nbr de participants en moyenne	Prix
Fotowanderung a Beeforter Schlass	annuelle	toute la journée	jour ouvrable	18	gratuit
Maastricht	annuelle	toute la journée	jour ouvrable	37	45€
Spa-Francorchamps	annuelle	toute la journée	jour ouvrable	16	95€
Club Vakanz: Colmar & Strassbourg	annuelle	toute la journée	jour ouvrable	14	315€ double 385€ simple
Wëllbeien an aner Bestëpser an eise Gärt	annuelle	après-midi	jour ouvrable	3	gratuit
Tagesfahrt "Rüdesheimer Federweissenfest"	annuelle	toute la journée	jour ouvrable	27	95€
Lunch Concert Philharmonie	annuelle	midi	jour ouvrable	6	gratuit
Generatiounsgaart Beaufort	annuelle	après-midi	jour ouvrable	5	gratuit

5. Analyse des activités réalisées en 2024

5.1 Activités de promotion

Dans une optique de proximité et de visibilité, nous attachons une grande importance à notre présence sur le terrain, au sein des communes partenaires. Être présents localement nous permet non seulement de faire connaître nos activités, mais aussi d'entrer en contact direct avec les personnes susceptibles de bénéficier de notre offre. Tout au long de l'année, nous avons ainsi participé à diverses manifestations d'information, à des marchés locaux, ainsi qu'aux traditionnels marchés de Noël. Ces événements sont autant d'occasions précieuses pour renforcer les liens avec les habitant·e·s, échanger avec les associations locales et faire émerger de nouvelles opportunités

de collaboration.

5.1.1 Stands d'information

- Journée des nouveaux habitants - commune de Betzdorf
- Journée des nouveaux habitants - commune de Junglinster
- Becher Hobbymaat : organisé par l'association « *Becher Jugend* »
- Konsdrefer Kiermes Maart: organisé par la commission de la culture de Consdorf

5.1.2 Marchés de Noël

- Betzdorf: *Chreschtmaat Rued Syr* – commune de Betzdorf
- Consdorf: *Chreschtmaat um Scheedgen* – Oeuvre St.Barthélemy et commission de la culture Consdorf
- Junglinster: *Adventsmaat* - « *Beidler Duerffrënn* »
- Waldbillig: *Chrëschtmaat op der Heringer Millen* – Tourist Center Heringer Millen

5.1.3 Autres

À l'occasion de notre événement « *Welcome Back / Meet & Greet* », nous avons dévoilé notre nouveau programme dans une atmosphère chaleureuse et conviviale. Cet événement avait pour ambition de favoriser les échanges entre nos nouveaux clients et notre clientèle fidèle, de stimuler les rencontres et de renforcer le sentiment d'appartenance à notre communauté.

5.2 Partenariats et collaborations

Pour toucher un public aussi large que possible et proposer des activités au-delà de nos capacités internes, nous nous appuyons sur des partenariats stratégiques.

Ces collaborations nous permettent non seulement d'élargir notre rayonnement au sein des communes partenaires et au-delà, mais aussi de renforcer les liens avec les associations locales et les prestataires sociaux. Elles facilitent également une orientation plus ciblée de notre clientèle, en fonction de ses besoins spécifiques.

5.2.1 Collaborations au niveau local

Solidement ancrés dans notre territoire, nous avons poursuivi et renforcé nos partenariats avec les acteurs locaux, convaincus que la proximité constitue un levier essentiel pour répondre de manière concrète aux besoins des populations et impulser une dynamique collective.

- **Berdorf:** Tour avec le bourgmestre – activité organisé en collaboration avec le bourgmestre.
- **Bech:** Collaboration avec la « *Becher Jugend* ».
- **Beaufort:** Activité au château de Beaufort, *Generatiounsgaart Beefort*, Collaboration avec la commune et la commission du 3ieme âge Beaufort : fête du troisième âge et création d'une Fenêtre de l'Avent.
- **Betzdorf:** Collaboration avec le Projet « *Zesummen Am Duerf* » pour différentes activités (*Bakatelier* avec Maison Relais, *Betzder Bistro*, Conférence Santé Mentale), collaboration avec le « *Duerftreff beim Lis* » et l'organisation de l'activité « *Mam Unimog op de Nordkapp* » avec un citoyen de la commune.
- **Consdorf:** Collaboration avec la Seniorie St. Joseph/Zitha, « *Senioren Gemeng Konsdrëf asbl* » ; et l'association Oeuvres Saint Barthélemy Consdorf pour différentes activités, le marché de Noël et la création d'une « Fenêtre de l'Avent ».
- **Junglinster:** Collaboration avec Ôpen (Maison Citoyenne) – activités interculturelles & intergénérationnelles ; Collaboration avec différentes associations locales (*Badminton Jonglënster*, *Country Linedance Lënster*, *Den Dillendapp Danzclub*, *50plus Jonglënster*).
- **Waldbillig:** Collaboration avec le Tourist Center Heringer Millen pour des activités et le marché de Noël ainsi qu'avec l'association « *Jonk an Al Waldbëlleg* ».



5.2.2 Collaborations au niveau national et transfrontalier

Tout au long de l'année, nous avons renforcé notre engagement au-delà des frontières de notre structure, en tissant des liens solides avec des partenaires tant au niveau national qu'international. Ces collaborations, fondées sur la confiance, la complémentarité et une vision partagée de l'inclusion sociale, ont permis de faire émerger des projets innovants, de mutualiser les savoir-faire et d'élargir notre champ d'action.

Qu'il s'agisse d'échanges de bonnes pratiques, de co-construction de contenus ou de participation à des réseaux thématiques, ces partenariats ont enrichi notre travail quotidien et ouvert de nouvelles perspectives pour l'avenir.

- National :
 - Lëtzebuerger Veräin fir Gediechnistraining
 - GovTech Lab & MyGuichet.lu
 - Floristikatelier Filsdorf
 - Scienteens Lab
 - Crea-Ka Grevenmacher
 - Fédération Luxembourgeoise de Marche Populaire
 - SIAS
 - Autres Club Aktiv Plus
- Transfrontalier:
 - Rosa M. Hessling

5.2.3 Bénévolat

Dans une démarche de promotion du vieillissement actif, nous proposons de manière proactive des opportunités d'engagement bénévole au sein de nos activités. Qu'il s'agisse de transmettre une passion (comme un ancien hobby), d'animer des cours de sport ou des groupes de randonnée, ou encore de contribuer à l'organisation d'événements, chaque implication est précieuse.

Nous accordons une grande importance à l'échange avec nos bénévoles et à la reconnaissance de leur engagement. C'est pourquoi nous organisons régulièrement des rencontres, favorisant à la fois la convivialité et la création d'un véritable réseau entre eux.

Nos appels à bénévolat sont diffusés via nos brochures, nos réseaux sociaux ainsi que sur la plateforme Benevolat.lu. Sans l'engagement actif de nos bénévoles, la diversité et la régularité de notre offre d'activités ne pourraient être assurées.

5.3 Développement et participation à des projets et études

Tout au long de l'année, notre équipe s'est investie avec enthousiasme dans le développement du projet « Internetcafé fir Senioren », une initiative née de la volonté de rendre le numérique accessible à tous, en particulier aux personnes âgées. En collaboration étroite avec plusieurs clubs du réseau Help, nous avons uni nos compétences pour créer un espace d'apprentissage bienveillant, stimulant et inclusif.

Récompensé par le Prix de l'inclusion numérique 2023 et déployé en 2024, ce projet incarne pleinement notre approche : humaine, collaborative et tournée vers l'avenir. Grâce à la co-construction de supports pédagogiques adaptés, nous avons pu proposer des formations concrètes et progressives, permettant aux participants de gagner en autonomie dans l'usage des outils numériques.

Ce rapport annuel met en lumière les visages, les histoires et les dynamiques qui ont donné vie à nos projets. Car derrière chaque atelier, chaque clic, chaque sourire, il y a une rencontre, un apprentissage, un pas de plus vers une société plus inclusive.