

# **Tätigkeits- Bericht**

**2025** <sup>1</sup>

Die Aktivitäten des  
Club Senior Kielen asbl  
Activ+ in ihrer Nähe.

## Zielsetzung und Partnerschaften

Informationen zu Altersfragen, ein Aktives und Gesundes Leben, Gesunde Ernährung und Bewegung, lebensfrohes Begegnen und freundliches miteinander: all das wird im Club Senior Kielen täglich gelebt und umgesetzt. Vom spannenden Ausflug bis zum besinnlichen Sportmoment ist für jeden etwas dabei. Das Steckpferd des Aktiv+Programms in Kehlen sind auf jeden Fall die Wanderungen und die Sportkurse, beides sehr beliebt und mit über 100 Teilnahmen pro Woche. Dort werden Gesundheit, Begegnung und Prävention gelebt.

Das Familienministerium, die Gemeinde Kehlen tragen Personal- und Betriebskosten und legen auch die Rahmenbedingungen und Ziele fest. Die Gemeinde Kehlen stellt großzügige Aktivitätsräume, Büroinfrastruktur und technische/logistische Unterstützung bereit, auch zwei Gruppenbusse (9 und 8 Sitze) zur Verfügung und werden von der Gemeinde gewartet und betankt.

2

## Planungsablauf , Programm und Anmeldung

Der Club Senior Kielen hat ein sehr flexibles Programmsystem. Eine Liste der Monatsaktivitäten wird kurz vor Monatsbeginn publiziert und per Email, Gemeindeblatt und Aushang verbreitet. Die Mitglieder und Interessierten melden sich dann Per Telefonat, SMS, Email beim Club Senior an und teilen mit, was sie mitmachen möchten. Viele Aktivitäten sind kostenlos (Wanderungen, Marktbesuch...) und auch ohne Anmeldung möglich. Größere Ausflüge dagegen (z. B. Städtereise) brauchen auch eine Anmeldung mit Vorkasse.

## Handarbeitsgruppe

Am ersten Mittwoch des Monats ist viel los in den Räumen des Club Senior: im ehemaligen Paschtoueschhaus in Kehlen treffen sich die Frauen der Handarbeitsgruppe- 12-16 Frauen zwischen 50 und 100 Jahren alt. Sie Nähen, Stopfen, Häkeln und stellen kunstvolle Arbeiten zusammen. Mit guter Laune und viel Sachverstand wird geredet, geholfen und am Ende des Nachmittags gibt es eine Tasse Kaffee und ein Stück Kuchen. Es werden auch Charityarbeiten umgesetzt, Verkäufe organisiert, Tombolas zusammengestellt oder beim Dorffest mit Verkauf und Kuchenbuffet Geld sammelt. Spenden an wohltätige Vereine oder NGOs sind so eine wertvolle Gewohnheit geworden.

## Auszug aus den Aktivitäten 2025

- **Aktivitäten zum Generationsdialog:** Die monatlichen Spiel-Nachmittage mit den Schulkindern der 3. Klasse (z.B. Würfelspiele im Januar, Europa-Entdeckungsreise im März, Legespiele im April).
- **Gesundheit & Prävention:** für größere Gruppen finden Fachvorträge zur Aufklärung und Risikominimierung statt. (z.B. Demenzprävention, Leben mit Parkinson, Schlaganfall-Prävention mit *Blötz a.s.b.l.*).
- **Kultur & Regionalgeschichte:** mit unseren Gruppen setzten wir Besuche zu historisch bedeutender Orten um. (z.B. Banque Centrale du Luxembourg, Museum-Memorial der Deportation in Hollerich, Château de Preisch, Römervilla-Ausgrabungen).
- **Gemeinschaft & Kreativität:** Kreativ-Workshops wie die Gestaltung von Winterdekorationen oder Upcycling-Projekte (z.B. Basteln mit Eierkartons).
- **Natur & Kulinarik:** Ausflüge ins Grüne kombiniert mit gemeinsamen Essen (z.B. das 2-Hektar-Maislabyrinth in Ettelbruck oder die Fairtrade-Wanderung in Bech).

3

•  
3 große Ausflüge haben stattgefunden,

1. **Euro Space Center, Belgien (25. Februar 2025):** Ein ganztägiges Abenteuer rund um das Astronautentraining mit Eignungstests, modernsten Simulatoren (Schwereelosigkeit) und einer Besichtigung des Marsdorfs.
2. **Jugendstil in Nancy, Frankreich (30. Juli 2025):** Eine Kulturreise zur berühmten *Villa Majorelle (École de Nancy)* inklusive einer geführten Architektur-Stadttour vom Place Stanislas bis zum Place Maginot. (Grosse Gruppe im Reisebus)
3. **Metz & Gartenfest Laquenexy, Frankreich (10. Oktober 2025):** Ein herbstlicher Ausflug zum großen *Fête des Jardins & Saveurs* mit über 60 Ausstellern, prächtiger Kürbis-/Blumendekoration und der berühmten Apfelsammlung der Fruchtgärten.

4

## Sportkurse- günstige Bewegungsgelegenheiten

Die Sportkurse sind auch 2025 sehr beliebt und finden in der Gemeinde Kehlen und in Mamer statt.

Sehr wichtig sind dabei die Fachkräfte, auch Chargés de Cours genannt, die unseren Gruppen diese sportlichen Momente ermöglichen:

- Dunja Granow ist sehr erfahren in Sport-, Bewegungs- und Körpertherapie und hat sich auf Entspannungs- und Meditationskurse spezialisiert. In der „Maison Pour Tous“ hält sie Yogakurse für den Club Senior.
- Peggy Octave ist freischaffende Bewegungs- und Tanzfachkraft und macht einen tänzerischen Bewegungskurs sowie einen Linedancekurs. Beide Kurse sind beliebt und ausgebucht.

- Herr Peter Schmitt bietet Mittwoches für 3 Gruppen Aquagymkurse an. Diese sind sehr intensiv und beliebt und finden Mittwochs in der Schwimmhalle des Lycée Josy Barthel statt.
- Herr Christian Colombo bietet Qi Gong und Tai-Chi und ,in einer niederschwelligeren Form, Qi-Gong im sitzen an.
- Elly Madden ist Coach und setzt eine Gehirntrainingsmethode um , die Ronnie Gardiner Method, die Musik, Bewegung und Konzentration zu einem Tanz mit dem Bildschirm verbindet.

Die Gruppenkurse tragen sich finanziell selbst, es ist auch der großen Unterstützung der Gemeinden zu verdanken, dass das möglich ist. Die Orte (Sal in Nospelt, Saal in Keispelt, Raum in Elmen (Olm), Piscine du Lycée Josy Bartel Mamer) werden kostenfrei zur Verfügung gestellt.

Der Club Senior Kielen fuhr auch, mit jeweils über 50 Leuten an Bord, mit einem großen Reisebus zu dem Markttag in Maastricht (NL). Dieser Ausflug ist sehr beliebt und findet regelmäßig statt. Viele Gäste sind autonom unterwegs, einige profitieren auch von dem kulturellen oder kulinarischen Angebot, was die Begleitenden anbieten und begleiten.

5

## Bewegung und Begegnung: Wandern in der Gruppe

Wandern in der schönen Natur, im Ösling, Gutland oder an der Mosel, in Deutschland oder Belgien, überall ist die Stimmung in unseren Wandergruppen gesellig und sportlich. Für die Besucher unserer Aktivitäten haben wir im Club Senior Kielen über die letzten Jahre vier verschiedene Wanderformen herausgearbeitet:

**Marche** (Montags, zwischen 7 und 16 km, mit Höhenunterschieden) – die Wandergruppe ist 2025 zusammen 440 km gewandert. Die Gruppe ist sehr international, es wird Luxemburgisch und Französisch geredet.

**Marche Modérée** (Donnerstags, Distanz zwischen 4 und 6 km, einfachere Wegform) Es ist etwas kürzer und einfacher. Trotzdem wurden mit der Gruppe 2025 auch 258 km zurückgelegt worden.

**Marche Relaxe** (in der Nähe von Kehlen, max 5km, flaches Gelände) meist ist es 2 mal im monat. Im Jahr 2025 wurden so 57 km zurückgelegt.

**Parkspazieren** – in unserer kürzesten Form des Wanderns besuchen wir einen Park und verbringen dort spazierend gemeinsam Zeit. Es geht sehr gemütlich über 1-3 km.

Bei der Marche und der Marche Modérée werden einmal im Monat die Mittagessen kurz nach der Wanderung während eines Picknicks gemeinsam eingenommen, da das seine zusätzliche soziale Komponente das Erlebte aufwerten kann. Im Winter finden die Wanderungen auch statt, allerdings ohne Picnic. Manchmal wird auch ein Restaurantbesuch mit der Wanderung verbunden, oft nehmen dann mehr Leute teil.

6

**2025** wurden beim Club Senior Kielen, unter Begleitung der Personals, über **750 km** zurückgelegt.

Marches: 440 km mit 8-16 Teilnehmenden.

Marches Modérées: 260 km mit 5 – 10 Teilnehmenden.

Marches Relax: 56 km mit 3-8 Teilnehmenden.

Das ist eine beträchtliche und gesunde Leistung.

## Personalaufstellung

Der Clubs Senior Kielen bietet seine Aktivitäten, definiert durch die Konvention mit dem Familienministerium und der Gemeinde Kehlen an. Drei Angestellte setzen diese Vorbereitungen, Aktivitäten und die Verwaltungsarbeiten um: eine Leitungsbeauftragte (40 St), eine Diplomierte Erzieherin für die Aktivitäten und das Programm (40St) und eine 2te diplomierte Erzieherin für diverse Verwaltungsaufgaben (10 Std /Woche).

Wie oben bei den Sportkursen erwähnt, gibt es noch fünf Chargés de Cours, die im Jahr mit 3 Einzelverträgen (Kurse sind in Trimestern organisiert) für ihre Dienstleistungen dazugebucht werden. Diese Chargés de Cours werden aus den Kursgebühren bezahlt.

6-8 Bénévoles helfen punktuell und regelmäßig, um bei Aktivitäten ihre Expertise oder ihr Netzwerk mit einzubringen und erhöhen so unsere Angebotsdichte und Vernetzung mit der lokalen Bevölkerung. Dies ist insbesondere der Fall beim Kegelspiel und den Handarbeiten sowie Spendenaktionen.

7

## Vereinsangelegenheiten

Der Club Senior Kielen a.s.b.l. ist der Betreiber der Lokalen Aktivitäten von Aktiv+ und ist auch juristisch der Arbeitgeber für die während 2025 drei festangestellten Arbeitnehmer. Eine größere Änderung kündigte sich dabei an, als die seit 21 Jahren Verantwortliche Leiterin des Clubs ihre anstehende Rente ankündigte- ab April 2026 wird sie selbst, wie so viele der Gäste die sie über die Jahre betreut hatte, in den wohlverdienten Ruhestand treten und den Club Senior Kielen als Leiterin verlassen.

Der Vorstand des Vereins kümmert sich um das Finden und Einstellen einer neue Fachkraft für diese Arbeit und hat Ende 2025 eine Stellenanzeige

geschaltet. Der noch neuere Vorstand des 2013 gegründeten Vereins setzte 2025 auch noch einige Notes de Service um und verstärkt Kontrollen und Anpassungen im Arbeitsablauf des Club Senior Kielen. Es wurde auch ein ROI entworfen und ein Organigramm erstellt. Aktivitätsteilnehmer sollen jetzt auch immer Vereinsmitglieder sein, eine Jahrespauschale verhindert das aufwendige Verwalten von Kleinstbeträgen für Fahrten und Unkosten.

## Qualität, Kommunikation und Zukunft

Bei den Plateformes und Plénières reflektiert und berichtet der Dienst seine Arbeit, gleicht Ziele und Methoden ab und plant die Vorgehensweise. Dies findet mit dem angestellten Personal, den ehrenamtlichen Vorstandsmitgliedern und mit Personal des Familienministeriums statt, auch mit Betreibern und Angestellten von Vergleichbaren Aktiv+ Betrieben. Es gab 2025 Zusammenarbeit mit den Clubs aus Mamer und Strassen.

Zur Zeit werden neue Aktivitätsstränge reflektiert, die Erschließung neuer Teilnehmergruppen (z. B. mehr Männer, mehr Nicht -Luxemburger, mehr Menschen aus der Nachbargemeinde u.s.w.), die Festigung der bestehenden guten Praxis. Hervorzuheben ist auch die Zusammenarbeit mit der FESDAS, die Lohnbuchhaltung, Buchhaltung und Vertragsabwicklung mit begleitet. Der Club Senior ist Mitglied in diesem Dachverband.

8

## Vergleich- Statistiken zu Aktivitätsjahr 2025

### Evolution des usagers / activités sur les 5 dernières années

| Informations                                             | 2025  | 2024  | 2023  | 2022  | 2021  |
|----------------------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|
| <b>Total général des participations du Club Senior</b>   |       |       |       |       |       |
| Total des participations aux activités                   | 5880  | 4720  | 4954  | 3632  | 1960  |
| Total des participations aux manifestations grand public | 16    | 301   | 135   | 552   | 8     |
| <b>Nombre nouveaux usagers</b>                           |       |       |       |       |       |
| Moyenne d'âge des usagers (hommes et femmes)             | 70,00 | 69,00 | 69,00 | 69,00 | 69,00 |
| Moyenne d'âge des hommes                                 | 72,00 | 72,00 | 72,00 | 70,00 | 72,00 |
| Moyenne d'âge des femmes                                 | 69,00 | 69,00 | 68,00 | 68,00 | 68,00 |
| <b>Répartition des usagers par catégorie d'âge</b>       |       |       |       |       |       |
| < 50 ans                                                 | 7     | 7     | 5     | 2     | 2     |
| 51 - 60 ans                                              | 20    | 20    | 24    | 24    | 16    |
| 61 - 70 ans                                              | 103   | 101   | 111   | 108   | 68    |
| 71 - 80 ans                                              | 79    | 76    | 76    | 69    | 47    |
| > 80 ans                                                 | 35    | 35    | 27    | 22    | 19    |
| Non défini                                               | 15    | 13    | 12    | 15    | 18    |

9

| Répartition des usagers par nationalité                  |         |         |         |         |         |
|----------------------------------------------------------|---------|---------|---------|---------|---------|
| LU                                                       | 202     | 199     | 200     | 188     | 134     |
| DE                                                       | 1       | 2       | 2       | 4       | 0       |
| FR                                                       | 7       | 11      | 10      | 7       | 5       |
| BE                                                       | 12      | 10      | 11      | 10      | 9       |
| NL                                                       | 8       | 8       | 9       | 10      | 5       |
| IT                                                       | 4       | 3       | 4       | 3       | 1       |
| PT                                                       | 0       | 1       | 1       | 4       | 5       |
| Autres                                                   | 20      | 16      | 16      | 11      | 8       |
| Non défini                                               | 5       | 2       | 2       | 3       | 3       |
| Répartition des usagers par commune                      |         |         |         |         |         |
| Communes signataires                                     | 147     | 143     | 144     | 128     | 93      |
| Autres communes                                          | 112     | 109     | 111     | 112     | 77      |
|                                                          |         |         |         |         |         |
| Total des séances                                        | 531     | 456     | 433     | 367     | 244     |
| Durée en heures des séances                              | 1196,91 | 1099,02 | 1250,99 | 3122,74 | 1212,77 |
| Taux d'occupation des séances en jours                   | 2,23    | 1,92    | 1,82    | 1,54    | 1,03    |
| Taux d'occupation des séances en heures                  | 0,63    | 0,58    | 0,66    | 1,64    | 0,64    |
| Moyenne journalière des fréquentations des séances       | 24,71   | 19,83   | 20,82   | 15,26   | 8,24    |
| Moyenne journalière des fréquentations du club           | 24,77   | 21,10   | 21,38   | 17,58   | 8,27    |
| Nombre de séances tenues par le personnel propre         | 247     | 238     | 245     | 7       | 0       |
| Nombre de séances tenues par des collaborateurs externes | 271     | 207     | 181     | 110     | 0       |
| Nombre de séances tenues par des bénévoles               | 12      | 11      | 5       | 0       | 0       |
| Nombre de séances intergénérationnelles                  | 2       | 4       | 2       | 0       | 1       |
| Nombre de séances interculturelles                       | 49      | 42      | 40      | 62      | 78      |

| Statistiques d'activités |                                                          |         |                                                                |          |
|--------------------------|----------------------------------------------------------|---------|----------------------------------------------------------------|----------|
| 01/2025 - 12/2025        |                                                          |         |                                                                |          |
|                          | Total jour d'ouvertures                                  | 237,5   | Total heures d'ouvertures                                      | 1900     |
| ACTIVITES                | Total de séances                                         | 531     | Total des participations aux activités                         | 5880     |
|                          | Durée en heures de séances                               | 1196,91 | Total des participations aux manifestations grand public       | 16       |
|                          | Taux d'occupation des séances en jours                   | 223%    | Total général des participations du Club Senior                | 5896     |
|                          | Taux d'occupation des séances en heures                  | 63%     | Nombre total d'enregistrements dans la base de données clients | 475      |
|                          | Moyenne journalière des fréquentations des séances       | 24,71   | Nombre total des actifs de l'année courante                    | 234      |
|                          | Moyenne journalière des fréquentations du club           | 24,77   | Nombre de nouveaux usagers de l'année                          | 51       |
|                          |                                                          |         | Nombre de bénévoles actifs de l'année                          | 0        |
|                          | Nombre de séances tenues par le personnel propre         | 247     | Pourcentage des usagers des communes signataires               | 56,75676 |
|                          | Nombre de séances tenues par des collaborateurs externes | 271     | Pourcentage des usagers "Résidents au Luxembourg"              | 100      |
|                          | Nombre de séances tenues par des bénévoles               | 12      |                                                                |          |
|                          | Nombre de séances intergénérationnelles                  | 2       |                                                                |          |
|                          | Nombre de séances interculturelles                       | 49      |                                                                |          |

USAGERS

11