

HIERSCHT- WANTER PROGRAMM

SEPTEMBER- DEZEMBER

2024



club
AKTIV+



SOMMAIRE

WËSSENSWERTES & WICHTEGES

EKIPP	5
MEMBRE DONATEUR	6
EDITORIAL	7-11
ALLGEMENG INFORMATIOUNEN	12-15
ËFFNUNGSSZÄITEN	16-17
CAFETERIA	18
BÉNÉVOLEN	19
ASCHREIWUNGSFICHE & KALENNER	39-42
INTERNETSTUFF	47
PROGRAMMZEITUNG 2025	72
RÈGLEMENT INTERNE	73-79
WICHTEG INFOËN	80

ENNERWEE AM AUSLAND

SHOPPING PERL	21
AUSFLUCH OP MAASTRICHT	22
KIRRWILLER - ROYAL PALACE	23
KÖLN	24

ENNERWEE ZU LETZEBUERG + NATUR & KULTUR

KLENGEN TREPPELTOUR ZU BIELES	26
KEELEN	27
DINNER IN THE DARK	28
ENNERWEE MAT DER MARIE-ASTRID	29-30
VISITT VUN DER BRAUEREI BOFFERDING	31
THEATERMATINEE ZU RODANGE	32
IESSE BEIM MARIO &	
BILLARD AM CAFE DU GYMNAS	33
SHOPPING AN DER BELLE ETOILE	34
MUSICAL "MAMMA MIA" (MÄERZ 2025)	35

SOMMAIRE

AM CLUB AKTIV+ DIDDELENG

DISKUTÉIEREN A LÉIEREN

EENZEL R-V MAM JEANNE	37
KONFERENZ TELEALARM	48
SCHNEEKE MAT GUDDEREN GEWESSEN	50
PHILOSOPHIESCOURS	53
KONFERENZ GEFOREN AM INTERNET	54
VIDEONOMETTEG MAT HÄR COLLIGNON	55
CHRËSCHT BASTELATELIER	56
RACONTE MOI UNE HISTOIRE	59
KONFERENZ MAM SERVICE IRIS	62
KONFERENZ TELEALARM	50
ATELIER BÛCHE	63

GESELLËGES A VERSPILLTES

BINGO	46,61
QUIZNMËTTEG	52

REGELMËISSEG AKTIVITÉITEN

KLANGSCHUELEN	45
REGELMËISSEG AKTIVITÉITEN	65-71

IESSEN AN ZESUMMESINN

MËTTESDËSCH - MOULE MAT FRITTEN	44
MËTTESDËSCH - BELLA ITALIA	49
MËTTESDËSCH - CHOUROUTE	51
BEAUJOLAISFEST	57
CHRËSCHTMAART	58
MËTTESDËSCH - KANENGCHEN	60
CHRËSCHTCAFETERIA	64

Wëssenswertes
& Wichtiges

Info



Mir si fir lech do
**CLUB
AKTIV+**
à votre service

XXXXXX

FRIEDERICI Diane
Chargé de Direction



HARPES Jérôme
Assistant de Direction



RUBBINI-KOHL Jeanne
Assistante sociale



MEYER Patricia
Agente polyvalente



HENTGES Cheryl
Educatrice diplômée



KLEIN Peggy
Educatrice diplômée



26.51.55.1
621.501.686

48, rue de la Libération
L-3511 DUDELANGE

info@schwarzewee.lu
www.aktiv-diddeleng.lu

MEMBRE DONATEUR



Gitt Member bei eis am Club Aktiv+,
da kritt Dir eisen Aktivitéitsprogramm
heem geschéckt.

Dir kënt äre Bäitrag vun 15 €
an de Büro bezuele kommen
oder Dir iwwerweist d'Suen wgl
mam Vermierk

~Numm, ~Adress, membre donateur 2024
op ee vun eise Konten.

Devenez membre et recevez régulièrement
notre programme d'activités.

Nous tenons à votre disposition
les cartes membre 2024 au prix de 15€.

Veuillez passer au bureau
ou bien faire un virement
avec la communication

~nom, ~adresse, membre donateur 2024
sur un de nos comptes bancaires.



Eis Kontosnummern / nos numéros de comptes
Diddelenger Haus fir Senioren asbl

CCPL: IBAN LU75 1111 2111 2048 0000

BCEE: IBAN LU70 0019 1755 5628 3000

Impression: Imprimerie Heintz, Pétange / Agrément ministériel PA/03/05/031



EDITORIAL

club aktiv+ diddeleng

side of
St. Paul road has
and a risk and should be do
road? The same should be do
traffic areas in Metro Manila
1216@gmail.com

Léif Alleguerten,

Esou lues léisst de Summer dem Hierscht seng Plaz, an sou fänkt eng nei Saison mat villen neien Opportunitéiten un. De Programm dee mir lech mat vill Léift zesumme gesat hunn, ass eng Invitatioun, d'Liewen a vollen Zich ze genéissen, nei Horizonter ze entdecken an är Leidenschaften nei ze entfachen.

Aktivitéiten a Fräizäit

Fir déi, déi Spiller gären hunn, invitéiere mir lech mat Keele spillen ze goen, an op eis Bingo Nomëtteger ze kommen. Dës lëschtég Momenter si perfekt fir sech ze amuséieren a souguer nei d'Frëndschaften ze schléissen. Verpasst och net eis Freideg Nomëtteger an eiser Cafeteria, wou Dir hausmaacher Pâtisserie schmaache kënt wärend Dir u Gesellschaftsspiller deelhuelt fir déi, déi et wëllen.

Ausflich a Reesen

Mir hu spannend Ausflich geplangt: en Dagesausflug op Maastricht, eisen traditionnelen Ausflug op Kirrwiller an de „Royal Palace“ an eng Rees vun zwou Nuechten op Köln wärend der Chrëschtzäit. Dës Ausflich si Geleeënheeten, nei Plazen ze entdecken an schéin Erennerungen ze schaafen.

Kulturell a Sozial Erfarungen

Verpasst net eis Visite vun der Brasserie Bofferding, eng eenzegaarteg Erfahrung fir Béierliebhaber (an einfach Virwëlzeger). Mir hunn och Theaterausflich, Shoppingdeeg a gemittlech Mëttesessen am Club geplangt, fir flott a gemittlech Momenter zesummen ze verbréngen. Mir invitéieren lech och op eis Sortie "Dinner in the Dark", eng sensoresch Erfahrung, wou Är Geschmacks- a Riechzellen d'Hierkunft vun de Goûten uni Afloss vun der Siicht entdecke mussen.

Konferenzen a Wuelbefannen

Mir hu Konferenzen a Philoscouren iwwer verschidden a beräicherend Themen organiséiert. Dës Treffte sinn d'Geleeënheet, ze léieren, ze diskutéieren an är Iddien an enger gemittlecher Atmosphär ze deelen. Verpasst och net eis Sessioune mat tibeetesche Schosselen, perfekt fir Entspannung a Meditatioun, déi lech Rou a Wuelbefanne bréngen.

Kierperlech Aktivitéiten a Wuelbefannen

Mir bidden eng Vilfalt u Coursen un, fir aktiv a fit ze bleiwen: Yoga, Tai-Chi, Pilates, Gym douce, Zumba, Aqua Gym, Danzen an Afrofit. Dës Aktivitéite sinn entwéckelt fir Är kierperlech a geeschteg Gesondheet ze verbesseren, während Dir Freed a Entspannung erliefert. Maacht och mat bei eise Gedichtnistraining fir är kognitiv Fäegkeeten ze stäerken.

Festlech Atelieren

Schlussendlech, verpasst net den esou beléiften Atelier "Bûche de Noël", geleet vun eise Patricia. Hatt hëlleft lech, är eege Bûche fir d'Feierdeeg ze maachen, fir är Gäscht ganz besonnesch ze iwwerraschen.

All Aktivitéit an all Ausfluch ass eng Geleeënheet, dës Saison voll ze genéissen, wäertvoll Erënnerungen ze schafen an onvergesslech Momenter ze erliewen.

Mir wënschen lech eng Saison voller Energie, Entdeckungen a schéine Momenter.



Chers tous,

Alors que l'été cède la place à l'automne, nous entrons dans une nouvelle saison riche en opportunités. Cet agenda de septembre à décembre est une invitation à célébrer la vie, à découvrir de nouveaux horizons et à raviver vos passions.

Activités et Loisirs

Pour ceux qui aiment les jeux, rejoignez-nous pour des parties animées de quilles et de bingo. Ces moments ludiques sont parfaits pour s'amuser et renforcer les liens avec vos amis. De plus, ne manquez pas nos vendredis ludiques à la cafétéria du club, où vous pourrez déguster des pâtisseries faites maison tout en participant à des jeux de société pour ceux qui le souhaitent.

Sorties et Voyages

Nous avons prévu des excursions passionnantes : une excursion d'un jour à Maastricht, notre traditionnelle journée à Kirrwiller au « Royal Palace », et un voyage de deux nuits à Cologne pendant la période magique des marchés de Noël. Ces sorties sont l'occasion de découvrir de nouveaux endroits et de créer des moments inoubliables.

Expériences Culturelles et Sociales

Ne manquez pas notre visite de la brasserie Bofferding, une expérience unique pour les amateurs de bières (et aussi les autres). Nous avons également des sorties au théâtre, des journées de shopping, et des déjeuners conviviaux au Club pour savourer des moments de détente et de plaisir ensemble. Nous vous invitons aussi à participer à notre sortie "Dinner in the Dark", une expérience sensorielle où vos papilles devront découvrir l'origine des goûts sans être influencées par la vision.

Conférences et Bien-être

Nous avons organisé des conférences et cours de philosophie sur des sujets variés et enrichissants. Ces rencontres sont l'occasion d'apprendre, de discuter et de partager vos idées dans une ambiance conviviale. De plus, ne manquez pas nos séances de bols tibétains, parfaites pour la relaxation et la méditation, vous apportant sérénité et bien-être.

Activités Physiques et Bien-être

Nous proposons une variété de cours pour rester actif et en forme : Yoga, Tai-chi, Pilates, Gym douce, Zumba, Aqua gym, Danse et Afrofit. Ces activités sont conçues pour améliorer votre santé physique et mentale tout en vous offrant des moments de plaisir et de détente. Participez également à notre atelier mémoire pour stimuler vos capacités cognitives.

Ateliers festifs

Enfin, ne manquez pas l'atelier très apprécié de la bûche de Noël animé par Patricia. Elle vous aidera à confectionner votre propre bûche pour les fêtes, ajoutant une touche personnelle et gourmande à vos célébrations de fin d'année.

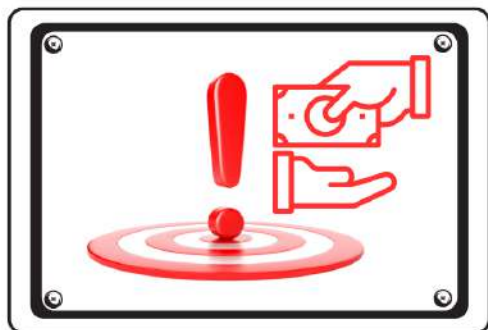
Chaque activité et chaque sortie est une opportunité de profiter pleinement de cette saison, de créer des souvenirs précieux et de vivre des moments inoubliables.

Nous vous souhaitons une saison pleine d'énergie, de découvertes et de moments mémorables.



INFO

PIKTOGRAMMER



Ass eng Aktivitéit mat dësem Symbol markéiert muss de Betrag schnellstméiglech bezuelt ginn. Dir kënnt de Montant iwweeweisen oder am Club Aktiv+ bor respektiv mat der Kaart bezuelen. Sollt dëst innerhalb 7 Deeg no der Umeldung net de Fall sinn, verfält dës.

Si une activité est marquée de ce symbole, le montant dû doit être payé le plus rapidement possible. Vous pouvez payer le montant par virement ou au Club Aktiv+ en espèces ou par carte. Si ce n'est pas le cas dans les 7 jours suivant votre inscription, celle-ci sera annulée !

INFO

PIKTOGRAMMER



Präis vun der Aktivitéit

Prix de l'activité



Umeldeschluss fir d'Aktivitéit

Délai d'inscription pour l'activité



Datum vun der Aktivitéit

Date de l'activité



Wichtig Informatioun zu der Aktivitéit

Information importante sur l'activité



Plaz vum Rendezvous

Lieu du rendez-vous



Auerzäit vum Rendez-Vous

Heure du rendez-vous

AUSFLUCH MAM BUS SORTIE EN BUS

Et gëtt fir den Aller a Retour just een Arrêt, dësen ass ëmmer virum Club Aktiv+, de Buschauffer kann aus assurantentechnesche Grënn net einfach spontan zousätzlech Arrêt'en ufueren.

A l'aller comme au retour, nous ne nous arrêtons qu'à l'arrêt indiqué, qui se trouve toujours devant notre Club Aktiv+. Pour des raisons d'assurance, le chauffeur de bus ne peut pas s'arrêter spontanément à d'autres arrêts.

INFO

PIKTOGRAMMER



Régelméisseg Aktivitéiten
Activités régulières



Aktivitéiten zu Lëtzebuerg
activités au Luxembourg



Zesummen am Club Aktiv+
Ensemble au Club Aktiv+



Ausflich am Ausland
Excursions à l'étranger



Ausflich zu Lëtzebuerg
Excursions au Luxembourg



Konferenzen am Club Aktiv+
Conférences au Club Aktiv+



Ganz liichte, kuerzen Trëppeltour.
Längt: 1-3km



Liichte bis méttelschwéieren Trëppeltour.
Längt: 3-5km



Gutt kierperlech Konditioun.
Gutt Wanderausrüstung a gutt Schong erfuerderlech.
Längt: >6km



www.clubaktivplus.lu

club
aktiv+

LUXSENIOR.LU

Kontakt: www.luxsenior.lu

gero
KOMPETENZZENTER
FIR DEN ALTER

Kontakt: www.gero.lu

Tél: 36 04 78 - 1



SOS Détresse

Mir hëllefden Iwwer Telefon an online
anonym a vertraulich

Kontakt: www.454545.lu

Tél: 45 45 45 - 1

(11h-23h)



Kontakt: www.gimb.lu

info@gimb.public.lu

pdp | programme
démence
prévention

Kontakt: www.pdp.lu

AMIPERAS
d'Stëmm vun de Senioreen

Kontakt: www.amiperas.lu

Tél: 40.22.40



Kontakt: Tél: 26.47.00



Blëtz a.s.b.l. **SAFE**

Lëtzebuerger Associatioun fir Betroffene
vun engem Hiereschlag

Sous le Haut Patronage de S.A.R. la Grande-Duchesse Héritière
- a.s.b.l. reconnue d'utilité publique -

www.bletz.lu

ËFFNUNGZÄITEN HEURES D'OUVERTURE



Diddelenger Haus fir Senioren asbl

Club Aktiv + Diddeleng
Résidence Liberté
48, rue de la Libération
L-3511 Dudelange
info@schwaarzewee.lu

Tel: 26 51 55-1
Fax: 26 51 55-33



MÉINDEN/**LUNDI**

10h00 - 11h30
14h00 - 15h30

MËTTWOCH/**MERCREDI**

9h00 - 11h30
14h00 - 17h00

FREIDEN/**VENDREDI**

9h00 - 11h30
14h00 - 17h00

DËNSCHDEN/**MARDI**

9h00 - 11h30

DONNESCHDEN/**JEUDI**

9h00 - 11h30
14h00 - 15h30

DE CLUB BLEIWT ZOU LE CLUB RESTERA FERME



MËTTWOCH/MERCREDI

23.10.2024

WOCH/SEMAINE

**28.10.2024
- 03.11.2024**

WOCHEN/SEMAINES

**20.12.2024
- 06.01.2025**

DONNESCHDEN/JEUDI

**07.11.2024
moies/matin**

FREIDEN/VENDREDI

**08/11/2024 -
moies/matin**

***wéinst Renovatiounsarbechte bleift de Club
vum 6. Januar bis de 26. Januar 2025 zou
en raison de travaux de rénovation, le club sera
fermé du 6 janvier au 26 janvier 2025***

kommt an eis CAFETERIA



MËTTWOCHS &

FREIDES 14H00 - 17H00

PÂTISSERIE



GESELLSCHAFTS
SPILLER



SALZEGES



• **BENEVOLEN**



**BENEVOLE
AM
CLUB
AKTIV+
DIDDELENG**

**MELLT IECH
MIR FREEËN EIS**

Ennerwee AM AUSLAND



SHOPPING

Club Aktiv+
Diddeleng



zu
per!



Dënschdes

24/09/2024

Méindes

18/11/2024

RV 08:45 Auer am Club

10€Aktivitéit



Aschreiwung bis 1 Woch virun der Aktivitéit
Inscription jusqu'à 1 semaine avant l'activité

Dagesauflug op Maastricht



Mir fuere gemittlech mat engem grouse Bus op Maastricht wou mir iwwert de grouse Maart a ronderëm duerch Butteker shoppe ginn.

Et ginn iwwerall kleng Bistroyen a Restaurante wou een a kleng Gruppen ouni Reservatioun iesse kann.

Mir reservéieren kee Restaurant, wann dir awer ganz eleng mat eis fuert, da sot eis wgl. direkt bei der Umeldung Bescheed.

De Retour fir Diddeleng ass um 18h00, mir wäerten da géint 21h00 zeréck sinn.

Nous partons avec un grand bus pour une journée de shopping au grand marché de Maastricht et alentours.

Il y a partout des petits cafés et restaurants où vous pouvez manger en petit groupe et sans réservation.

Nous ne réservons pas de restaurant commun, mais si vous êtes seul(e), faites-le nous savoir directement lors de votre inscription.

Le départ pour Dudelange est à 18h00, arrivée vers 21h00.



Fr/Ve 11.10.24



01.10.24



7h00



50€ Member
55€ Net-Member



CLUB AKTIV+



Bus

Kirrwiller ~ Royal Palace



Fuert mat eis op Kirrwiller fir di flott Show mam neie Programm: "Déesses" am Royal Palace.

Virun der Show iesse mir am Restaurant « Le Majestic» hire wonnerbaren 3 Gang Menü an nom Spektakel gëtt nach am Lounge Club bei live Musek gedantz.

De Retour ass um 18h00 da si mir géint 20h30 erëm zu Diddeleng.

Partez avec nous à Kirrwiller au "Royal Palace".

Après avoir mangé un menu de 3 plats au restaurant "Le Majestic", nous admirerons le nouveau spectacle «Déesses» . Le spectacle sera suivi d'animations dansantes au Lounge Club. Le retour pour Dudelange est à 18h00, arrivée vers 20h30.



Do/Je 21.11.24



04.11.24



9h00



130€ Member
135€ Net-Member



CLUB AKTIV+



Bus, Menu, Show



KÖLN

REES mam

CLUB AKTIV+ vun DIDDLENG

2 Nueten - 3 Deeg

11.Dezember -

13.Dezember 2024

- HOTEL
CityClass Hotel am Heumarkt
- CHRËSCHTMAART



**Fir weider Infoë, mellt
lech um 26.51.55.1**

Ennerwee ZU LETZEBUERG + NATUR & KULTUR



Klengen Trëppeltour zu Bieles + Iessen am Restaurant



Maacht mat eis e klengen Trëppelwee duerch de Park « Um Belval » mat uschléisschendem Mëttegiessen am Restaurant « Madame Witzeg »

Joignez-nous pour une petite balade à travers le parc « Um Belval », suivie d'un déjeuner en commun au restaurant « Madame Witzeg ».



Dë/Ma 01.10.24



24.09.24



10h30



5€ Aktivitéit
7€ Minibus



CLUB AKTIV+



KEELE SPILLEN

mam

Club Aktiv+
Diddeleng



Mëttwochs 16. Oktober

am Café KRAELTGEN 7€
zu Uespelt

Dënschdes 05. November

am Café NICOLAS 5€
zu Fenneng

Méindes 02. Dezember

am Café MONT ST. JEAN 5€

PLACES
LIMITEES fir dei 3 Datumer
pour les 3 dates

1. RV 11 :30 Auer am Club
2. RV 12 :00 Auer am Café

+ 5€ Minibus

Iessen an Gedréngs ginn op der Plaz bezuelt.

Repas et boissons sont à payer sur place.



Aschreiwung bis 1 Woch virun der Aktivitéit
Inscription jusqu'à 1 semaine avant l'activité

Dinner in the dark



Hu Dir Loscht op e ganz spezielle Restaurant Besuch?
En Oweessiessen an der totaler Däischtert ass eng ganz originell Erfahrung, déi et eis erméiglecht eis ageschlof Geschmaachsnerve erëm ganz nei ze entdecken.

Fäert net, bis bei äre Stull kritt dir all Hëllef a selbstverständlech ass ausserhalb vum lessraum och alles beliicht. Mir fuere mam öffentlechen Transport op de Kierchberg an zeréck. Am Präis abegraff ass en 3-Gang Gourmet Menü mat jeeweils dem passende Wäin.

Envie d'une expérience originale en mangeant dans l'obscurité totale? Le dîner dans le noir absolu est une expérience originale qui permet de réévaluer notre perception du goût en redécouvrant nos sens endormis par l'omniprésence du regard.

Ne vous inquiétez pas, jusqu'à votre table vous recevrez toute l'aide nécessaire et bien sûr, en dehors de la salle à manger tout est éclairé. L'aller-retour se fait en transports publics jusqu'au Kirchberg. Le prix inclut un menu gourmet en trois services accompagnés de trois verres de vin assortis.



Do/Je 17.10.24



10.10.24.



17h50



110€



BUSARRET CLUB AKTIV+
Bus 507



lessen mam Wein

MAT DE

CLIB AKTIV+

D'MARIE-ASTRID

22.10.24

Verbringen Sie mit uns und unseren Freunden der anderen „Club Aktiv+“, einen herbstlichen Tag an Bord der MS "Princesse Marie-Astrid". Genießen Sie bei gutem Essen und Trinken, einen unvergesslichen Nachmittag auf der wunderschönen Mosel. Musikalisch wird uns „De Klimperhari“ begleiten und für gute Stimmung sorgen. Wer möchte kann gerne auch noch das Tanzbein schwingen.

Wir freuen uns auf diesen traditionellen Schiffsausflug.

Venez passer une journée avec nous et nos amis des autres « Clubs Aktiv+ » à bord du MS "Princesse Marie-Astrid". Profitez d'un après-midi inoubliable sur la magnifique Moselle en dégustant de bons plats et boissons. „De Klimperhari“ nous accompagnera en musique et mettra de l'ambiance. Ceux qui le souhaitent pourront également se déhancher. Nous nous réjouissons déjà de cette traditionnelle excursion en bateau.



Dë/Ma 22.10.24



15.10.24



10h00



80€



CLUB AKTIV+



MAT DE CLIB AKTIV+ *op* D'MARIE-ASTRID

Menu:

Feine Gemüsecremesuppe
Fine crème de légumes

Königinpastete, Pommes Frites und Salat
Bouchée à la reine, pommes frites et salade

oder / ou

Vegetarisches Menu / Menu végétarien

Gefüllte Zucchini auf Couscous und Gemüsejus
Courgette farcie aux légumes sur couscous et
son jus de légumes

Apfeltorte Grossmutterart mit Vanilleeis
Tarte grand-mère avec sa glace vanille

Bei der Umeldung wgl. präzisieren
weien Menü dir wëllt.



Visitt vun der Brauerei Bofferding



D'Brasserie Nationale zu Käerjeng ass déi gréisste Brauerei zu Lëtzebuerg.

Wärend enger Visitt guidée gesi mir déi verschidde Schrëtt vum Hierstellungsprozess vun eisem Bofferdings Béier. Hei kennt Dir d'Rohstoffer richen an upaken an uschléissend gëtt am Brau-Atelier natierlech och de Béier geschmaacht.

Als Ofschloss vun eisem Ausflug iesse mir zesummen am Restaurant "Brasserie D'Braustuff".

Opgepasst, et sinn hei vill Trapen ze goen, Dir musst kierperlech fit genuch si fir dëst ze meeschteren an och drun denke fir fest Schong unzedinn.

La Brasserie Nationale Bofferding situé à Bascharge est la plus grande brasserie au Luxembourg.

Lors d'une visite guidée nous découvrons les différentes étapes du processus de fabrication de la bière Bofferding. Vous pourrez sentir et toucher les matières premières et bien sûr, notre visite est suivie d'une dégustation de bière au « Brau-Atelier ». Pour terminer notre sortie, nous déjeunons ensemble au restaurant « Brasserie D'Braustuff » Attention, il y a beaucoup de marches à faire, vous devez être en bonne forme physique et porter des chaussures solides.



Më/Me 13.11.24



05.11.24



09h10



38€ Membre
43€ Net-Member



CLUB AKTIV+



Bus, Visitt guidée mat
Dégustatioun

Theatmatinée zu Rodange



Mir invitéieren lech dësen Hierscht erëm op eis
traditionell a ganz belëiften

Theater-Matinée fir Senioren

Gespillt gëtt

Donneschdes, den 14. November 2024 um 14:30 Auer

am **CENTRE CULTUREL** zu **RODANGE**

e lëschtengen 3-Akter

Saunagigolo

Eisen Theaterbesuch fënnt zesumme mam Club « An de Sauerwisen » vu
Rémeleng statt.



Do/Je 14.11.24



12h50



CLUB AKTIV+



07.11.24



30€ Member
35€ Net-Member



Bus, Entrée, Kaffi a Kuch

Iesse beim Mario a Billard am Café du Gymnase



Mir iessen zesummen zu Diddeleng « Beim Mario » an dono gi mir an de « Café du Gymnase » eng Partie Billard spillen.

Nous mangeons ensemble à Dudelange au restaurant "Beim Mario" et passons ensuite l'après-midi ensemble à jouer au billard au "Café du Gymnase".



Fr/Ve 15.11.24



08.11.24



1.RV 11h30
2.RV 11h45



5€



1.RV CLUB AKTIV+
2.RV « Beim Mario »



Jidderee bezilt säin lessen
an de Billard sur place

Shopping an der Belle Etoile



Gemittlech gi mir duerch d'Geschäfte wou Dir är Chrëschtkaddoen kaafe kënt. Uschléissend iesse mir zesummen zu Mëtteg an engem Restaurant op der Plaz.

Nous flânerons tranquillement dans les magasins et déjeunerons dans un des restaurants sur place.



Mé/Lu 25.11.24



18.11.24



10h00



15€



CLUB AKTIV+



Aktivitéit & Minibus

MUSIKAL



MAMMA MIA!

Präis: 116€ Membre
121€ Non-Membre



Freides/vendredi 07/03/2025

Rockhal Belval

Départ 18:45 Club Aktiv+

Retour +/- Mëtternuecht/minuit

am CLUB AKTIV+



DIR BRAUCHT EE FIR ZE

SCHWÄTZEN?

**BESOIN DE PARLER EN TOUTE
CONFIANCE ?**

Eenzel-Rendez-Vous mam Jeanne Rendez-vous individuel avec Jeanne

**Assistante sociale
Travail en groupe
Animatrice de groupe
Gérontologie, Gériatrie**



lech iwwert äre Problem mat engem Mënsch am Vertrauen austausche ka vläicht weider hëllefен!

D'Zil ass mat lech zesummen är Situatioun, déi lech grad plot, ze kucken, lech un är Stärkten ze erënneren an lech ze ënnerstëtze fir no Méiglechkeeten ze sichen.

Interesséiert? Da kommt, frot e RV mam Jeanne.

Falls néideg kënne mir eis och bei lech doheem treffen.

Partager ses soucis de la vie, c'est la meilleure façon de mieux les gérer. Analysons ensemble la situation qui vous tracasse actuellement, décelons vos capacités et vos points forts, afin de trouver des pistes de solutions.

Cela vous intéresse ? Alors : Venez, fixez un rendez-vous individuel chez Jeanne, soit au Club Aktiv+ Diddeleng, soit au besoin aussi chez vous à domicile.

reckbleck



**Kiirmes, Starlight Express zu Bochum,
Visitt vun der Luxlait, Technikmusée zu
Speyer, Keelespillen**

■ CLUB AKTIV+

UMELDEFICHE

FICHE D'INSCRIPTION



De folgenden Umeldungsformular erlaabt et lech, lech provisoresch anzeschreiwien. Huelst w.e.g. d'Fiche aus Ärer Programmzeitung a gitt se eis am Accueil of.

Le bulletin d'inscription suivant vous permet de vous inscrire de manière provisoire. Veuillez détacher la feuille de votre cahier et nous la renvoyer ou la remettre à la réception.

Numm/Nom:* _____

Adress / Adresse:* _____

PLZ, Uert
CP / Ville* _____

Tél:* _____

Gebuertsdag
Date de naissance: _____

E-Mail: _____

Mir kontaktéieren lech op alle Fall, fir ze confirméieren oder wann d'Aktivitéit scho komplett ass, kommt Dir op d'Waardelëscht.

Nous vous contacterons dans tous les cas pour confirmer ou si l'activité est déjà complète, vous serez ajouté à la liste d'attente..

J'ai lu et accepté les dispositions du règlement interne du Club Aktiv+ et les ai acceptées.

Les données collectées seront traitées de manière confidentielle. Pour plus d'informations sur le traitement des données sur notre site Internet :

www.aktiv-diddeleng.lu

Signature:

*à remplir obligatoirement



Veillez vous inscrire pour tous les événements:

T: 26.51.55.1 - info@schwaarzewee.lu



INSCRIPTIONS ASCHREIWUNG

Date	Inscription	Activité	Page
mardi 24 septembre 2024		DM Perl	21
mercredi 25 septembre 2024		Mëttesdësch Moulen	44
vendredi 27 septembre 2024		Klangschuelen	45
vendredi 27 septembre 2024		klenge Bingo	46
samedi 28 septembre 2024		Internetversammlung Gemeng	47
mardi 1 octobre 2024		klengen Trëppeltour zu Bieleles	26
mercredi 2 octobre 2024		Konferenz iwwert Téléalarm	48
mercredi 9 octobre 2024		Italienësch Fest	49
vendredi 11 octobre 2024		Ausfluch op Maastricht	22
mercredi 16 octobre 2024		Keelen am Kreatgen	27
jeudi 17 octobre 2024		Dinner in the Dark	28
vendredi 18 octobre 2024		Klangschuelen	45
mardi 22 octobre 2024		Marie-Astrid mat all Clib A+	29-30
vendredi 25 octobre 2024		Atelier Schneeke mat guddem Gewëssen	50
vendredi 25 octobre 2024		klenge Bingo	46
mardi 5 novembre 2024		Keelen am Café Nicolas	27
mercredi 6 novembre 2024		Mëttesdësch Choucroute	51
vendredei 8 novembre 2024		Quiznomëtteg - Kultura	52
lundi 11 novembre 2024		Philoscours	53
mardi 12 novembre 2024		Konferenz Geforen am Internet vu Golden Me	54
mercredi 13 novembre 2024		Visitt vun der Brauerei Bofferding	31



INSCRIPTIONS ASCHREIWUNG

Date	Inscription	Activité	Page
jeudi 14 novembre 2024		Theater Matinée Rodange	32
vendredi 15 novembre 2024		lessen Mario an Bilard	33
lundi 18 novembre 2024		DM Perl	21
lundi 18 novembre 2024		Philoscours	53
mardi 19 novembre 2024		Videomatinée mam Här Collignon	55
mercredi 20 novembre 2024		Bastelatelier Chrëschtdeeg	56
jeudi 21 novembre 2024		Kirrwiller - Royal Palace	23
vendredi 22 novembre 2024		Beaujolaïsfest	57
lundi 25 novembre 2024		Shopping Belle Etoile	34
lundi 25 novembre 2024		Philoscours	53
mercredi 27 novembre 2024		Chrëschtmaart am Club A+	58
vendredi 29 novembre 2024		Klangschuelen	45
vendredi 29 novembre 2024		Raconte moi une histoire mat Gero	59
lundi 2 décembre 2024		Kellen zu Butschebuerg	27
lundi 2 décembre 2024		Philoscours	53
mercredi 4 décembre 2024		Mëttesdësch Kanéngchen	60
vendredi 6 décembre 2024		grousse NiklosBingo	61
mardi 10 décembre 2024		Konferenz Iris Croix Rouge	62
mercredi 11 décembre 2024		Rees op Köln	24
jeudi 12 décembre 2024		Rees op Köln	24
vendredi 13 décembre 2024		Rees op Köln	24
mardi 17 décembre 2024		Atelier Bûche	63
mercredi 18 décembre 2024		Chrëschtfeier	64
vendredi 7 mars 2025		Musical Mamma Mia	35

NOTIZZIEDEL



NOTIZ

- + _____
- + _____
- + _____

WICHTEG

NOTIZ

- + _____
- + _____
- + _____

NET VERGIESSEN

- + _____
- + _____

reckbleck



**Kiirmes, Kayak op der Sauer, Visitt vu REDU,
Visitt vu Luxlait, Trëppeltour duerch d'Stad
Lëtzebuerg**

M È T T E S
D È S C H



25€

Moule mat Fritte + Hausmaacher Dessert

Mëttwochs 25/09/24

Apéritif : 11h30

lessen : 12h15

Unmeldung bis den /
inscription jusqu'au
18/09/24



KLANG SCHULEN

am



Freides

27/09/2024

Freides

18/10/2024

Freides

29/11/2024

RV 09:45 Auer am Club

UFANK vun der Aktivitéit

10h00

10€Aktivitéit



Aschreiwung bis 1 Woch virun der Aktivitéit
Inscription jusqu'à 1 semaine avant l'activité

klenge
BINGO!
Nomëtteg

Freides

27/09 & 25/10

am **CLUB AKTIV+**

5€/Nomëtteg

flott Präisser ze gewannen

Ufank - 14H30

Aschreiwung bis 1 Woch virun der Aktivitéit
Inscription jusqu'à 1 semaine avant l'activité

INTERNETSTUFF



Eng Rechnung online vun doheem aus bezuelen, en Dokter Rendezvous online huelen, online akafen?...Ween bis elo gemengt huet, ganz gutt ouni Internet oder Computer eens ze ginn, dee fillt sech déi läscht Joren ëmmer méi oft am Stach gelooss. Vill administrativ Demarché funktionéieren haut souguer just nach iwwert den digitale Wee.

D`Gemeng Diddeleng bitt Iech an Zesummenaarbecht mat eisem Club Aktiv+ elo d`Méiglechkeet, ganz ouni Internetkenntnisser un engem Cours deelzehuelen. Hei léiert Dir mam I-Pad an der moderner Technik eleng eens ze ginn, sou datt Dir zum Schluss vun de Course keng Hëllef méi braucht.

Dir braucht keen eegent Material, Dir kritt dat alles vun der Gemeng gestallt. Mir hunn Studenten, déi Iech bei all äre Schëtt a Froen zur Säit stinn.

De Cours ass ëmmer Samschdes vu 14h00 -16h00 am Club Aktiv+ a gëtt ob lëtzebuergesch gehalen.

Eng Infoversammlung fënnt Samschdes den 28.9.2024 am Gemengenhaus Diddeleng statt.

Le cours se déroule en langue luxembourgeoise, des explications écrites sont disponibles en allemand et en français.

Une réunion d'information aura lieu le samedi 28.09.2024 à la commune de Dudelange.



INFORVERSAMMLUNG 28.09.2024

OP DER GEMENG DIDDELENG

**Ab Samschdes 05/10/2024 fir den 1. Cours am Club Aktiv+
Umeldeschluss 23/09/2024**



TELEALARM



am
CLUB AKTIV+
Diskuteieren &
Léieren

Wéi funktionéiert Telealarm, Hausnouruf a co.?

D'Stëftung Hëllef Doheem luetlech häerzlech an zu enger Präsentatioun vun der Mme Pascale Nestler iwwert den Telealarm, Hausnouruf a nei Technologien doheem. An enger Welt, an deier Sécherheet a Wuelbefannen doheem fir aktiv Senioren e groussen Thema sinn, bidde mir en Abléck an innovativ Léisunge fir ären Doheem méi sécher a méi bequeem ze gestalten. D'Pascale Nestler ass Ekippechef bei Sécher Doheem, dem Telealarm vun der Stëftung. Si ass scho laang derbäi an deelt gärden hiert Wëssen zu dësem Thema mat lech.

Fonctionnement des systèmes de téléalarme, appels d'urgence à domicile et autres.

La Fondation Hëllef Doheem vous invite cordialement à une présentation de Mme Pascale Nestler sur les systèmes de téléalarme, les appels d'urgence à domicile et les nouvelles technologies pour la maison. Dans un monde où la sécurité et le bien-être à domicile pour les seniors actifs sont des sujets importants, nous vous offrons un aperçu des solutions innovantes pour rendre votre domicile plus sûr et plus confortable. Pascale Nestler est chef d'équipe chez Sécher Doheem, le service de téléalarme de la Fondation. Elle est présente depuis longtemps et partage volontiers ses connaissances sur ce sujet avec vous.



Më/Me 02.10.24



27.09.24



14h00



Gratis



CLUB AKTIV+



Italienische Mëttesdësch



LIVE



25€

MUSIC

LISA MARIOTTO

Mëttwochs 09/10/24

Apéritif : 11h30

essen : 12h15

Unmeldung bis den /
inscription jusqu'au
02/10/24



Club Aktiv+
Diddeleng



Atelier: Schneeke mat guddem Gewässen



D'Jeanne mécht mat lech e puer einfach Rezepten vu Schneekereien. Eis Kreatiounen kënnen Dir deels mat heem huelen, deels ginn se nomëttes an der Cafeteria verdeelt.

Découvrez avec Jeanne quelques recettes faciles pour vous gâter. Vous pourrez emmener chez vous une partie de nos créations, les autres seront distribuées l'après-midi en cafétéria.



Fr/Ve 25.10.24



18.10.24



09h00



10€



CLUB AKTIV+



MËTTES DËSCH



20€

Choucroute garnie + Hausmaacher Dessert

Mëttwochs 06/11/24

Apéritif : 11h30

lessen : 12h15

Unmeldung bis den /
inscription jusqu'au
30/10/24



Quiznomëtteg

KULTURA

Lëtzebuerg a seng Awunner
a 7 Kategorië vu Froen

Le Luxembourg et ses habitants
en 7 catégories de questions



Dans un cadre convivial et multilingue, venez redécouvrir le Luxembourg à travers un jeu interculturel!

Kultura est un jeu créé au Luxembourg pour tous ses habitants! Ce jeu interactif propose des questions de culture générale sur le Grand-Duché, réparties en 7 catégories : gastronomie, personnalités connues, traditions, monuments, littérature, géographie et loisirs.

La modération est plurilingue. Peu importe votre langue, venez tester vos connaissances sur le Luxembourg! Cette après-midi ludique se veut conviviale et riche en rencontres.

Cette activité vous est proposée en partenariat avec
GERO – Kompetenzzentrum für den Alter.

op lëtzebuergesch & français

Fr/Ve 08.11.2024
14h00 - 16H00

PHILOSOPHIE- COURS

mam

HÄR

HUBERT HAUSEMER



Mythen, Sagen, Märchen als Weisheitserzählungen

„Diese Art von Texten hatte, in ihrer ursprünglichen Form, nicht den Anspruch, uns Menschen wissenschaftlich über die Welt, das Leben und den Menschen zu belehren. Auch war sie nicht als Unterhaltungsliteratur gedacht, sondern sie wollte, auf erzählerische Weise, Antworten geben auf die drängenden Lebensfragen der frühen Menschheit.“

Méindes: 13h30 - 15h00

11/11/2024

18/11/2024

25/11/2024

02/12/2024

Här Hubert HAUSEMER
professeur de philosophie en retraite

Le cours est en langue luxembourgeoise

Konferenz: Geforen am Internet mat GOLDEN ME



Diese Konferenz lädt dazu ein, sich mit dem Thema Online-Sicherheit vertraut zu machen und die potenziellen Gefahren im Internet besser zu erkennen und verstehen. In einer entspannten Atmosphäre diskutieren wir über Cookies, die Erkennung und Vermeidung von Phishing Methoden, Online Shopping, Luxtrust und sichere Passwörter.

De Virtrag gëtt op lëtzebuergesch mat franséischem Support gehal.

Cette conférence invite à se familiariser avec le thème de la sécurité en ligne et à mieux comprendre les dangers. Dans une atmosphère familiale, nous discuterons de cookies, comment reconnaître et éviter le phishing, les achats en ligne, le Luxtrust et les mots de passe sécurisés.

La conférence se déroulera en luxembourgeois avec du support en langue française.



Dë/Ma 12.11.24



07.11.24



10h00



Gratis



CLUB AKTIV+



Videomatinée mam Här Collignon



Den Här Claude Collignon huet kuerz viru senger Pensioun d'Fotografie als Hobby entdeckt.

Hien hält sech ëfters an der Natur op an deelt elo seng schéin Fotoen an Andréck mat lech.

Losst lech dëst net entgoen a verbrenge flott Momenter mat him bei eis am Club Aktiv+.

D'Thema ass eng Wanderung durch de Bësch mat all sengen Facetten a virun allem déi schein Villerecher.

Monsieur Claude Collignon a découvert son hobby dans la photographie juste avant sa retraite. Il passe beaucoup de temps dans la nature et aimerait maintenant partager ses photos et ses impressions avec vous.

Venez au Club Aktiv+ pour partager un beau moment avec lui.

Le thème de notre matinée est une promenade dans la forêt avec toutes ses facettes et surtout ses magnifiques oiseaux.



Dë/Ma 19.11.24



14.11.24



10h00



Gratis



CLUB AKTIV+



Bastelatelier fir d'Chrëschtdeeg



Kommt an eise kreativen Atelier a maacht mat Hëllef vum Peggy a Cheryl esou eng flott Dekoratioun ewéi dir se op der Foto gesitt. Mir hunn e grouse Choix u Material fir iech prett.

Venez dans notre atelier créatif et réalisez, avec l'aide de Peggy et Cheryl, une décoration de Noël aussi belle que celle que vous voyez sur la photo. Nous avons une grande sélection de matériaux de bricolage prêts pour vous.



Më/Me 20.11.24



14.11.24



14h00



25€



CLUB AKTIV+



Aktivitéit & Material



BEAUJOLAIS NOUVEAU

22.11.2024 16h00

Danzmusek
“Blue Night”

16h00 - 18h00

Preis: 25€

Fromage + 1 verre de Beaujolais
Keis + Patt Beaujolais

Umeldeschluss:
14.11.2024



Chrëschtmaart mat ville flotte stänn

Schmuck

Téi

Seefen

Kränz

Gebeess

Vasen

Tombola

Hausmaacher Pâtisserie an eiser Cafeteria

27/11/2024 ab 14h00

am Club Aktiv+

Raconte moi une histoire mat GERO



En présence des élèves d'une école maternelle de Dudelange, venez redécouvrir les contes de Noël !

Raconter des histoires et les écouter permet de rassembler toutes les générations. Dans le cadre de cet après-midi spéciale « Noël », les bénévoles du groupe « Raconte-moi une histoire » de chez GERO viendront partager leurs histoires et contes de Noël, en présence des enfants d'une école de Dudelange.

Ces lectures pour un public intergénérationnel se feront en luxembourgeois, français et italien principalement.

Cette activité vous est proposée en partenariat avec les bénévoles du projet « Raconte-moi une histoire » de GERO – Kompetenzzenter fir den Alter.



Fr/Ve 29.11.24



22.11.24



14h00



Gratis



CLUB AKTIV+



M E T T E S
D E S C H



20€

Kanéngchen am Wäin/Lapin chasseur + Hausmaacher Dessert

Mëttwochs 04/12/24

Apéritif : 11h30

lessen : 12h15

Unmeldung bis den /
inscription jusqu'au
27/11/24



grousse
Niklos-
BINGO!
Nomëtteg

FREIDES

06/12/2024

am **CLUB AKTIV+**

7€/Blat

flott Corbeillen ze gewannen

Ufank - 14H30

Aschreiwung bis 1 Woch virun der Aktivitéit
Inscription jusqu'à 1 semaine avant l'activité

Konferenz vum Service IRIS



croix-rouge
luxembourgeoise



Méischen hëllef

Sidd Dir vill aleng a braucht méi Gesellschaft? Oder hutt Dir Loscht Leit ze hëllef den déi vill aleng sinn?

An dëser Konferenz kritt Dir all néideg Informatiounen vum Service IRIS vum der Croix-Rouge.

Der Service IRIS übernimmt die Verpflichtungen der Croix-Rouge luxembourgeoise, die sich dafür einsetzt, hilfsbedürftige Personen zu unterstützen. Basierend auf diesem Grundsatz setzt sich der Service Iris das spezifische Ziel, die Gesundheit und Lebensqualität der Bevölkerung zu verbessern, indem er emotionale und soziale Einsamkeit bekämpft.

Wir bieten individuelle Begleitung an: Ein Freiwilliger oder eine Freiwillige für eine Person, die von Einsamkeit betroffen ist. Auf diese Weise entstehen Zweierteams, die darauf abzielen, über längere Zeit Bestand zu haben.

Lernen Sie den IRIS sowie die Welt der Freiwilligenarbeit kennen.

Le service IRIS relaye les engagements de la Croix-Rouge luxembourgeoise, dont la mission est d'agir en faveur des personnes vulnérables. C'est fort de ce principe que le service se fixe comme mission spécifique d'améliorer la santé et la qualité de vie de la population en luttant contre la solitude émotionnelle et sociale.

Nous proposons des accompagnements un pour un: un bénévole pour une personne touchée par la solitude. Nous créons ainsi des binômes qui ont vocation à durer dans le temps.

Venez découvrir le service Iris ainsi que le monde du bénévolat.



Dë/Ma 10.12.24



03.12.24



09h00



Gratis



CLUB AKTIV+



Atelier Bûche



Och dëst Joer bidde mir lech eisen esou beléifte Bûche Atelier un.

Mellt lech schnell un an iwwerrascht är Gäscht fir d'Feierdeeg mat enger hausmaacher Bûche. D'Patricia weist lech Tipps an Tricks fir en erfollegräich Geléngen. Am Präis mat dran ass är Bûche fir mat heem.

Cette année, nous vous proposons à nouveau notre atelier populaire bûche de Noël.

Inscrivez-vous vite et épatez vos convives avec une bûche de Noël fait maison. Patricia vous montrera avec plaisir des idées et astuces pour une bonne réussite. La bûche que vous allez créer est inclus dans le prix et vous pourrez la prendre avec à la maison.



Dë/Ma 17.12.24



10.12.24



09h00



30€



CLUB AKTIV+



Aktivitéit & Bûche



CHRËSCHT *Cafeteria*

MËTTWOCH

18

DEZEMBER

14:30PM

Mellt lech bei eis am Club Aktiv+ un.



am
CLUB AKTIV+
Regelmässige
Aktivitäten

REGELMEISSEGE AKTIVITEITEN

Le prix forfaitaire s'applique aux dates indiquées

**CLUB
AKTIV+**



www.aktiv-diddeleng.lu





PILATES

MÉINDEN/LUNDI
08H45 - 09H45

Patrick FERGÉ

am CLUB AKTIV+

Sept. - 23,30

Oktober/Octobre - 07,14,21

Nov.- 04,11,18,25

Dezember/Decembre - 02,09,16



GYM - DOUCE

MÉINDEN/LUNDI
10H30 - 11H30

Gigi HOLSTEIN

am CLUB AKTIV+

Sept. - 16,23

Oktober/Octobre - 07,14,21

Nov.- 04,11,18,25

Dezember/Decembre - 02,09,16





PETANQUE

MÉINDEN/LUNDI
15H00

um BOULODROME
Stade A. Barozzi

mat uschléissendem Iessen à
payer sur place

all 2. a leschte Méinde vum Mount
chaque 2ème et dernier lundi du mois

GRATUIT



TAI-CHI

MÉINDEN/LUNDI
18H30 - 19H30

Léon RINALDETTI
am BRILL (Schoul)

Sept. - 16,23,30

Oktober/Octobre - 07,14,21

Nov.- 04,11,18,25

Dezember/Decembre - 02,09,16

Membre
65€
Non-Membre
80€



YOGA



Membre
60€
Non-Membre
75€

am CLUB AKTIV+

Méindes/Lundi - 15h30-16h30

Ecole GAFFELT - Vinyassa Flow en douceur

Méindes/Lundi - 18h30-19h30

à partir du 23.09

Ecole DEICH - AFRO SWING FIT

Mëttwochs/Mercredi - 18h30-19h30

à partir du 25.09

Ecole DEICH - Vinyassa Flow

Mëttwochs/Mercredi - 19h30-20h30

Ecole DEICH - Vinyassa Flow

Samschden/Samedi - 10h00-11h00

à partir du 25.09

Septembre 2024 - Dezember 2024
sauf vacances scolaires



RHYT.HANDÜBUNGEN

MËTTWOCH/MERCREDI
10H00 - 11H00

Renée BISSORFF

am CLUB AKTIV+

Sept. - 18,25

Oktober/Octobre - 02,09,16,23

Nov.- 06,13,20,27

Dezember/Decembre - 04,11,18



ZUMBA

MËTTWOCH/MERCREDI
14H45 - 15H45

Carole RESSLINGER

am CENTRE
HARTMANN

Sept. - 18,25

Oktober/Octobre - 02,09,16,23

Nov.- 06,13,20,27

Dezember/Decembre - 04,11,18





AQUA GYM

DONNESCHDEN/ JEUDI
14H15 - 15H00

am CENTRE
HARTMANN

nees ab September
à partir de septembre

Sept. - 19,26

Oktober/Octobre - 03,10,17,24

Nov.- 07,14,21,28

Dezember/Decembre - 05,12



GEDIECHTNES TRAINING

DONNESCHDEN/ JEUDI
14H30 - 16H00

Elli HEIN

am CLUB AKTIV+

Sept. - 19,26

Oktober/Octobre - 03,10,17,24

Nov.- 07,14,21,28

Dezember/Decembre - 05,12,19



Erlebnistanz®

ERLEBNISTANZ

FREIDEN/ VENDREDI

14H30 - 16H00

Marie-Lou PIERSON

am CLUB AKTIV+

Sept. - 20,27

Oktober/Octobre - 04,11,18,25

Nov.- 08,15,22,29

Dezember/Decembre - 06,13



• BENEVOLEN



PREPARTIOUN: PROGRAMMZEITUNG
Préparations: Programme d'activités

**WANTER -
FRÉIJOËR
PROGRAMM**

**JANUAR -
ABRELL**



DËNNSCHDEN - MARDI
07.01.2025

&

MËTTWOCH - MERCREDI
08.01.2025

Règlement interne



Umeldung fir eng Aktivitéit, Couren an Vakanzen

- Fir all Umeldung vun enger Aktivitéit oder engem Cour vum CLUB AKTIV+, musst Dir lech perséinlech bei eis mellen, per Telefon um 26 51 55-1, per E-mail info@schwaarzewee.lu oder Dir kommt an de CLUB AKTIV+ laanscht.
- Well de Club Senior Engagementer mat Drëttpersounen huet ass all Aschreiwung op mëndlech oder schrëftlech verbindlech.

Prais a Bezuele vun enger Aktivitéit, Couren an Vakanzen

- Mir sinn eis bewusst dat verschidden Aktivitéiten respektiv Vakanzen deier sinn, dëst leit net un eis mee un de Präisser vun de verschiddene Prestataire. Als Asbl ass eis d'Ziel net héisch Präisser ze froe fir Profit ze maachen dofir berechne mir bei der Organisatioun alles dat mir keng Onkäschten hunn.
- Spéitstens bei der Umeldungsfrist muss Är Aktivitéit bezuelt sinn.
- Bei Aktivitéite wou eng Entrée, een Ticket oder soss een direkte Beitrag eiser Säit ze bezuelen ass, biede mir lech direkt bei ärer Umeldung eis de Betrag ze iwwerweisen oder an de CLUB AKTIV+ bezuelen ze kommen. Sollt dëst net an de 7 Deeg no ärer Umeldung de Fall sinn, wäert är Plaz verfallen an dir sidd NET méi ugemellt!
- Ab Hierscht 2023 gëtt e Forfait pro Trimester fir dei reegelméisseg Coursen gefrot. De CLUB AKTIV+ kann als ASBL net méi fir äert Feelen d'Onkäschten droen. Wann Dir lech an e reegelméisseg Cours aschreift muss dir 1 Woch virum Coursufank de ganze Betrag bezuelen.
- Fir all nei Persoun déi un engem Cours wëll Deel huelen, ass déi 1. Seance gratis.

Ofmelle vun enger Aktivitéit, Couren an Vakanz



- Dir kennt lech zu all Moment vun enger Aktivitéit ofmellen, mee Mir kënnen Iech net garantéieren dat Dir de volle Präis zeréck bezuelt kritt. Dëst hänkt dovunner of op mir wéinst ärer Annulatioun Onkäschten ze droen hunn an op mir een Ersatz fir Iech fannen.
- Egalwéi gi 5 Euro wéinst Bearbechtung vun ärem Dossier gefrot.
- Aktivitéite kënnen aus folgenden Ursaache vum Club Aktiv+ ofgesot oder op en aneren Datum verluet ginn:
- Mindestzuel vun den Aschreiwungen ass bei der Umeldungsfrist net erreicht.
- De Verantwortleche vun der Aktivitéit ass verhënnert.
- D'Meteo ass e Risiko fir Gesondheet oder Sécherheet.
- En "cas de force majeure" erfuerdert d'Annulatioun.
- Wann de Client ouni Excuse (och nodréiglech), net fir d'Aktivitéit opdaucht, ass de volle Präis ze bezuelen.
- Aktivitéiten, Coursen, Atelieren, déi aus méi Seancë bestinn, ginn am Virus ganz bezuelt. Wann se no enger oder e puer Seancë vum Client ofgebrach ginn, kënnen se net zeréckbezuelt ginn, ausser mat engem Attest vum Dokter deen bestäetegt dat äert Matmaechen ärer Gesondheet schued, dann au prorata.
- Wann Dir aus enger Ursaach net méi un enger Aktivitéit kënnt deelhuelen, sou kënnt Dir awer net selwer en Ersatz fir Är fräi Plaz sichen. De Club Senior huet meeschtens eng Waardelëscht fir all Aktivitéiten, déi mir selwer geréieren. Sou ginn déi nees fräi Plazen zréck un de Club Aktiv+ a gi rëm vun eis selwer, chronologesch no der Waardelëscht besat
- Wann Dir also verhënnert sidd an annuléire musst sot eis wgl sou schnell wéi méiglech Bescheid, dass mir alles kënnen esou organiséieren dass kee vun de betraffene Parteien op ze vill Onkäschte setze muss bleiwen.
- Vakanz: Et ass un Iech eng Reiserücktrittsversicherung ze huele bei ärem Assureur wann de Club Aktiv+ net iwwert eng Agence bucht. Dëst ass zum Beispill de Fall wann nëmmen 1 bis 2 Nuechten Openthalt geplangt sinn. De Club Senior kann a wäert net d'Onkäschte fir Iech droen.



Matmaache bei enger Aktivitéit, Couren an Vakanz

- Dir maacht op eege Verantwortung bei Allem mat.
- **Oppassen:** eis Aktivitéiten hunn ënnerschiddlech Schwierigkeetsgraden. Bei gesondheetleche Problemer, frot beim Personal no den Ufuerderungen an am Zweifel consultéiert virun der Aschreiwung Ären Dokter. De CLUB AKTIV+ iwwerhëlt keng Responsabilitéit am Fall vun engem Accident duerch Är eege Schold. Clienten, déi op Hëllef ugewise sinn, sollen sech dann mat enger Begleetpersoun umellen.
- Fir d’Vakanze gëllen déi selwecht Reegelen. Dir sidd fir lech selwer verantwortlech. De Programm gëtt lech an engem Brëif oder an enger Réunioun kloer erkläert a mat ärer Umeldung gi mir dovunner aus dat är Fitness an Gesondheet et erlaabt mat ze fueren.

Medezinesch Käschten, d’Retourskäschten an all aner Käschten ginn vum Client gedroen.

Fotoen

- Bei Ärer Umeldung am CLUB AKTIV+ froe mir fir eng Foto vun lech dierfen ze maachen. (Dës gi just fir eis intern Dossier’en benotzt.)
- Während eisen Aktivitéite gi Fotoe gemaach, déi mir eventuell an eiser Programmzeitung an aner Medien benotzen oder bei Fotosréckblécker weisen.
- Wann Dir net averstane sidd dass Fotoen, wou Dir drop sidd, publizéiert ginn, da gitt eis wgl. schrëftlech Bescheid!



Dateschutz a Confidentialitéit am Club Aktiv+

- Et gëtt säit dem 25. Mee 2018 en europäescht Reglement iwver den Dateschutz, dat mir am CLUB AKTIV+ natierlech och ganz streng uwenden.
- Wann Dir Member oder Client am “Diddelenger Haus fir Senioren” asbl sidd, da brauche mir vun lech verschidde perséinlech Informatiounen. Well mir als CLUB AKTIV+ eng sozial Missioun hunn, gëtt et bei eis keng anonym Participatioun an den Aktivitéiten. Jiddereen eenzel muss mat Numm, Adress an Telefonsnummer ugemellt sinn. Fir statistesch Zwecker froen mir ausserdeem Äert Gebuertsjoer an Är Nationalitéit.
- Mir versécheren lech, dass mir des Donnéeë just intern notzen (zB fir d’Facturatioun, den Envoi vu Courier a Programmzeitung, fir lech ze kontaktéieren a fir d’Organisatioun vun Aktivitéiten, grad wéi d’anonymiséiert Statistiken). Mir ginn Är Donnéeën, ouni Ären explizitten Accord, ni un Drëtter weider, weder un ëffentlech Servicer nach u gutt Bekannte vun lech.
- Mat Ärer Umeldung erkläert Dir lech domat averstanen. Dir kënnt awer zu all Moment froen fir déi Donnéeën ze gesinn oder dass si geläscht ginn.

Är nächst Umeldung ass fir eis d’Bestätegung dat Dir des Reegelen gelies hutt an och mat dësen averstanen sidd. Mir soe MERCI fir Äert Versteesdemech an hoffen op Är Zesummenaarbecht.

Är Ekipp vum Club AKTIV +



Inscription pour une activité, des cours et des vacances:

- Pour toute inscription à une activité ou un cours du CLUB AKTIV+, vous devez vous inscrire personnellement auprès de nous, par téléphone au 26 51 55-1, par e-mail à info@schwaarzewee.lu, ou vous pouvez vous rendre directement au CLUB AKTIV+.
- Étant donné que le CLUB AKTIV+ s'engage avec des tiers, toute inscription est considérée comme contraignante, que ce soit à l'écrit ou à l'oral.

Prix et paiement pour une activité, des cours et des vacances:

- *Nous sommes conscients que différentes activités respectivement vacances peuvent être coûteuses. Cela ne dépend pas de nous, mais des tarifs des différents prestataires. En tant qu'association, notre objectif n'est pas de demander des prix élevés pour faire des bénéfiques, nous calculons nos frais d'organisation de manière à ne pas avoir de déficit.*
- *Le paiement de votre activité doit être effectué au plus tard à la date limite d'inscription.*
- *Pour les activités nécessitant un billet, un ticket ou toute autre forme de contribution directe de notre part, nous vous demandons de faire un virement du montant lors de votre inscription ou de le payer directement au CLUB AKTIV+. Si cela n'est pas fait dans les 7 jours suivant votre inscription, votre place sera annulée et vous ne serez plus inscrit !*
- *À partir du 1er Septembre 2023, un forfait trimestriel sera demandé pour les cours réguliers. En tant qu'association à but non lucratif, nous ne pouvons plus supporter vos frais. Si vous vous inscrivez à un cours régulier, vous devez payer l'intégralité du montant une semaine avant le début du cours.*
- *Pour toute nouvelle personne souhaitant participer à un cours, la première séance est gratuite.*

Désinscription d'une activité, des cours et des vacances :



- Vous pouvez vous désinscrire d'une activité à tout moment, mais nous ne pouvons pas garantir le remboursement intégral. Cela dépendra de nos frais d'annulation engagés et de notre capacité à trouver un remplaçant pour vous.
- Quelle que soit la raison de votre désinscription, des frais de traitement de dossier de 5 euros seront facturés.
- Les activités peuvent être annulées ou reportées par le CLUB AKTIV+ pour les raisons suivantes :
 - Le nombre minimum d'inscriptions requis n'a pas été atteint à la date limite d'inscription.
 - Le responsable de l'activité est empêché.
 - Les conditions météorologiques représentent un risque pour la santé ou la sécurité.
 - Un cas de force majeure nécessite l'annulation.
 - Si le client ne se présente pas à une activité sans excuse valable, le prix total doit être payé.
- Pour les activités, cours, ateliers composés de plusieurs séances, le paiement complet doit être effectué à l'avance. Si vous abandonnez après une ou plusieurs séances, les frais ne seront pas remboursés, sauf avec un certificat médical attestant que la poursuite de l'activité serait préjudiciable à votre santé, et ce sera au prorata.
- Si vous ne pouvez plus participer à une activité pour une raison quelconque, vous ne pouvez pas chercher vous-même un remplaçant pour votre place. Le CLUB AKTIV+ a généralement une liste d'attente pour toutes les activités que nous organisons. Ainsi, les places libérées reviennent au CLUB AKTIV+ et sont réattribuées selon l'ordre chronologique de la liste d'attente.
- Si vous êtes empêché et devez annuler, veuillez nous informer le plus rapidement possible afin que nous puissions organiser les choses de manière à minimiser les frais pour toutes les parties concernées.
- Vacances : Il est recommandé de souscrire une assurance annulation auprès de votre assureur si le CLUB AKTIV+ ne réserve pas via une agence. Cela s'applique, par exemple, lorsque nous prévoyons un séjour de seulement 1 à 2 nuits. Le CLUB AKTIV+ ne peut pas assumer les frais pour vous.

Participation à une activité, des cours et des vacances :

- Vous participez à toutes les activités sous votre propre responsabilité.
- **Attention :** nos activités ont différents niveaux de difficulté. En cas de problèmes de santé, veuillez consulter votre médecin pour connaître les recommandations et consultez également votre médecin avant de vous inscrire. Le CLUB AKTIV+ n'assume aucune responsabilité en cas d'accident causé par votre propre faute. Les clients ayant besoin d'assistance doivent s'inscrire avec un accompagnateur.
- Les mêmes règles s'appliquent aux vacances. Vous êtes responsable de vous-même. Le programme vous sera expliqué dans une lettre ou lors d'une réunion, et en vous inscrivant, nous supposons que vous êtes en bonne condition physique et de santé pour participer.
- Les frais médicaux, de rapatriement et tout autre frais seront à porter par le client.

Photos :

- Lors de votre inscription au CLUB AKTIV+, nous demandons votre autorisation pour prendre une photo de vous (ces photos ne seront utilisées que pour nos dossiers internes).
- Pendant nos activités, des photos peuvent être prises et utilisées dans notre journal-programme et d'autres médias ou pour des revues de photos.
- Si vous ne souhaitez pas que des photos sur lesquelles vous apparaissez soient publiées, veuillez nous en informer par écrit !

Protection des données et confidentialité au Club AKTIV+ :

- Depuis le 25 mai 2018, un règlement européen sur la protection des données est en vigueur, que nous appliquons strictement au CLUB AKTIV+.
- En tant que membre ou client de "Diddelenger Haus fir Senioren" asbl, nous avons besoin de diverses informations personnelles vous concernant. Étant donné que le CLUB AKTIV+ a une mission sociale, il n'y a pas de participation anonyme à nos activités. Chaque personne doit s'inscrire avec son nom, son adresse et son numéro de téléphone. À des fins statistiques, nous demandons également votre date de naissance et votre nationalité.
- Nous vous assurons que ces données sont utilisées uniquement en interne (par exemple, pour la facturation, l'envoi de courrier et de journal-programme, pour vous contacter et pour l'organisation des activités, ainsi que pour des statistiques anonymisées). Nous ne transmettons jamais vos données à des tiers, que ce soit à des services publics ou à des connaissances personnelles, sans votre accord explicite.
- En vous inscrivant, vous acceptez cela. Cependant, vous pouvez demander à tout moment de consulter vos données ou de les faire supprimer.

Votre prochaine inscription nous confirmera que vous avez lu et accepté ces règles.

Nous vous remercions de votre compréhension et espérons pouvoir collaborer avec vous.

L'équipe du Club AKTIV+

INFORMATIONEN WICHTIGES

ANMELDUNGSSCHUB:
ANFANG DER ANMELDUNGEN:



ANMELDUNG & ABMELDUNG
PERSÖNLICH
(MAIL ODER TELEFON)

ANMELDUNG & ANNULLATION
PERSÖNLICH
(MAIL ODER TELEFON)



AKTIVITÄT DIREKT ZU BEZAHLEN:

ACTIVITÉ À PAYER DE SUITE: CASH OU
VIREMENT

Mir freeën eis op äre Besuch a
soë Merci fir äert Vertrauen.

Au plaisir de vous accueillir bientôt et un
grand Merci pour votre confiance



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Famille, des Solidarités,
du Vivre ensemble et de l'Accueil