



Club
UELZECHTDALL



Wanter am Dall 2024

Bissen | Helperknapp | Fischbach | Heffingen | Lintgen
Lorentzweiler | Mersch | Steinsel | Nommern







Paul Bach
Präsident



Josy Holcher
Direktor

Auf ein Neues !

Es ist schon wieder soweit. Bald ist Weihnachten, Sylvester und dann haben wir schon 2024! Die Zeit scheint zu fliegen. Vielleicht liegt es ja daran, dass Sie im Club täglich so viele interessante und abwechslungsreiche Aktivitäten unternehmen können? Und somit auch vieles mit Bekannten und Freunden unternehmen können.

Für uns ist diese Zeit immer der Moment um einen Rückblick auf das vergangene Jahr zu machen. Und auch dieser Rückblick ist wieder einmal gut gefüllt.

Um nur einige Zahlen zu nennen hatten wir 2023 rein in unseren wöchentlichen Kursen 568 Kunden pro Woche eingeschrieben!

Dann haben wir auch verschiedene Reisen gemacht: unsere übliche Kulturreise, eine Wanderwoche eine Fahrradwoche, und natürlich unsere Erlebnisreise nach Albanien, die wir gleich zweimal gemacht haben.

Hinzu kommen im Schnitt 3 Tagesausflüge pro Woche und verschiedene Kurse die über kürzere Zeit gehalten werden, wie zum Beispiel ein Kreativatelier. Und auch unsere Individualkurse für Handy, Laptop usw.

Wir hatten auch traditionell 3 große Feste, wie unser Summerfest, an denen rund 280 Personen teilgenommen haben. Und das Konzert unseres Uelzechtdall Chouer im Mierscher Kulturhaus, wo wir rund 290 Zuhörer begeistern konnten.

Wenn man all diese Zahlen liest, kann man sich vorstellen, dass da sehr viel Arbeit dahintersteckt. Arbeit die täglich von unseren passionierten Mitarbeitern geleistet wird. An dieser Stelle wollen wir unserem ganzen Team denn auch danken, denn ohne die Zusammenarbeit und den Einsatz unserer Mitarbeiter wären all diese Aktivitäten nicht möglich. DANKE!

Auf den folgenden Seiten finden Sie dann unser Angebot für den Winter 2024. Auch hier hoffen wir wieder, dass Ihnen das Angebot gefällt, und wir freuen uns auch Sie 2024 wieder in etlichen unserer Aktivitäten begegnen zu können, und zusammen viele schöne Stunden verbringen zu können.

Zum Schluss wünschen wir Ihnen, Ihren Familien und Freunden ein fröhliches Fest und einen guten und vor allem gesunden Rutsch ins neue Jahr 2024. Prost!

Auf ein Neues !	3
-----------------------	---

INFOS :

Wo steige ich eigentlich in den Bus?	6
Chèque cadeau à offrir	7
Vente des clés USB	7
Carnet d'adresses	8

HIGHLIGHTS :

Broschüre via mail?	9
Spontane Aktivitäten und Ausflüge!	9
Blasorchester Uelzechtall	10
Frühjahrsbrunch	11
Den Theaterverein Fëschbech-Schous-Angsber spillt 'Keng Plaz fir sou Tricken'	11
Theaterfrënn Pëtten : Et fiert keen Zuch éierens hin	12
Lokal international essen	12

NEUE MEDIEN :

Luerenzweiler Smartphone-Café.....	13
------------------------------------	----

KONFERENZEN | CONFÉRENCES :

Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht etc. - dazu ist es nie zu früh	14
--	----

AUSFLÜGE | EXCURSIONS :

Ausstellung/ Exposition Best of posters	15
Dudel Magie: Besichtigung des Bio-Masthähnchenbetriebes und Nudelproduktion	16
Les vitraux majorelle et musée des fers à repasser	17
ESCAPE ROOM : Le Maître des anneaux	17
Schmelzarbeitermuseum in Schiffingen	18
„All you can eat“ die neue Ausstellung im City Museum	19
Brunch Mudam	20
SIDEC	20
Musée Guerre et Paix	21
Besuch der Firma JOSKIN in Soumagne	22
Maastrich	23
Buchclub Uelzechtall	23
It's Tea Time	24

Zusammenarbeit Mierscher Kulturhaus :

CONCERT : Neijoerschconcert	26
SPEKTAKEL : Life, Love & Fragments	27
CONCERT : Paysages en variation.....	28
CONCERT : Jazz impressions 'n expressions	29
Oper in Lüttich - L'opéra à Liège.....	34

KOLLEKTIVKURSE | COURS COLLECTIFS :

Jogging.....	35
Aquagym in Mersch	35
Badminton	36
Pickle Ball.....	36
Stricken ist inn!	37
Acrylkursus	37

Yoga	38
Fit for Fun	38
Recabic	39
PILATES - Gleichgewicht und Muskeltraining	39
TRX entraînement par suspension de poids de corps	40
Sitzturnen	41
Self défense	41
Es wird wieder genäht	42
Uelzechtdall-Chouer	42
Equilibre et prévention des chutes	43
Zirkeltraining	43
Interaktives Gedächtnistraining	44
Gymnastique pour Dames	44
Nordic Walking Cours intensif	45
Noten lernen, wieso nicht	46
Sport pour tous via ZOOM	46
Linedance	47
Fit mat Tanzen	48
Balade nature et sportive en E-Mountainbike	48
Innen-Pétanque	49
ATELIERS :	
Osterdeko	50
PRIVATKURSE COURS PRIVÉS :	
Remise en forme	51
Sprechstunde	51
Computer / Internet	52
FREIZEITAKTIVITÄTEN LOISIRS :	
“Klengen Treppeltour”	52
“Klengen Treppeltour” Ganzer Tag	53
Autopédestre	53
Autopédestre ganzer Tag	54
Mit Nordic Walking in Form	55
UNSER LAUFENDES PROGRAMM :	
Poterstonn Lorentzweiler	56
Spillowend Lorentzweiler	56
Kaffisstuff in Heffingen	57
Einkaufen	57
Immer wieder Sonntags... ..	58
Poter- a Spillnometteg in Lorentzweiler	58
Mëttesdësch	59
DATENSCHUTZBESTIMMUNGEN CLUB UELZECHTDALL	60
POLITIQUE DE CONFIDENTIALITÉ DU CLUB UELZECHTDALL	61
DAS TEAM UELZECHTDALL	62

Wo steige ich eigentlich in den Bus?



Die angegebenen Abfahrtsorte für Ausflüge sind immer Lorentzweiler oder Mersch, der Club arbeitet aber bis Steinsel und Bissen, Fischbach und Heffingen.

Hierzu sei Folgendes zu bemerken: In unserer Broschüre geben wir immer einen Anhaltspunkt, nämlich Lorentzweiler, wenn die Fahrt Richtung Norden geht, und Mersch, wenn es Richtung Autobahn geht. Dies sind Anhaltspunkte, damit wir die Reise planen können. In der Anmeldebestätigung sind dann die einzelnen Haltestellen in den verschiedenen Gemeinden aufgelistet.

Falls Sie in Bissen, Fischbach, Heffingen oder Boevingen wohnen, ist es natürlich klar, dass wir Sie auch an einem bestimmten Ort abholen, wenn es keine andere Möglichkeit gibt. Es muss aber auch klar sein, dass der Bus nicht in jedes einzelne Dorf der verschiedenen Gemeinden fahren kann, da dies aus zeitlichen und organisatorischen Gründen nicht möglich ist!

Es gilt also die Faustregel: die angegebenen Abfahrtsorte sind Richtlinien und wenn Sie an einer Fahrt teilnehmen wollen, jedoch Probleme haben zum Abfahrtsort zu kommen, rufen Sie uns an, und gemeinsam regeln wir das Problem. In diesem Sinne: viel Spaß beim nächsten Ausflug und gute Fahrt!

Pour nos activités, les lieux de départ marqués dans la brochure sont toujours Mersch et Lorentzweiler, ces départs sont des points de repère, et nous venons à votre rencontre selon nos possibilités ! Demandez plus de renseignements à l'inscription.

Wir sind vom 23.12.2023 bis zum 07.01.2024 geschlossen

Nous sommes fermés du 23.12.2023 jusqu'au 07.01.2024

Chèque cadeau à offrir

 Club UELZECHTDALL	Chèque Cadeau
Pour : xxx	Montant : xx €
De la part de : xxx	Expire le : 31/12/2xxx
A déduire lors de l'une de vos prochaines factures en indiquant les références suivantes :	
Numéro Client :	

Le club vous propose des bons cadeaux à donner pour toute occasions, anniversaire, Noël ou juste pour le plaisir d'offrir. Nous vous enverrons le bon ou chèque cadeaux pas courrier ou directement à la personne concernée. Sur le bon sera noté le montant ou le nom de l'activité et la notation que vous désirez. (Bonne fête, joyeux anniversaire...). Pour tous renseignements complémentaires contactez Joe au secrétariat.



Vente des clés USB

Si vous désirez soutenir le Club Uelzechtdall, nous mettons en vente des clés USB de 8Gb au prix de 12€. Elles sont blanches avec le logo et l'adresse du club.

Vous avez la possibilité de les commander via le site internet ou par téléphone au secrétariat.

Carnet d'adresses

Commune de Bissen

Nouvelle Hall des Sports - ZAC Klengbousbiérg | L-7795 Bissen

Commune de Nommern

Paschtoueschhaff - 5, rue des Chapelles | L-7421 Cruchten

Commune de Helperknapp

Veräinsbau an der KOLL - Am Eck, L-7416 Brouch

Koschteschbau - 1, rue de l'Eglise | L-7481 Tuntange

Commune de Fischbach

Veräinshaus Schous - 7, op der Héicht | L-7475 Schoos

Commune de Heffingen

Centre Culturel et Sportif - 13, Stenkel | L-7652 Heffingen

Commune de Lintgen

Veräinshaus - 27, rue de l'Eglise | L-7446 Lintgen

Nouvelle salle des Sports - 50, rue de la Gare | L-7448 Lintgen

Salle des Sports école primaire - Place publique | L-7446 Lintgen

Am Mouschelt - 250, rue de Fischbach | L-7447 Lintgen

Commune de Lorentzweiler

Salle des Sports «Spillschoul» - Campus scolaire Jos Wohlfart
4, rue J. P. Glaesener | L-7358 Lorentzweiler

Centre Culturel - 120, route de Luxembourg | L-7374 Helmdange

Sall «Jo Gaffiné» - 10, rue des Martyrs | L-7375 Lorentzweiler

Sall «Fautelfiels» - 10, rue des Martyrs | L-7375 Lorentzweiler

Commune de Mersch

Salle Amiperas - 13, rue Nic Welter | L-7570 Mersch

Vereinsbau Rollingen - 81, rue de Luxembourg | L-7540 Rollingen

Schwimmbad Krounebiérg - 14, rue de la Piscine | L-7572 Mersch

Maison Relais Krounebiérg - 11, rue de la Piscine | L-7572 Mersch

École de Musique - 48, rue Principale | L-7595 Reckange

Commune de Steinsel

Maison de la culture - Rue des Sapins | L-7307 Steinsel

Musekshaus «A Schmatts» - 13, rue Paul Eyschen | L-7317 Steinsel

Für alle Ausflüge können Sie sich erst ab dem 18. Dezember anmelden!
Pour toutes les excursions, les inscriptions sont possibles à partir du 18 décembre !

Broschüre via mail? **Brochure par courriel?**

Unsere Broschüre finden Sie immer auch auf unserer Internetseite www.cud.lu. Hier können Sie die Broschüre auch problemlos herunterladen. Gerne senden wir Ihnen die Broschüre auch via email. Wenn Sie dies möchten, geben Sie uns einfach Bescheid.

Notre brochure se trouve aussi sur notre site internet www.cud.lu. Vous pouvez la télécharger sans problème. Si vous souhaitez avoir notre brochure en format pdf par courriel, vous n'avez qu'à nous téléphoner et vous la recevrez par voie électronique.



Spontane Aktivitäten und Ausflüge ! **Activités et excursions spontanées !**

Um unser Angebot verbessern zu können, haben wir uns überlegt einen Newsletter zu erstellen. Dies wird es uns ermöglichen, über das feste Programm hinaus, welches oft monatelang im Voraus geplant werden muss, Aktivitäten für Sie anzubieten. Eine interessante Ausstellung zum Beispiel oder ein Konzertbesuch. Oder, oder, oder...

Diese Newsletter können wir momentan aber nur per Email an Sie weiterleiten. Haben Sie also Interesse daran, dann rufen Sie uns an, geben uns Ihre Mailadresse durch und schreiben Sie sich ein. Automatisch bekommen Sie dann unsere Newsletter.

Afin de pouvoir vous proposer des activités et excursions de manière plus spontanée, nous avons décidé de créer une newsletter. Ce service ne sera possible que via courriel. Si vous êtes intéressés, contactez-nous pour nous fournir votre adresse email et souscrire à cette newsletter !

Blasorchester Uelzechtdall Orchestre à vent Uelzechtdall



Wann | Quand ?

1.Versammlung am Montag, den 15. Januar 2024
um 09h30

Wo | Où ?

Ecole de musique Steinsel

Wer | Qui ?

Josy

Wir haben einen hauseigenen Chor, weshalb sollten wir nicht auch ein solches Orchester gründen? Spielen sie ein Blasinstrument oder ein Perkussionsinstrument? Haben sie Lust zusammen zu musizieren? Dann melden sie sich an. Wir werden eine erste Versammlung haben, bei der wir schauen, welche Instrumente zusammenkommen, und welche Möglichkeiten sich daraus ergeben.

Versammlung sowie Proben werden normalerweise Montags morgens von 09h30-11h00 sein.

Vous jouez d'un instrument à vent ou de percussion ? Vous avez envie de créer des œuvres en groupe ? Alors inscrivez-vous et faites partie des premiers musiciens de notre orchestre à vent. Dans un premier temps nous aurons une réunion, où nous déterminerons quels instruments nous avons et quel genre de musique nous pourrons jouer. La réunion et les répétitions seront en principe toujours le lundi matin de 09h30-11h00.

!!! Bitte unbedingt anmelden, und auch mitteilen welches Instrument Sie spielen !!!

!!! Il est important de s'inscrire et de préciser quel instrument vous jouez !!!

Wir sind vom 23.12.2023 bis zum 07.01.2024 geschlossen

Nous sommes fermés du 23.12.2023 jusqu'au 07.01.2024

Frühjahrsbrunch



Wann | Quand ?

Am Mittwoch, den 13. März 2024 ab 09h30

Wo | Oû ?

Salle des Sociétés zu Beringen

Preis | Prix ?

30€ Essen und Getränke inbegriffen

Der (meteorologische) Frühling ist da, und das soll gefeiert werden! Zusammen werden wir an einem herrlichen, von unserem Team zubereiteten Brunch sitzen, und es uns richtig gut gehen lassen. Gibt es eine bessere Idee, in den Frühling zu starten? Melden Sie sich an, und ab 9h30 Uhr startet unser Brunch.

Pour fêter l'arrivée du printemps, nous nous retrouvons autour d'un bon brunch préparé par nos soins ! Le brunch mélange le petit-déjeuner et le repas de midi, l'important étant de passer un agréable moment ensemble et de partager un repas.



Den Theaterveräin Fëschbech-Schous-Angsber spillt 'Keng Plaz fir sou Tricken'



Wann | Quand ?

Am Sonntag, den 21. Januar 2024 um 15h00

Wo | Oû ?

Schoos, „op der Héicht“

Preis | Prix ?

10€

Eng Grupp Museker, eng Koppel op Hochzäitsrees an en Dokter, deen e romantische Weekend mat senger Sekretärin geplant hat, hunn zoufällig am selwechten Hotel gebucht. Den Hotel huet seng bescht Zäiten hannert sech, de Portier ass frou mat der Aarbecht, déi gemaach ass an de Manager huet keen Iwwerbléck. Duerfir ass et scho bal normal datt kee weess wéi eng Koppel mam Numm Schmit grad a wéi engem Zëmmer soll iwernuechten. Dem Dokter seng Fra ass zoufällig och am selwechten Hotel a si ass iwverzeegt datt si genau weess wéi d'Situatioun ass an esou erzielt si jidderengem hir Versioun vun der Realitéit.

Theaterfrënn Pëtten : Et fiert keen Zuch éierens hin



Wann | Quand ?

Am Sonntag, den 14. Januar 2024 um 16h00

Wo | Oû ?

Hal Irbicht, Biereng/Miersch

Preis | Prix ?

15€

D'Zich kommen eigentlech ëmmer nëmmen ze spéit well är Aueren alleguerten ze pénktelech sinn!" Oder? Bei dëser spannender Bunn-Odyssee sinn derbäi en illusteren Dammekeeleclub, eng jonk, dynamesch a gejoote Businessfra, e Verschwörungstheoretiker, eng obgedréinten Motivatiouns-trainerin, en iwwekorrekte Polizist an ettlech aaner Fahrgäsch. Fuert der gäre matt, da reservéiert är Plaz am TGV 6948 a sidd derbäi wann et heescht : Mir haalen iech um Laafenden a Merci dat dir matt der CFL fuert !



Lokal international essen

A la découverte de la cuisine locale mais internationale



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 22. Februar 2024 um 11h45

Wo | Oû ?

Restaurant indien Base Camp Lorentzweiler

Luxemburg ist kulinarisch gesehen verwöhnt mit internationaler Küche. Es gibt Restaurants aus fast jeder Gegend der Welt. Und obwohl es uns interessiert, trauen wir uns manchmal nicht ein neues Restaurant mit einer uns unbekanntes Küche zu erkunden. Deshalb können Sie das jetzt zusammen mit uns machen. Einmal pro Trimester gehen wir mittags essen, und lassen uns kulinarisch in fremde Länder entführen. Bitte melden Sie sich rechtzeitig an, damit wir reservieren können!

Les restaurants de Luxembourg sont très internationaux. Mais souvent nous ne sommes pas sûrs si une cuisine nous goûte où pas. Et alors nous n'osons pas y aller. Pour cette raison, une fois par trimestre, à midi notre équipe va manger. Joignez-vous à nous et découvrons le monde ensemble. Inscrivez-vous au plus tard 2 semaines avant la date!

Déi 2 Servicer vun der Asbl Uelzechtdall, d'**Jugendhaus an der Sonn** an de **Club Uelzechtdall**, an Zesummenaarbecht mat der Associatioun **GoldenMe**, invitéieren Iech op eise

Luerenzweiler Smartphone-Café



Wann | Quand ?

Méindes, den 26. Februar 2024
an den 25. März 2024

Auerzäit | Heure ?

Ab 16h30

Wo | Oû ?

Am Jugendhaus an der Sonn,
142-144 route de Luxembourg,
L-7374 Helmdange

Am Smartphone-Café kënt dir mat ärem Handy, Tablett an/oder Laptop laanschtkommen an dir kritt dann individuell Berodung an Äntwerten op är Froen am Zesummenhang mam Fonctionnement vun ärem Material.

Op et elo drëms geet, eng App erof ze lueden, oder d'Funktioenen vun deene verschiddene soziale Medien ze netzen, e Profil ze erstellen oder eng Videokonferenz ze maachen, am Smartphone-Café kritt dir an enger entspaanter Atmosphäre all néideg Hëllef.

Déi Jugendlech aus dem Jugendhaus ginn iech, mat Hëllef vun der Organisatioun GoldenMe, eng perséinlech a kompetent Berodung.

Kaffi a Kuch hu mir natierlech och vir iech do.

Dës Aktivitéit ass gratis, déi Jugendlech wieren awer frou iwver all klengen Don, well Sie sech dermadder en Ausfluch mam Jugendhaus finanzéiere wëllen

Dir kënt iech vir dës Aktivitéit beim Club umellen (263364-1 oder secretariat@tud.lu), dir kënt awer och spontan laanschtkommen, sou wéi dir Zäit hutt!





Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht etc. - dazu ist es nie zu früh



Wann | Quand ?

Am Mittwoch, den 17. Januar 2024 von 18h00-21h00

Wo | Où ?

Veräinsbau Heffingen

Preis | Prix ?

5€

Wer | Qui ?

Santé et Bien-Être Hiefenech asbl mat OMEGA 90

Auch wenn Sie vielleicht noch jung sind, ist es nie zu früh, sich Gedanken über das Lebensende zu machen und darüber, wie es im besten Fall verlaufen sollte. Fragen Sie sich, wie Sie Ihre Wünsche schriftlich festhalten können? Omega 90 stellt Ihnen in einem interaktiven Workshop die Dokumente zur Vertrauensperson, zum Advance Care Planning und zur Patientenverfügung ausführlich vor.

AUSFLÜGE | EXCURSIONS :

Für alle Ausflüge können Sie sich erst ab dem 18. Dezember anmelden!
Pour toutes les excursions, les inscriptions sont possibles à partir du 18 décembre !

Ausstellung/ Exposition Best of posters



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 11. Januar 2024,
Abfahrt um 13h00

Wo | Où ?

Luxembourg

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

15€

Plakate zeugen von gesellschaftlichen Veränderungen, vom Zeitgeschmack und von Mentalitäten. Digitalen Massenmedien zum Trotz, bleibt das Plakat Teil des öffentlichen Raums und des kollektiven visuellen Gedächtnisses. Die Ausstellung gibt Einblick in die rund 2.500 Plakate der Museumssammlung (u.a. aus Politik, Verwaltung, Kultur und Werbung). Sie illustriert gleichzeitig die Entwicklung des Luxemburger und internationalen Grafikdesigns während des 20. Jahrhunderts.

L'exposition se veut une fenêtre ouverte sur la vaste collection d'affiches du Lëtzebuerg City Museum sur des thèmes politiques, administratifs, culturels et commerciaux au cours du 20e siècle. Ces affiches témoignent de la transformation de la société, de ses goûts et de sa mentalité. Une belle visite guidée dans une scénographie attrayante.

Wir sind vom 23.12.2023 bis zum 07.01.2024 geschlossen

Nous sommes fermés du 23.12.2023 jusqu'au 07.01.2024

Dudel Magie: Besichtigung des Bio-Masthähnchenbetriebes und Nudelproduktion



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 25. Januar 2024,
Abfahrt 09h00 (Bissen)

Wo | Où ?

Sprinkange

Wer | Qui ?

Jessica

Preis | Prix ?

+/- 35€ inkl. Mittagessen

Der Bio-Haff an Dudel produziert und vermarktet Bio Produkte aus einer nachhaltigen Landwirtschaft, die ohne Gentechnik und frei von jeglichen chemischen Substanzen erzeugt wurden, direkt an den Endkonsumenten. Wir schauen dem Betrieb, bei der Herstellung der feinen Eier-Nudeln und bei der Aufzucht der Masthähnchen über die Schulter.

Restez jeune en dansant ! Sur de la musique pop moderne d'hier et d'aujourd'hui vivez une expérience captivante mêlant amusement et mouvement avec notre cours de danse en ligne, que vous ayez déjà de l'expérience en danse ou non.

Le niveau 1 pour les débutants qui apprendront les pas de base en s'amusant, et le niveau 2 pour les initiés des chorégraphies plus complexes sont lentement élaborées. Dans notre atmosphère conviviale et motivante, vous renforcerez non seulement votre corps, mais vous vous ferez aussi de nouvelles amitiés.

Les vitraux majorelle et musee des fers a repasser



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 26. Januar 2024,
Abfahrt um 10h30 (Bissen)

Wo | Où ?

Longwy, Frankreich

Wer | Qui ?

Ervin

Preis | Prix ?

+/- 50€

La Maison de la Formation (les anciens grands bureaux des Acières de Longwy) abrite un trésor inestimable : les vitraux Majorelle. Créés en 1928 par Louis Majorelle, les vitraux de style Art Déco sont classés Monuments Historiques et symbolisent le travail des hommes de la sidérurgie. Découverte des 4 papiers qui représentent respectivement une vue d'ensemble de l'usine, l'aciérie et le laminoir

Le Musée des Fers à Repasser regroupe plus de 4 000 pièces et retrace l'histoire des fers à repasser des origines à nos jours : l'évolution du fer à repasser au fil des siècles, les différents types de fers, les matériaux utilisés pour leur fabrication, leurs utilisations, les métiers liés au repassage et les modes de chauffage. De vraies curiosités et raretés sont dévoilées.



ESCAPE ROOM : Le Maître des anneaux



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 08. Februar 2024 ,
Abfahrt um 14h00 (Lorentzweiler)

Wo | Où ?

Gasperich

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

+/- 55€

Plongez dans l'univers épique de la Terre du Milieu, Il y a des millénaires, sept seigneurs ont créé sept anneaux magiques pour gouverner les différents peuples de ces contrées. Mais leur plan parfait a été anéanti par l'arrivée d'un mal suprême nommé Sauron, qui a créé un anneau unique pour soumettre les peuples et instaurer son règne de terreur. Cependant, il est encore temps de sauver le monde! Dans cet escape game, vous ferez partie d'une équipe de héros composée d'Elfes, de Mages, de Rodeurs et de Nains, qui parcourt les Terres du Milieu pour retrouver les sept anneaux des seigneurs. Ensemble, vous affronterez des ennemis redoutables et surmonterez des épreuves incroyables pour atteindre le Mordor, le repaire de Sauron. Si vous parvenez à récupérer l'anneau unique et à le détruire, la paix sera restaurée sur la Terre du Milieu. Rejoignez-nous dans cette quête épique pour sauver le monde ! piège, profitez de son absence pour la neutraliser et sortir au plus vite.

Schmelzarbeitermuseum in Schiffingen



Wann | Quand ?

Am Dienstag, den 20. Februar 2024,
Abfahrt um 11h00 (Lorentzweiler)

Wo | Où ?

Schiffingen

Wer | Qui ?

Nadine

Preis | Prix ?

+/- 35€

Nach einem gemeinsamen Mittagessen fahren wir zum Schmelzarbeitermuseum. Die Mitglieder der „Amicale Schöfflinger Kolonien“ haben über Jahre Objekte und Dokumente der Schmelzarbeit gesammelt, mit dem Ziel, dass die Arbeit der Schmelzarbeiter im Gedächtnis der Leute bleibt. Die gesammelten Gegenstände verschwanden aber erstmals in einer Garage, ohne Zugang für die Öffentlichkeit.

Erst seit 2015 wurde die Sammlung in einem Gebäude auf dem Gelände der früheren ARBED-Esch-Schiffange zusammengetragen.

Auf über 110 m² sehen wir Objekte und Maschinen die über Jahrzehnte als Arbeitsmaterial benutzt wurden.

Die Dauer der geführten Besichtigung beträgt zwischen 2 ½ bis 3 Stunden

„All you can eat“ die neue Ausstellung im City Museum



Wann | Quand ?

Am Dienstag, den 05. März 2024 von 14h30-15h30
Abfahrt um 13h30 (Lorentzweiler)

Wo | Où ?

Luxemburg, wir fahren mit dem öffentlichen
Transport

Wer | Qui ?

Nadine

Preis | Prix ?

+/- 15€ (max. 20 Personen)

Die Ausstellung «All you can eat» im Lëtzebuerg City Museum behandelt die Geschichte der Landwirtschaft und die Herausforderungen der Nahrungssicherheit. Sie bietet auch Einblicke in das Phänomen Fast Food und die Luxemburger Beiträge zur internationalen Küche. Wir erhalten einen Blick auf die Esskulturen, den Import von Lebensmitteln aus aller Welt, Tischgesprächen und Manieren. Anhand von Exponaten, Fotos und Dokumenten werden sicherlich bei einigen Erinnerungen aus der Kindheit und Jugend geweckt.

L'Homme se trouve dans une situation de dépendance permanente vis-à-vis de la nourriture. Et depuis toujours, il est également soumis à des contraintes et des restrictions alimentaires, notamment d'ordre climatique, économique ou culturel. À l'aide d'exemples provenant du Luxembourg, l'exposition tente de mettre en lumière les relations entre l'Homme et sa nourriture. Elle suit le parcours des aliments, de la production à la consommation en passant par la transformation, et ose également un regard sur les habitudes alimentaires du futur.

Wir sind vom 23.12.2023 bis zum 07.01.2024 geschlossen

Nous sommes fermés du 23.12.2023 jusqu'au 07.01.2024

Brunch Mudam



Wann | Quand ?

Am Mittwoch, den 06. März 2024 ,
Abfahrt um 08h00 (Lorentzweiler)

Wo | Où ?

Luxemburg

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

Wird Ihnen bei der Anmeldung mitgeteilt

Durant environ 1h30, un conférencier vous emmène à la découverte des œuvres du Musée d'Art Moderne Grand-Duc Jean (Mudam) au Luxembourg. Un lieu dédié à l'esthétique pure. Le bâtiment, conçu par l'architecte sino-américain leoh Ming Pei, vaut le détour à lui seul. Le musée est ouvert à toutes les disciplines artistiques : peinture, sculpture ou art vidéo. Cette visite sera accompagnée d'un brunch.

Dans un cadre exceptionnel (verrière de Pei, structure des Bouroullec), sur une grande table d'hôte très conviviales, le brunch est composé de produits frais.



SIDEC



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 15. März 2024,
Abfahrt um 13h15 (Lorentzweiler)

Wo | Où ?

Fridhaff

Wer | Qui ?

Ervin

Preis | Prix ?

Transportkosten

Die Mission des SIDEC besteht in der Bewirtschaftung von Restabfällen, Problemstoffen und organischen Abfällen häuslicher Herkunft sowie assimilierte Abfälle nicht häuslicher Herkunft, und dies von 45 Luxemburger Gemeinden. Neben dem Betrieb von Abfallbehandlungseinrichtungen nimmt das SIDEC Aufgaben im Bereich der Sammlung und des Transports sowie der Sensibilisierung der Öffentlichkeit wahr.

Le syndicat intercommunal SIDEC assure la gestion complète des déchets ménagers et assimilés collectés dans les 45 communes-membres réparties dans la moitié nord du pays. Afin d'assurer au mieux ses différentes missions, le SIDEC exploite diverses installations de collecte et de traitement des déchets.

Musée Guerre et Paix



Wann | Quand ?

Am Mittwoch, den 20. März 2024 ,
Abfahrt um 07h00 (Lorentzweiler)

Wo | Où ?

Novion-Porcien, Frankreich

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

+/- 55€

Absolument captivant, le Musée Guerre et Paix, édifié sur un territoire qui fut au cœur même des conflits (les Ardennes furent entièrement occupées à trois reprises) propose de découvrir l'Histoire qui façonna l'Europe contemporaine. Au sein du village de Novion-Porcien, la silhouette du Musée Guerre et Paix est un véritable trompe-l'œil. A la façon des casemates semi-enterrées, ce musée exceptionnel, complètement intégré au paysage, dissimule un immense espace d'exposition de 5000 m² et plus de 14000 objets dédiés aux trois conflits majeurs qui façonnèrent l'Europe contemporaine : la guerre de 1870 ; la Grande Guerre 1914-1918 ; la seconde Guerre Mondiale 1939-1945.



Besuch der Firma JOSKIN in Soumagne



Wann | Quand ?

Am Dienstag, den 26. März 2024,
Abfahrt um 07h00 (Lorentzweiler)

Wo | Où ?

Soumagne, Belgien

Wer | Qui ?

Nadine

Preis | Prix ?

+/- 50€

Wundern Sie sich auch des Öfteren, wenn Sie auf der Straße den riesigen Traktoren mit Ihren großen Anhängern oder Kippern begegnen. Mit mehr als 50 Jahren Erfahrung und über 120000 verkauften Maschinen die in mehr als 60 Länder geliefert werden, ist die Firma JOSKIN heute immer noch ein Familienbetrieb. Die Firma JOSKIN baut vor allem Maschinen für die landwirtschaftlichen Betriebe, wie z.B. Güllefässer, Wasserfässer, Kipper aber auch Anhänger und Viehtransporter.

Auch wenn Sie keinen landwirtschaftlichen Betrieb haben, ist es doch sehr interessant, einen Einblick in den Bau, die Feuerverzinkung, die Schweißroboter, die Biegepresse sowie die Laserschneider dieser gigantischen Maschinen zu erhalten.

Wir würden gegen 09h30 ankommen und nach der Begrüßung und einer Präsentation eine geführte Besichtigung der Fabrik in deutscher Sprache von etwa 2 ½ Stunden über 2 km machen.

Nach einem gemeinsamen Mittagessen auf dem Gelände von Joskin, fahren wir weiter auf einen zweiten Standort, dort werden Miststreuer zusammengeschweißt. Diese Besichtigung dauert etwa eine Stunde. Danach machen wir uns auf den Nachhauseweg.

Maastricht



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 29. März 2024,
Abfahrt Lorentzweiler-Gare 06h30

Wo | Où ?

Maastricht, Niederlande

Wer | Qui ?

Denise Kips

Preis | Prix ?

35€

In Maastricht besuchen wir traditionell den Markt. Zwischendurch nehmen wir Ihnen Ihre Einkäufe ab und verstauen sie im Bus so dass Sie nach Lust und Laune in den Geschäften shoppen oder die Stadt erkunden können.

Visite traditionnelle du marché de Maastricht. Sur l'heure de midi nous mettrons vos achats dans le bus pour que vous soyez libre de vous promener dans cette belle ville.



Buchclub Uelzechtdall



Wo | Où ?

In unsere Räumlichkeiten, Sall Fautelfiels

Wer | Qui ?

Lydie Lamborelle

Spannende, aktuelle Romane, angeregte Gespräche.

Wir treffen uns einmal im Monat, um uns über unsere Lektüre auszutauschen. Dabei ist es immer wieder interessant zu sehen, wie verschieden wir ein Buch erleben und unsere

Buchbesprechungen regen zu neuem und tieferen Verständnis an. Die Diskussionen sind auf Luxemburgisch. Jeder Teilnehmer muss sich sein Buch selber besorgen.

Immer von 16h00 bis 17h30

Dienstag, den 9. Januar

Dienstag, den 6. Februar

Dienstag, den 5. März

Louise Penny: Tief eingeschneit (A Fatal Grace)

Peter Schneider: Vivaldi und seine Töchter

Delia Owens: Der Gesang der Flusskrebse (Where the Crawdads Sing)

It's Tea Time



Nächste Daten | Next dates:

Tuesday, 23rd of January

Tuesday, 27th of February

Tuesday, 19th of March

Einmal im Monat treffen wir uns um gemeinsam eine Aktivität zu machen. Wir, das sind luxemburgische und englischsprachige Kunden. Ziel ist es für die Luxemburger ihr Englisch aufzufrischen, und für die Engländer das Land und die Leute kennen zu lernen.

Wir treffen uns in Lorentzweiler und fahren dann zusammen im Minibus zur Aktivität

On a monthly base, we meet to do some activities together. The aim is to have a mixed group of Luxemburgish and English speaking people. For the first it is to refresh their English skills, for the latter to learn about Luxembourg, the country, the traditions and so on. And of course, the main aim is to have a good time!

We always meet in Lorentzweiler and travel by minibus to the different locations.

In autumn we will meet once in November and once in December. In December we will traditionally have a nice afternoon where everybody brings some typical Christmas food or drink. The exact dates will be confirmed upon your inscription.

Wir sind vom 23.12.2023 bis zum 07.01.2024 geschlossen

Nous sommes fermés du 23.12.2023 jusqu'au 07.01.2024

Mierscher Kulturhaus

Wir haben mit dem Mierscher Kulturhaus eine rege Zusammenarbeit begonnen. Das Kulturhaus ist mitten im Zentrum unseres Einzugsgebietes und somit bot dies sich ganz natürlich an.

In dieser Ausgabe haben wir 4 verschiedene Aufführungen für Sie ausgesucht, die Sie bei uns im Club zu einem **Vorzugspreis/Vorstellung** buchen können! Die Auswahl ist so vielfältig wie es das ganze Programm des Kulturhauses ist, und somit dürfte für viele von Ihnen etwas dabei sein.

www.kulturhaus.lu



CONCERT

Neijoerschconcert

Orchestre de Chambre du Luxembourg, Corinna Niemeyer, Hila Baggio
Concert pour le 20^e anniversaire du Mierscher Kulturhaus



Wéini | Quand ?

Am Samstag, den 13. Januar 2024
um 20h00

Wou | Où ?

Mierscher Kulturhaus

Präiss | Prix ?

28€

Cette nouvelle année commence en fête – et quelle belle occasion que celle de célébrer le 20^e anniversaire du Mierscher Kulturhaus, centre de création artistique partenaire régulier de l'OCL au fil de toutes ces années.

Rejoignez-nous dans ce programme enchanteur où, des oiseaux de la suite joyeusement descriptive d'Ottorino Respighi, vous serez plongés dans l'émouvante évocation des paysages arctiques d'Einojuhani Rautavaara. *Le Matin de printemps* de Lili Boulanger réveillera nos sens engourdis par le froid puis c'est sans nul doute la charismatique Hila Baggio qui promet de faire dans Schönberg et Ligeti les étincelles nécessaires à l'allumage des 20 bougies du Mierscher Kulturhaus !

Orchestre de Chambre du Luxembourg

Direction : Corinna Niemeyer

Programme

Lili Boulanger : D'un matin de printemps (arr.: Iain Farrington)

Ottorino Respighi : Gli Uccelli

Arnold Schönberg : Vier Brettli-Lieder (arr.: Scott Dunn)

Einojuhani Rautavaara : Cantus arcticus

Györgi Ligeti : Le grand Macabre - Mysteries of the Macabre

Coréalisation : Mierscher Kulturhaus, Orchestre de Chambre du Luxembourg

SPEKTAKEL

Life, Love & Fragments Fabienne Elaine Hollwege



Wéini | Quand ?

Am Mittwoch, den 07. Februar 2024
um 20h00

Wou | Où ?

Mierscher Kulturhaus

Präiss | Prix ?

24€

Eingebettet durch Sounds und Videos durchquert Fabienne Hollwege mit den Musikern Pol Belardi und Sven Sauber einen roadtriphafte Abend durch Höhen und Tiefen eines heutigen Alltags als Frau, Mutter und Künstlerin. Schonungslos ehrlich erzählt der Abend vom Spagat zwischen Rollenbildern, Anforderungen, Erwartungen und Sehnsüchten. Wie sich befreien aus einem Netz von Erwartungen klischerter Rollenbilder? Wie können wir (über-) leben und wie wollen wir lieben und was haben Orangen mit Schwangerschaft, Geburt oder gar Muttermilch zu tun und kann zarte Lyrik neben heftiger Clubmusik bestehen?

Durch rasante Wechsel zwischen performativen Bildern, Texten, Songs und Videos werden all diese Themen auf unterschiedliche Weise infrage gestellt und sichtbar gemacht.

Texte, Songs : Fabienne Elaine Hollwege

Regie : Jonas Vietzke

Musiker : Pol Belardi, Sven Sauber

Kostüm : Maryse Muller

Assistenz : Amélie Konrad

Eine Produktion des Escher Theater **mit Unterstützung von** Maskénada / KiAundNiA

Texte / Songs aus dem Buch *To LIVE heißt Leben und LIEBE heißt Love*, Éditions Guy Binsfeld (2022)

CONCERT

Paysages en variation

Kammerata Luxembourg

Musiques – Improvisations – Projection de photos



Wéini | Quand ?

Am Samstag, den 02. März 2024
um 20h00

Wou | Où ?

Mierscher Kulturhaus

Präiss | Prix ?

28€

La musique improvisée et la musique écrite, fixée jusque dans les moindres détails, se présentent rarement en un mélange coloré. Pourtant, les deux formes sont étroitement liées : la musique improvisée naît certes toujours de l'instant présent, mais l'improvisation se base toujours sur des éléments déjà entendus, lus, vus et joués. Lors du concert, quelques chefs-d'œuvre de la musique de chambre à effectif réduit du 20^e siècle seront joués, entre lesquels Maurice Clement, connu pour son improvisation magistrale à l'orgue, se réfèrera au piano en improvisant sur ce qui a été entendu auparavant. Mais ce n'est pas tout, un niveau visuel s'ajoute également. Des photos de la nature de Norbert Ketter (1942-1997) et Raymond Clement (*1944) sont projetées sur grand écran pour accompagner la musique. Pour toutes les personnes présentes, il en résulte une expérience artistique particulièrement intense et fortement rémanente.

Photos : Norbert Ketter, Raymond Clement

Piano (improvisation) : Maurice Clement

Kammerata Luxembourg

Piano : Béatrice Rauchs

Violon : Sandrine Cantoreggi

Violoncelle : Cyprien Keiser

Flûte : Markus Brönnimann

Clarinete : Sébastien Duguet

Production : Mierscher Kulturhaus, Kammerata Luxembourg

CONCERT

Jazz impressions 'n expressions

Raymond Clement, FUJAZZI Jazztet, feat. Edith van den Heuvel „Family of Jazz“ – FUJAZZI Jazz Project



Wéini | Quand ?

Am Donnerstag, den 28. März
2024 um 20h00

Wou | Où ?

Mierscher Kulturhaus

Präiss | Prix ?

24€

In Anlehnung an Edward Steichens *Family of Man* und infolge eines Konzerts von Duke Ellington beim Wiltzer Festival 1970, initiierte Luxemburgs „Urgestein“ in Sachen Jazzfotografie, Raymond Clement, die Fotoausstellung *Family of Jazz*.

Unermüdlich und mit viel Enthusiasmus fotografierte Clement über Jahrzehnte hinweg Live-Konzerte von zumeist internationalen Jazzgrößen. Miles Davis, Charles Mingus, Chet Baker und viele andere bleiben kommenden Generationen in einem wertvollen, beeindruckenden visuellen Vermächtnis der Jazzgeschichte erhalten.

Bei *Impressions 'n expressions* umrahmt das achtköpfige Jazz-Ensemble FUJAZZI um die Sängerin Edith van den Heuvel eine von Raymond Clement speziell kuratierte Auswahl an Fotografien samt dazu passenden Textcollagen. Eine derartige Zusammenarbeit und Inszenierung von Jazz-Fotografie und Jazz-Musik – dargeboten im Stil der Stummfilmmusik – stellt sicherlich ein Novum für Luxemburg dar!

FUJAZZI Jazztet, feat. Edith van den Heuvel & Horn Section

Vocals : Edith van den Heuvel

Flugelhorn : Gilles Burgund

Trombone : Serguei Khmielevskoi

Saxes : Paul Klein

Piano : Frédéric Janovec

Guitar : Paulo Simoes

Bass, arrangements : Tom Reiff

Drums : Const Kiffer

Kompositionen u.a. von : Jazz Messengers, Charles Mingus, Miles Davis, Duke Ellington

JANUAR

Mo	01	Den Club ass zou
Di	02	Den Club ass zou
Mi	03	Den Club ass zou
Do	04	Den Club ass zou
Fr	05	Den Club ass zou
Sa	06	Den Club ass zou
So	07	Den Club ass zou
Mo	08	Zirkeltraining, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Lintgen, Yoga, Fit for Fun, Stricken ist inn, Aquagym, Self défense, Innen-Pétanque, Linedance
Di	09	Sport pour tous via ZOOM, Nordic Walking débutant, Klengen Treppeltour, Fit mat Danzen, Recabic Bissen, Acrylkursus, Yoga, Badminton, TRX, Buchclub Uelzechtall
Mi	10	Mëttesdësch, Pöterstonn Lorentzweiler, Nordic Walking intensif, Pilates, Gym pour dames, Noten lernen, Equilibre et prévention des chutes, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Bissen, Recabic Helmdange
Do	11	Autopédestre, Interaktives Gedächtnistraining, Uelzechtall-Chouer, TRX, Acrylkursus, Stricken ist inn, Pickle Ball, Ausstellung/ Exposition Best of posters
Fr	12	Nordic Walking normal, Aquagym, Jogging, VTT
Sa	13	CONCERT: Neijoerschconcert
So	14	Immer wieder Sonntags, Theaterfrënn Pëtten: Et fiert keen Zuch éieren hin
Mo	15	Zirkeltraining, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Lintgen, Yoga, Fit for Fun, Stricken ist inn, Aquagym, Self défense, Innen-Pétanque, Linedance, Blasorchester Uelzechtall
Di	16	Sport pour tous via ZOOM, Nordic Walking débutant, Klengen Treppeltour, Fit mat Danzen, Recabic Bissen, Acrylkursus, Yoga, Badminton, TRX, Spillowend Lorentzweiler
Mi	17	Mëttesdësch, Pöterstonn Lorentzweiler, Nordic Walking intensif, Pilates, Gym pour dames, Noten lernen, Equilibre et prévention des chutes, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Bissen, Recabic Helmdange, Konferenz "Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht etc. - dazu ist es nie zu früh"
Do	18	Autopédestre, Interaktives Gedächtnistraining, Uelzechtall-Chouer, TRX, Acrylkursus, Stricken ist inn, Pickle Ball, Audi Bruxelles: E-tron Q8
Fr	19	Nordic Walking normal, Aquagym, Jogging, Kaffisstuf in Heffingen
Sa	20	
So	21	Theaterveräin Fëschbech: Keng Plaz fir sou Tricken
Mo	22	Zirkeltraining, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Lintgen, Yoga, Fit for Fun, Stricken ist inn, Aquagym, Self défense, Innen-Pétanque, Linedance
Di	23	Sport pour tous via ZOOM, Nordic Walking débutant, Klengen Treppeltour, Fit mat Danzen, Recabic Bissen, Acrylkursus, Yoga, Badminton, TRX, It's Tea Time
Mi	24	Mëttesdësch, Pöterstonn Lorentzweiler, Nordic Walking intensif, Pilates, Gym pour dames, Noten lernen, Equilibre et prévention des chutes, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Bissen, Recabic Helmdange
Do	25	Autopédestre ganzer Tag, Interaktives Gedächtnistraining, Uelzechtall-Chouer, TRX, Acrylkursus, Stricken ist inn, Pickle Ball, Dudel Magie: Besichtigung des Bio-Masthähnchenbetriebes und Nudelproduktion

Fr	26	Nordic Walking normal, Aquagym, Jogging, VTT, Einkaufen, Les vitraux majorelle et musee des fers a repasser
Sa	27	Poter- a Spillnometteg Lorentzweiler
So	28	
Mo	29	Zirkeltraining, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Lintgen, Yoga, Fit for Fun, Stricken ist inn, Aquagym, Self défense, Innen-Pétanque, Linedance
Di	30	Sport pour tous via ZOOM, Nordic Walking débutant, Klengen Treppeltour ganzer Tag, Fit mat Danzen, Recabic Bissen, Acrylkursus, Yoga, Badminton, TRX, Spillowend Lorentzweiler
Mi	31	Mëttesdësch, Poterstonn Lorentzweiler, Nordic Walking intensif, Pilates, Gym pour dames, Noten lernen, Equilibre et prévention des chutes, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Bissen, Recabic Helmdange

FEBRUAR

Do	01	Autopédestre, Interaktives Gedächtnistraining, Uelzechtall-Chouer, TRX, Acrylkursus, Stricken ist inn, Pickle Ball
Fr	02	Nordic Walking normal, Aquagym, Jogging, Die Männer laden ein
Sa	03	
So	04	Opera: Rusalka
Mo	05	Zirkeltraining, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Lintgen, Yoga, Fit for Fun, Stricken ist inn, Aquagym, Self défense, Innen-Pétanque, Linedance
Di	06	Sport pour tous via ZOOM, Nordic Walking débutant, Klengen Treppeltour, Fit mat Danzen, Recabic Bissen, Acrylkursus, Yoga, Badminton, TRX, Buchclub Uelzechtall
Mi	07	Mëttesdësch, Poterstonn Lorentzweiler, Nordic Walking intensif, Pilates, Gym pour dames, Noten lernen, Equilibre et prévention des chutes, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Bissen, Recabic Helmdange, SPEKTAKEL: Life, Love & Fragments
Do	08	Autopédestre, Interaktives Gedächtnistraining, Uelzechtall-Chouer, TRX, Acrylkursus, Stricken ist inn, Pickle Ball, ESCAPE ROOM : Le Maître des anneaux
Fr	09	Nordic Walking normal, Aquagym, Jogging, VTT, Kaffisstuff in Heffingen
Sa	10	
So	11	
Mo	12	Stricken ist inn
Di	13	Nordic Walking débutant, Klengen Treppeltour, Spillowend Lorentzweiler
Mi	14	Poterstonn Lorentzweiler, Nordic Walking intensif
Do	15	Autopédestre, Stricken ist inn
Fr	16	Nordic Walking normal, Jogging
Sa	17	
So	18	Immer wieder Sonntags
Mo	19	Zirkeltraining, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Lintgen, Yoga, Fit for Fun, Stricken ist inn, Aquagym, Self défense, Innen-Pétanque, Linedance
Di	20	Sport pour tous via ZOOM, Nordic Walking débutant, Klengen Treppeltour, Fit mat Danzen, Recabic Bissen, Acrylkursus, Yoga, Badminton, TRX, Schmelzarbeitermuseum in Schiffingen

Mi	21	Mëttesdësch, Poterstonn Lorentzweiler, Nordic Walking intensif, Pilates, Gym pour dames, Noten lernen, Equilibre et prévention des chutes, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Bissen, Recabic Helmdange
Do	22	Autopédestre, Interaktives Gedächtnistraining, Uelzechtall-Chouer, TRX, Acrylkursus, Stricken ist inn, Pickle Ball, Lokal international essen
Fr	23	Nordic Walking normal, Aquagym, Jogging, VTT, Einkaufen
Sa	24	Poter- a Spillnometteg Lorentzweiler
So	25	
Mo	26	Zirkeltraining, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Lintgen, Yoga, Fit for Fun, Stricken ist inn, Aquagym, Self défense, Innen-Pétanque, Linedance, Luerenzweiler Smartphone-Café,
Di	27	Sport pour tous via ZOOM, Nordic Walking débutant, Klengen Treppeltour ganzer Tag, Fit mat Danzen, Recabic Bissen, Acrylkursus, Yoga, Badminton, TRX, Spillowend Lorentzweiler, It's Tea Time
Mi	28	Mëttesdësch, Poterstonn Lorentzweiler, Nordic Walking intensif, Pilates, Gym pour dames, Noten lernen, Equilibre et prévention des chutes, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Bissen, Recabic Helmdange
Do	29	Autopédestre ganzer Tag, Interaktives Gedächtnistraining, Uelzechtall-Chouer, TRX, Acrylkursus, Stricken ist inn, Pickle Ball

MÄERZ

Fr	01	Nordic Walking normal, Aquagym, Jogging
Sa	02	CONCERT: Paysages en variation
So	03	Opera: Falstaff
Mo	04	Zirkeltraining, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Lintgen, Yoga, Fit for Fun, Stricken ist inn, Aquagym, Self défense, Innen-Pétanque, Linedance
Di	05	Sport pour tous via ZOOM, Nordic Walking débutant, Klengen Treppeltour, Fit mat Danzen, Recabic Bissen, Acrylkursus, Yoga, Badminton, TRX, Buchclub Uelzechtall, „All you can eat“ die neue Ausstellung im City Museum
Mi	06	Mëttesdësch, Poterstonn Lorentzweiler, Nordic Walking intensif, Pilates, Gym pour dames, Noten lernen, Equilibre et prévention des chutes, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Bissen, Recabic Helmdange, Brunch Mudam
Do	07	Autopédestre, Interaktives Gedächtnistraining, Uelzechtall-Chouer, TRX, Acrylkursus, Stricken ist inn, Pickle Ball
Fr	08	Nordic Walking normal, Aquagym, Jogging, VTT
Sa	09	
So	10	Immer wieder Sonntags
Mo	11	Zirkeltraining, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Lintgen, Yoga, Fit for Fun, Stricken ist inn, Aquagym, Self défense, Innen-Pétanque, Linedance
Di	12	Sport pour tous via ZOOM, Nordic Walking débutant, Klengen Treppeltour, Fit mat Danzen, Recabic Bissen, Acrylkursus, Yoga, Badminton, TRX, Spillowend Lorentzweiler
Mi	13	Frühjahrsbrunch, Nordic Walking intensif, Pilates, Gym pour dames, Noten lernen, Equilibre et prévention des chutes, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Bissen, Recabic Helmdange

Do	14	Autopédestre, Interaktives Gedächtnistraining, Uelzechtall-Chouer, TRX, Acrylkursus, Stricken ist inn, Pickle Ball, Ateliercréatif: Osterdeko
Fr	15	Nordic Walking normal, Aquagym, Jogging, SÍDEC
Sa	16	Poter- a Spillnometteg Lorentzweiler
So	17	
Mo	18	Zirkeltraining, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Lintgen, Yoga, Fit for Fun, Stricken ist inn, Aquagym, Self défense, Innen-Pétanque, Linedance
Di	19	Sport pour tous via ZOOM, Nordic Walking débutant, Klengen Treppeltour, Fit mat Danzen, Recabic Bissen, Acrylkursus, Yoga, Badminton, TRX, It's Tea Time
Mi	20	Mëttesdësch, Poterstonn Lorentzweiler, Nordic Walking intensif, Pilates, Gym pour dames, Noten lernen, Equilibre et prévention des chutes, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Bissen, Recabic Helmdange, Musée Guerre et Paix
Do	21	Autopédestre, Interaktives Gedächtnistraining, Uelzechtall-Chouer, TRX, Acrylkursus, Stricken ist inn, Pickle Ball
Fr	22	Nordic Walking normal, Aquagym, Jogging, VTT, Kaffisstuff in Heffingen
Sa	23	
So	24	Opera: Romeo et Juliette ballet
Mo	25	Zirkeltraining, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Lintgen, Yoga, Fit for Fun, Stricken ist inn, Aquagym, Self défense, Innen-Pétanque, Linedance , Luerenzweiler Smartphone-Café
Di	26	Sport pour tous via ZOOM, Nordic Walking débutant, Klengen Treppeltour ganzer Tag, Fit mat Danzen, Recabic Bissen, Acrylkursus, Yoga, Badminton, TRX, Spillowend Lorentzweiler, Besuch der Firma JOSKIN in Soumagne
Mi	27	Mëttesdësch, Poterstonn Lorentzweiler, Nordic Walking intensif, Pilates, Gym pour dames, Noten lernen, Equilibre et prévention des chutes, Es wird wieder genäht!, Sitzturnen Bissen, Recabic Helmdange
Do	28	Autopédestre ganzer Tag, Interaktives Gedächtnistraining, Uelzechtall-Chouer, TRX, Acrylkursus, Stricken ist inn, Pickle Ball, CONCERT: Jazz impressions 'n expressions
Fr	29	Nordic Walking normal, Aquagym, Jogging, Einkaufen, Maastricht
Sa	30	
So	31	

Oper in Lüttich - L'opéra à Liège



Auch für diese Saison haben wir wieder Karten bestellt für die Sonntagsvorstellungen in der Oper in Lüttich. Wir haben für jede Vorstellung genau 15 Karten mit guten Sitzplätzen, also versäumen Sie nicht, sich anzumelden!

Wollen Sie nähere Information zu einer der Opern, dann rufen Sie an und fragen Sie nach Josy.

Comme tous les ans, nous avons de bonnes places à l'Opéra de Liège, pour participer à de magnifiques spectacles.

Für folgende Oper haben wir noch Plätze frei:

Der Preis einer Oper liegt bei 90 € (1. Kategorie und Transport)

I Capuletti e i Montecchi

V. Bellini

19/05/24



Jogging



Wann | Quand ?

Ab dem 12. Januar 2024,
Immer freitags von 09h00 bis 10h30

Wo | Où ?

Erfahren Sie jeweils bei Anruf

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

25€ | Trimester

En allure libre, nous irons courir tous les vendredis matins. Pour un plus grand plaisir nous irons courir sur différents sites avec des parcours de 6 à 9 km. A votre rythme et en respectant vos capacités. Nous essayerons de progresser pour que vous puissiez courir 1h ou suivant votre niveau augmenter la distance parcourue sur 60 minutes de course. Un petit plus, chaque dernier jogging du mois je vous propose de finir le mois par un petit verre et quelques bouchées gourmandes. En règle générale, je m'occuperai de venir avec le café et les boissons.



Aquagym in Mersch



Wann | Quand ?

Ab Montag den 8. Januar 2024,
Immer montags und freitags von 16h15-17h15
(außer Schulferien)

Wo | Où ?

Schwimmbad Krounebiert, Mersch

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

100€ | 12 Eintritte

Bei 30° in einem halben Schwimmbecken, das uns zur alleinigen Verfügung steht, wird Clément Goncalves mit Ihnen zusammen Wassergymnastik machen. Wichtig ist es, dass hier jeder in seinem Rhythmus arbeiten kann, und dies sehr gut für Ihre Gelenke und Ihren Rücken ist.

Ici pas de performance, chacun travaille suivant son rythme. Une activité physique idéale pour soulager les problèmes de dos, les troubles vasculaires et les articulations. Et Clément Goncalves vous guidera à travers le cours.

Badminton



Wann | Quand ?

Ab dem 9. Januar 2024,
Immer dienstags von 09h00-11h00
(außer Schulferien)

Wo | Où ?

Nouvelle salle des Sports, Lintgen

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

30€ | Trimester

Halten Sie sich spielerisch in Form, und tun Sie dies mit einem Badmintontraining. Wir werden aber nicht nur „normal“ spielen, sondern Spiele und Übungen machen um den Körper fit zu halten.

Nous vous proposons de garder la forme tout en vous amusant. Le badminton est un sport complet mais qui peut être pratiqué de manière ludique en respectant ses capacités et sa forme physique. Après un échauffement et quelques techniques de jeu, vous pourrez défier un adversaire le temps de quelques matches. Bonne humeur et convivialité seront au rendez-vous. Des vestiaires et des douches seront à votre dispositions.



Pickle Ball



Wann | Quand ?

Ab dem 11. Januar 2024,
Immer donnerstags von 09h00-11h00
(außer Schulferien)

Wo | Où ?

Nouvelle salle des Sports, Lintgen

Wer | Qui ?

Ervin

Preis | Prix ?

30€ | Trimester

Pickle Ball ist ganz neu und eine Abwandlung des Badmintons. Es erlaubt ihnen weiterhin zu spielen, ohne aber die Schultern zu überlasten. Auch sind hier keine ruckartigen Wechselbewegungen der Beine nötig. Auf YouTube finden sie Videos, die den Sport zeigen. Wir setzen auch ein Video auf unsere Internetseite.

Pickle Ball est un tout nouveau sport qui a été créé pour permettre aux gens qui ont des difficultés articulaires de continuer à pratiquer un sport qui ressemble fort au Badminton, mais qui est moins éprouvant pour les articulations.

Stricken ist inn!



Wann | Quand ?

Immer montags und donnerstags
von 14h30-16h30

Wo | Où ?

Sall „Jo Gaffiné“, Lorentzweiler

Es ist wieder modern zu stricken. Man kann dabei herrlich entspannen, plaudern und gleichzeitig etwas Schönes und Nützliches mit seinen Händen unternehmen. In diesem Kurs

kann man sich austauschen, neue Wolle und Muster ausprobieren. Strickeisen und Wolle bitte mitbringen!



Acrylkursus / Cours d'acrylique



Wann | Quand ?

Ab dem 09. Januar 2024,

Immer dienstags und donnerstags von 14h30-17h30
(außer Schulferien)

Wo | Où ?

In unsere Räumlichkeiten, Sall Jo Gaffiné

Wer | Qui ?

Ursula Muller

Preis | Prix ?

90€ | Trimester

Die Acrylfarben trocknen schnell. Auch hier lernen wir verschiedene Techniken und entdecken schnell was einem am meisten Spaß macht. Die Resultate sind oft beachtlich! Wir lernen mit den Farben leicht umzugehen und fast spielerisch zu schaffen.

Der Kursus ist auch für Anfänger geeignet, denn die Leiterin widmet sich jedem Teilnehmer einzeln. Die Kurse behandeln nicht die rein abstrakte Malerei.

Les couleurs acryliques sèchent vite. Ici aussi nous apprenons plusieurs techniques et chacun découvre vite ce qui lui plaît le plus. Les résultats sont parfois époustouflants. Nous apprenons à manier facilement les couleurs et à faire nos propres créations.

À tous les cours peuvent participer aussi des débutants puisque Mme Müller s'occupe de chacun Individuellement. Les cours ne traitent pas la peinture purement abstraite.

Yoga



Wann | Quand ?

Ab dem 08. Januar 2024, immer montags
von 16h30-18h00 (außer Schulferien)

Oder ab dem 09. Januar 2024, immer dienstags von
12h45-14h15 (außer Schulferien)

Wo | Où ?

Centre Culturel, Helmdange

Wer | Qui ?

Laura Millington

Preis | Prix ?

55€ | Trimester

Yoga kennt kein Alter. Yogaübungen halten den Körper fit, erfrischen Geist und Seele und bewirken langfristig mehr Lebensqualität und innere Ausgeglichenheit. Aus diesem Grund ist Yoga für Menschen aller Altersgruppen geeignet. Yoga ist eine einfache Möglichkeit, die körperliche Fitness, Mobilität und Selbstständigkeit zu erhalten und zu verbessern.

Der Yogakurs beinhaltet eine Stunde Körperübungen (Asanas), einen Viertelstunde Atemübungen (Pranayama) und eine Viertelstunde körperlich-geistige Entspannung durch Relaxation mit Klangschalen und Meditation.

Le Yoga est une discipline adaptable à tous les âges et toutes les situations (douleurs chroniques, articulations...). Ayant un réel effet apaisant et grandement bénéfique sur le corps et l'esprit, la pratique du Yoga consiste à enchaîner différentes postures (asanas), exercices de respiration (pranayama), relaxation par des bols tibétains et méditation.



Fit for Fun



Wann | Quand ?

Ab dem 08. Januar 2024,

Immer montags von 19h30-20h30
(außer Schulferien)

Wo | Où ?

Salle des Sports école primaire, Lintgen

Wer | Qui ?

Francine Nickels

Preis | Prix ?

45€ | Trimester

Dieser Kurs ist sehr aktiv und wird unter professioneller Leitung mit folgenden Schwerpunkten organisiert: Step mit Choreographie, Aerobic mit Musik, Entspannungsgymnastik, Theraband.

Cours très actif autour du step, bodyshape, aérobic, sous la surveillance d'un entraîneur professionnel et ouvert à tout âge !

Recabic



Wo und Wann | Quand et où?

Nouvelle Hall des Sports, Bissen:

Ab dem 09. Januar 2024, immer dienstags von 09h00-10h00 (außer Schulferien)

Centre Culturel, Helmdange:

Ab dem 10. Januar 2024, immer mittwochs von 18h00-19h00 (außer Schulferien)

Wer | Qui ?

Keiser Charel/Heischburg Mariette

Preis | Prix ?

70€ | Trimester

Nackenverspannungen, Spannungskopfschmerzen, Rückenschmerzen sowie Durchblutungsstörungen und Bewegungseinschränkungen (u.v.m.) können mit dem Gesundheitstraining Recabic verbessert werden. Sind Sie interessiert, dann schauen Sie mal vorbei! Der erste Kursus ist gratis.

Le Recabic est spécialement conçu pour pallier les problèmes de dos, les tensions musculaires et les maux qui s'en suivent. Venez assister à un premier cours gratuit.



PILATES – Gleichgewicht und Muskelstärkung



Wann | Quand ?

Ab dem 10. Januar 2024, immer mittwochs von 09h30-10h30 oder 10h45-11h45 (außer Schulferien)

Wo | Où ?

Nouvelle Salle des Sports, Lintgen

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

80€ | Trimester

Pilates ist eine Form von Sport bei der das Gleichgewicht und die Muskulatur des ganzen Körpers gezielt gestärkt werden. Pilates beruht auf 8 Prinzipien: Konzentration, Regelmäßigkeit, Präzision, Atmung, Zentrierung, fließende Bewegungen, spezifische Körperbewegung, Beherrschung der Bewegung. Ausgehend von diesen 8 Prinzipien werden spezielle Übungen erlernt, beginnend mit der Atmung und der Zentrierung des Körpers.

Die Objekteive sind verschieden: Stärkung der Unterleibsmuskulatur, Körperhaltung, Gleichgewicht, Muskeltonus und Stressbewältigung sind einige davon! Die Resultate sind eine verbesserte Körperhaltung, weniger Schmerzen in Rücken und Gliedern, Prävention von Inkontinenzproblemen, u.a.

Pilates est une méthode de créer un équilibre corporel centré sur les régions de l'abdomen et du bassin. La posture est améliorée, les muscles sont raffermis et tonifiés et la souplesse est modifiée. L'équilibre et la conscience du corps sont améliorés. Venez essayer !

TRX „entraînement par suspension de poids de corps“



Wann | Quand ?

- Débutant :** Ab dem 09. Januar 2024
immer dienstags von 08h45-09h30
- Intermédiaire :** Ab dem 11. Januar 2024
immer donnerstags von 09h00-09h45
- Avancé :** Ab dem 11. Januar 2024
immer donnerstags von 10h00-10h45
(außer Schulferien)

Wo | Où ?

Neue Sporthalle Lintgen

Wer | Qui ?

Clément Goncalves

Preis | Prix ?

60€ | Trimester

TRX ist ein neuer Trend im Sport. Den eigenen Körper nutzen um innere Muskeln zu stärken und aufzubauen, oder um Gewicht zu verlieren und den Körper zu straffen.

Inventé par les forces spéciales américaines, TRX est un nouveau système d'entraînement par suspension accessible à tous, quel que soit votre âge et votre condition physique. Quel que soit votre niveau, vous obtiendrez des résultats rapides, une évolution constante sans risque de blessure en respectant votre rythme personnel. Le TRX est un fantastique moyen de fortifier son corps et d'affiner sa taille en un rien de temps. 20 à 30mn d'exercices suffisent pour booster votre métabolisme et dépenser des calories comme jamais, car tous les muscles profonds travaillent en permanence !

Wir sind vom 23.12.2023 bis zum 07.01.2024 geschlossen

Nous sommes fermés du 23.12.2023 jusqu'au 07.01.2024

Sitzturnen in Bissen und Lintgen



Wo und Wann | Quand et où?

Vereinshaus, Lintgen:

Ab dem 08. Januar 2024, immer montags
von 14h00-15h00 (außer Schulferien)

Nouvelle Hall des Sports, Bissen:

Ab dem 10. Januar 2024, immer mittwochs
von 10h00-11h00 (außer Schulferien)

Wer | Qui ?

François Pizzimenti / Jessica

Preis | Prix ?

30€ | Trimester

Beim Sitzturnen sitzen wir in einem Kreis zusammen und machen verschiedene Übungen, die dem ganzen Körper und der Beweglichkeit zugutekommen, ebenso kommt der Spaß Faktor nicht zu kurz. Geeignet für Leute die Probleme haben länger zu gehen oder zu stehen.

La gymnastique assise reste très active mais s'adresse surtout à des personnes qui ont des problèmes de rester debout longtemps. Nous travaillons en cercle et ferons des exercices pour le bien être du corps entier.



Self défense



Wann | Quand ?

Ab dem 08. Januar 2024, immer montags
von 13h45-15h30 (außer Schulferien)

Wo | Où ?

Nouvelle salle des Sports, Lintgen

Wer | Qui ?

Clément Goncalves

Preis | Prix ?

60€ | Trimester

Selbstverteidigung in Stresssituationen, bei einem Angriff ist nicht jedermanns Sache. In diesem Kurs erhalten Sie Tipps und Tricks wie Sie sich im Notfall verteidigen können.

Venez essayer avec nous le self défense. Cette activité est ouverte à tous les individus désireux d'apprendre à se défendre dans une situation de stress, face à un ou plusieurs adversaires. Avec comme enseignant un international du Jujitsu, ces cours seront accès sur des techniques d'auto défense. Au travers de cette connaissance, l'objectif est d'apporter à tous les pratiquants une confiance personnelle. Les cours auront comme but par exemple d'enseigner à atteindre les points vitaux du corps de l'agresseur.

Es wird wieder genäht!



Wo und Wann | Quand et où?

Sall „Jo Gaffiné“, Lorentzweiler:

Ab dem 08. Januar 2024, immer montags
von 14h00-16h00 (außer Schulferien)

Vereinsbau Rollingen, Rollingen:

Ab dem 10. Januar 2024, immer mittwochs
von 14h00-16h00 (außer Schulferien)

Wer | Qui ?

Fabienne Streng

Preis | Prix ?

65€ | Trimester

Sie interessieren sich fürs Nähen und haben Lust Ihrer Kreativität freien Lauf zu lassen, dann sind sie bei mir an der richtigen Adresse. Egal ob mit oder ohne Vorkenntnisse, in meinen Nähkursen ist jeder willkommen. Nähen ist leicht zu erlernen und macht vor allem Spaß. Ein selbst genähtes Kleidungsstück ist ein Unikat, das genau auf Ihren Körper zu geschnitten ist. Sie sind interessiert, dann schnell Anmelden.

Wir bieten diesmal 2 Kurse pro Woche an: am Montag und am Mittwoch, in 2 verschiedenen Sälen.

Die maximale Teilnehmerschaft für diesen Kurs liegt bei 8 Personen.



Uelzechtdall-Chouer



Wann | Quand ?

Immer donnerstags,

Jeweils um 09h30-11h00 (außer Schulferien)

Wo | Où ?

Musekshaus „A Schmatts“, Steinsel

Wer | Qui ?

Josy

Der Uelzechtdall-Chouer ist mittlerweile ein fester Bestandteil unserer Aktivitäten. Rund 30 Sängerinnen und Sänger treffen sich zum Proben und bereiten Konzerte vor.

Natürlich dürfen und sollen sich auch noch neue Sänger zu uns gesellen. Vielleicht hat die Kostproben unseres Könnens Sie ja dazu ermutigt auch mit uns zu singen. Melden Sie sich an und singen Sie mit.

Equilibre et prévention des chutes



Wann | Quand ?

Ab dem 10. Januar 2024, immer mittwochs von 09h00-10h00 (außer Schulferien)

Wo | Où ?

Nouvelle Hall des Sports, Bissen

Wer | Qui ?

François Pizzimenti

Preis | Prix ?

45€ | Trimester

Beim Gleichgewichtstraining werden Übungen durchgeführt, die das Gleichgewicht verbessern sollen. Der Unsicherheit in Alltagssituationen kann so entgegengewirkt werden und die Reaktionsfähigkeit des Körpers stärken.

Améliorer et surtout maîtriser son équilibre est aussi important qu'un corps musclé. Les exercices proposés améliorent l'équilibre et peuvent ainsi prévenir des chutes. Réaliser des exercices permet de renforcer les muscles et d'améliorer sa réactivité.



Zirkeltraining



Wo und Wann | Quand et où?

Ab dem 08. Januar 2024, immer montags von 09h30-10h30 (außer Schulferien)

Wo | Où ?

Salle des Sports Lintgen

Wer | Qui ?

Jessica

Preis | Prix ?

20€ | Trimester

Das Zirkeltraining ist ein Workout für den gesamten Körper zur Verbesserung von Kraft und Ausdauer. Die Übungen werden zum Teil nur mit dem eigenen Körpergewicht oder auch unter Einsatz von verschiedenen Hilfsmitteln durchgeführt.

Das tolle daran ist, dass jeder im eigenen Tempo arbeiten kann und so das Training für alle geeignet ist.

Interaktives Gedächtnistraining



Wann | Quand ?

Ab dem 11. Januar 2024, immer donnerstags von 09h00-10h00 oder 10h30-11h30

(Außer Schulferien)

Wo | Où ?

Sall „Fautelfiels“, Lorentzweiler

Wer | Qui ?

Nadine

Preis | Prix ?

30€ | Trimester

Sie wollen mental fit bleiben und dabei das Gedächtnis auf Trab halten?

Dann bietet dieser Kurs die Möglichkeit, sich geistig auszutoben und die kognitiven Fähigkeiten anzustreben, beziehungsweise beizubehalten. Wir bieten nicht nur logische, flexible und assoziative Denkübungen, sondern noch viel mehr Übungen und Ratespiele. In gemütlicher Atmosphäre und lustiger Gesellschaft kommen gemeinsames Knobeln, Nachdenken und Diskutieren zum Vorschein.



Gymnastique pour Dames



Wann | Quand ?

Ab dem 10. Januar 2024,

Immer mittwochs von 19h30 bis 20h30

(außer Schulferien)

Wo | Où ?

Maison Relais Krounebiert, Mersch

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

100€ | Jahr

Tous les mercredis soir, un cours de fitness et de gymnastique pour dames. Pendant une heure vous travaillerez votre condition physique dans un groupe décontracté, mais qui ne perd pas ses objectifs de vue : entretenir sa forme musculaire et cardio. Un travail avec du matériel léger ou juste des exercices sans matériel où votre corps sera votre principal outil. Ce cours vous est réservé mesdames. Notre première motivation est de sourire et bien de s'amuser tout en travaillant.

Nordic Walking Cours intensif



Wann | Quand ?

Ab dem 10. Januar 2024,
immer mittwochs von 14h00-16h00

Wo | Où ?

Wird bei Anruf mitgeteilt/
Programme communiqué à l'inscription

Wer | Qui ?

Thierry Vanderavero

Preis | Prix ?

30€ | Trimester

La marche nordique possède bien des avantages par sa pratique régulière et est accessible à tous. Elle permet une dépense calorique supérieur de 40 % à la marche traditionnelle et est équivalente à un jogging à distance et vitesse égale. Les bâtons vous donnent une aide considérable, ils augmentent votre foulée et réduisent de 30% la charge sur les articulations des genoux et chevilles. Lors de nos marches, nous aurons l'occasion d'améliorer vos gestes techniques et votre endurance. Mais nous serons aussi un groupe convivial : parler, rire et échanger ensemble sont indissociable de l'activité physique.

Les séances ont une durée de 2 heures, échauffements et étirements compris, pour distance variable entre 7 et 10 km. Les bienfaits sur le corps, au niveau cardiaque, respiratoire, sur la posture et la tonicité des muscles seront visibles après quelques séances.

Thierry et Ervin ont suivi une formation spéciale pour vous encadrer.

Pendant la saison hivernale, les lieux de ballades seront dans les parcs et pistes vélo. Dès que la lumière nous le permettra nous irons dans les bois.



Noten lernen, wieso nicht ?

Il n'est jamais trop tard pour apprendre les notes !



Wann | Quand ?

Ab dem 10. Januar 2024, immer mittwochs von 09h30-11h00 (außer Schulferien)

Wo | Où ?

Musekshaus „A Schmatts“, Steinsel

Wer | Qui ?

Josy

Preis | Prix ?

50€ | Trimester

Singen sie in einem Chor aber sie können keine Noten lesen? Oder haben sie Enkelkinder die in einem Musikkurs sind, und sie wollen diese dabei unterstützen? Oder wollen sie einfach nur etwas Neues dazu lernen? Vielleicht späterhin auch ein Instrument ausprobieren?

Dann ist dieser Kurs für sie. Mit viel Spaß und nur mit der nötigen Theorie lernen sie Noten lesen und bekommen auch eine kleine Einweisung in die Musiktheorie. Versuchen sie es, sie werden es nicht bereuen.

Avez-vous toujours eu envie d'apprendre les notes ? Pour mieux comprendre la musique, voir même pour éventuellement essayer de jouer d'un instrument ? Alors inscrivez-vous à ce cours. Dans une bonne ambiance et sans trop de théorie, vous apprendrez à lire une partition.

**!!! Dieser Kurs ist die Fortsetzung des Kurses der im November begonnen hat.
Minimale Notenkenntnisse wären gut !!!**



Sport pour tous via ZOOM



Wann | Quand ?

Ab dem 09. Januar 2024, immer dienstags von 10h15-11h15 (außer Schulferien)

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

25€ | Trimester

In diesem Zoom-Kurs kann jeder mitmachen der Lust hat, sich sportlich zu betätigen. Clément zeigt Übungen die jeder in seinem eigenen Rhythmus mitmachen kann.

Dans ce cours, tout le monde peut participer à son propre rythme. L'important c'est de faire travailler son corps et de se sentir bien.

Linedance



Wann | Quand ?

Ab dem 08. Januar 2024, immer montags

Level 1 von 17h00-18h00 (außer Schulferien)

Level 2 von 17h00-18h30 (außer Schulferien)

Wo | Où ?

Danzsall an der Nouvelle Hall des Sports, Bissen

Wer | Qui ?

Tamy Feller

Preis | Prix ?

50€ | Trimester

Tanzen hält jung! Zu moderner Popmusik von gestern und heute, erleben Sie mit unserem Linedance-Kursus eine Kombination aus Spaß und Bewegung, ob Sie Tanzerfahrung haben oder nicht.

In Level 1 für Anfänger werden die Grundschrirte erlernt, und in Level 2 für Fortgeschrittene werden langsam komplexere Choreographien erarbeitet.

In freundlicher und motivierender Atmosphäre wird nicht nur ihr Körper gestärkt, sondern auch neue Freundschaften geknüpft.

Restez jeune en dansant ! Sur de la musique pop moderne d'hier et d'aujourd'hui vivez une expérience captivante mêlant amusement et mouvement avec notre cours de danse en ligne, que vous ayez déjà de l'expérience en danse ou non.

Le niveau 1 pour les débutants qui apprendront les pas de base en s'amusant, et le niveau 2 pour les initiés des chorégraphies plus complexes sont lentement élaborées.

Dans notre atmosphère conviviale et motivante, vous renforcerez non seulement votre corps, mais vous vous ferez aussi de nouvelles amitiés.

Fit mat Danzen



Wann | Quand ?

Ab dem 09. Januar 2024, immer dienstags
von 09h30-10h45 (außer Schulferien)

Wo | Où ?

Ecole de Musique, Reckange

Wer | Qui ?

Tamy Feller

Preis | Prix ?

100€ | Jahr (40€ | Trimester)

Tanzen hält nicht nur den Körper fit sondern auch den Kopf und ist Balsam für die Seele. Einfache und kurze Choreographien werden gutgelaunt zusammen einstudiert – Folkloretänze, Kreistänze, Höfische Tänze, Square Dance, Linedance für jedermann/frau. Mit oder ohne Partner/in, einsteigen ist jederzeit möglich. Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – nur gute Laune ist unbedingt mitzubringen.

La danse maintient non seulement le corps en forme, mais aussi la tête et est un baume pour l'âme. Des chorégraphies simples et courtes sont répétées ensemble dans la bonne humeur - danses folkloriques, danses en cercle, danses de cour, Square dance, Linedance pour tous. Avec ou sans partenaire, l'adhésion est possible à tout moment. Une expérience préalable de la danse n'est pas nécessaire - il suffit d'apporter une bonne humeur.

Balade nature et sportive en E-Mountainbike



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 12. und 26. Januar 2024
Am Freitag, den 09. und 23. Februar 2024
Am Freitag, den 08. und 22. März 2024

Wo | Où ?

Wird Ihnen mitgeteilt

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

25€ | Trimester

Si vous êtes à la recherche d'un groupe pour vous accompagner dans vos sorties en vtt, je vous propose de vous joindre nous. Un vendredi sur deux, j'organise une sortie dans les régions de Lorentzweiler, Mersch et Walferdange. Les tours se font à 90 % dans les bois et les chemins naturels. Les parcours sont testés avant pour que l'on puisse rouler en toute sécurité. Les circuits ont une distance de 30 à 40 km maximum avec des dénivelés adaptés au vélo électriques et des parties un peu plus techniques.

Innen-Pétanque



Wann | Quand ?

Ab dem 08. Januar 2024,
immer montags von 14h00-16h00
(außer Schulferien)

Wo | Où ?

Hall Sportif Centre Filano, Larochette

Wer | Qui ?

Ervin

Preis | Prix ?

20€ | Trimester

Pétanque macht Spaß, aber man kann es nur im Sommer spielen, wenn man keine extra Halle hat. Ein zweites Problem ist das Gewicht und die Härte der Kugeln, wodurch einige Personen irgendwann nicht mehr spielen können, da es schmerzt.

Beim Innen-Pétanque benutzen wir spezielle Kugeln aus Kunststoff die etwas leichter sind, sehr gut in der Hand liegen und mit denen jeder spielen kann. Und das Beste ist, dass man mit diesen Kugeln einfach überall im Innenbereich spielen kann. Auf Holz, auf Fliesen, auf Linoleum usw. Wir werden vor Oktober auch noch ein Video vorbereiten damit sie sich das Ganze besser vorstellen können.

ATELIERS :

Osterdeko



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 14. März 2024
von 09h30 – ca. 11h30

Wo | Où ?

In unserem Büro in Lorentzweiler

Wer | Qui ?

Jessica

Preis | Prix ?

Materialkosten

Ostern steht vor der Tür. Gemeinsam wollen wir etwas Dekoration für die kommenden Tage basteln. Wir werden aus Konservendosen einen Hasen basteln, den wir gleichzeitig auch als Vase benutzen können. Auch werden wir aus einem Baumstamm einen Osterhasen herstellen.

Wir sind vom 23.12.2023 bis zum 07.01.2024 geschlossen

Nous sommes fermés du 23.12.2023 jusqu'au 07.01.2024

Remise en forme



Wann | Quand ?

Nach Termin

Wo | Où ?

Sall „Jo Gaffiné“, Lorentzweiler

Wer | Qui ?

Thierry

Preis | Prix ?

Einführung gratis, 85€ | 10 Einheiten

Halten Sie Ihren Körper fit oder verbessern Sie Ihre Kondition indem Sie bei uns an verschiedenen Apparaten (Fahrrad, Laufband, Revaline) ein Programm zusammengestellt bekommen. Der Kurs ist auf 10 Einheiten begrenzt und ist dazu gedacht Sie wieder fit zu machen um an einem unserer Kollektivkurse teilzunehmen.

Vous souhaitez garder une bonne condition physique ou la retrouver ? Nous mettons à votre disposition 3 appareils de remise en forme, un tapis de marche, un vélo elliptique et la Revaline. Vous serez accompagné et ensemble nous établirons une fiche de travail sur l'effort et le temps que vous désirez y consacrer. Ce cours se limite à 10 séances par personne et il est destiné à vous remettre en forme pour pouvoir accéder à un de nos cours collectifs.



Sprechstunde



Wann | Quand ?

Nach Vereinbarung

Wer | Qui ?

Josy

Haben Sie Probleme und brauchen Rat? Möchten Sie vertraulich mit jemandem reden? Brauchen Sie Hilfe bei Entscheidungen? Wir stehen Ihnen gerne zur Seite, und garantieren Ihnen absolute Diskretion. Rufen Sie an, um einen Termin festzulegen!

Si vous avez un problème, besoin d'un conseil, où besoin de vous confier à quelqu'un, nous sommes là pour vous écouter. Ceci en toute discrétion et l'entretien tombe sous les règles du secret professionnel. Entretiens sur rendez-vous.

Computer / Internet



Wo | Où ?

In unseren Räumlichkeiten in Lorentzweiler
Wenn wir zu Ihnen kommen, wird ein
Kilometerzuschlag verrechnet

Wer | Qui ?

Josy / Joe

Preis | Prix ?

30€ / Stunde

Haben Sie Probleme mit Ihrem Computer, möchten Sie sich weiterbilden, haben Sie Fragen zum Internet, so rufen Sie bei uns an, und machen einen Termin mit einem unserer Mitarbeiter aus. Wir stehen Ihnen gerne zur Verfügung.

Des problèmes avec votre ordinateur ? Besoin de trucs et d'astuces pour mieux utiliser le pc et internet ? Prenez rendez-vous et un de nos employés vous conseillera !



FREIZEITAKTIVITÄTEN | LOISIRS :

“Klengen Treppeltour”



Wann | Quand ?

Immer dienstags von 14h00-17h00

Wo | Où ?

Erfahren Sie jeweils bei Anruf

Wer | Qui ?

Thierry

Unsere gemütliche Wandergruppe legt nicht mehr so lange Strecken zurück, wie der Autopédestre am Donnerstag. Wir machen kleine Wandertouren von +/- 7 km, in gemütlichem

Tempo und mit viel Unterhaltung unterwegs.

L'autopédestre du jeudi vous semble trop long ? Alors marchez avec nous les mardis. Les tours sont moins grands, moins rapides et nous papotons beaucoup !

“Klengen Treppeltour” Ganzer Tag



Wann | Quand ?

Am Dienstag, den 30. Januar,
den 27. Februar, den 26. März 2024

Wo | Où ?

Erfahren Sie jeweils bei Anruf

Wer | Qui ?

Thierry

Une fois par mois, nous allons marcher toute la journée avec une pause à midi pour manger tous ensemble au restaurant.

Le matin nous marchons +/- 5 à 6 Km et après le repas encore +/- 4km. Si vous ne désirez pas faire toute la journée, il est possible de combiner cette sortie avec une ballade le matin plus le restaurant ou la promenade de l'après-midi avec le restaurant.



Autopédestre



Wann | Quand ?

Immer donnerstags von 14h00-18h00

Wo | Où ?

Erfahren Sie jeweils bei Anruf

Wer | Qui ?

Ervin

Das Ziel unserer Wanderungen ist das gesellige Zusammensein in der Natur, und dabei auch noch was Gutes für die Gesundheit tun. Unsere Wanderungen betragen zwischen 8 und 12 Kilometer und sind in einem angemessenen Tempo für jeden zu bewältigen, der etwas Übung hat. Dabei bleibt auch noch genug Zeit, die schönen Aussichten, oder seltenen Pflanzen zu bestaunen. Nach Ende unserer Wanderungen gehen wir noch gemeinsam etwas trinken.

Se promener en groupe et profiter de la nature, tel est le but de nos auto pédestres. Nous marchons entre 8 et 12 km, sans courir. A la fin, nous nous retrouvons autour d'un bon verre.

Autopédestre ganzer Tag



Wann | Quand ?

Am Donnerstag, den 25. Januar 2024

Am Donnerstag, den 29. Februar 2024

Am Donnerstag, den 28. März 2024

Wo | Où ?

Erfahren Sie jeweils bei Anruf

Wer | Qui ?

Ervin

Wegen der großen Nachfrage, auch mal donnerstags den Autopédestre ganztags zu machen organisieren wir einmal im Monat so einen Tag. Zum Mittagessen gehen wir in ein Restaurant oder nehmen auch mal ein Picknick mit.

Une fois par mois, nous organisons un auto pédestre qui dure toute la journée, avec une pause restaurant à midi !



Mit Nordic Walking in Form



Wir bieten unseren Nordic Walking in verschiedenen Regionen an, damit keiner zu weit anfahren muss! Dies soll Sie aber nicht daran hindern in mehreren Gruppen mitzuwalken. Bitte melden Sie sich bei uns an.

Plusieurs fois par semaine nous nous retrouvons à différents endroits pour faire du Nordic Walking. Choisissez la région la plus près de chez vous et accompagnez-nous.

Gruppe 1:

**langsames, angepasstes Training/
débutants**

Wann | Quand ?

Immer dienstags von 09h00-10h30

Wo | Où ?

Wird bei Anruf mitgeteilt |

Programme communiqué à l'inscription

Wer | Qui ?

Ervin

Preis | Prix ?

30€ pro Trimester

Gruppe 2:

normales training

Wann | Quand ?

Immer freitags von 09h00-10h30

Wo | Où ?

Wird bei Anruf mitgeteilt |

Programme communiqué à l'inscription

Wer | Qui ?

Clément

Preis | Prix ?

30€ pro Trimester

UNSER LAUFENDES PROGRAMM :

Poterstonn Lorentzweiler



Wo und Wann | Quand et où?
Sall „Fautelfiels“, Lorentzweiler

Immer mittwochs, von 14h30 bis 17h30

Wer | Qui ?

Ervin

Fühlen Sie sich auch oft allein und vermissen die Gesellschaft. Bei uns in der „Poterstonn“ können Sie sich bei Kaffee und Kuchen austauschen, eine Handarbeit machen oder bei dem einen oder anderen Gesellschaftsspiel Spaß haben, und so das Alleinsein für ein paar Stunden vergessen. Ein spezieller

Busservice bringt Sie aus den umliegenden Dörfern zur Poterstonn, und wieder nach Hause. Rufen Sie einfach an um sich anzumelden. **Tél. : 26 33 64-1**

Venez passer avec nous des après-midi agréables pour ne pas vous retrouver seuls ! Une tasse de café, un morceau de tarte et des gens sympas avec qui parler, vous feront passer de belles heures.

Die Poterstonn findet jeweils von 14h30 bis 17h30 statt.

Spillowend Lorentzweiler



Wann | Quand ?

Am Dienstag den, 16. und 30. Januar 2024

Am Dienstag den, 13. und 27. Februar 2024

Am Dienstag den, 12. und 26. März 2024

Wo | Où ?

Sall „Jo Gaffiné“, Lorentzweiler

Wer | Qui ?

Clément

Wollen Sie den langen Abenden entfliehen? In gemütlicher Runde Gesellschaftsspiele oder Karten (Rommé, Belot, Konter a Mitt...)spielen, so sind Sie bei uns richtig. Einem gemütlichen Abend steht nichts mehr im Wege. Für Getränke und einen kleinen Imbiss ist ebenfalls gesorgt. Ein spezieller Busservice bringt Sie aus den umliegenden Dörfern zum Spillowend, und wieder nach Hause. Rufen Sie einfach an um sich anzumelden. **Tél. : 26 33 64-1**

Pourquoi rester toujours devant la télé le soir ? Venez jouer avec nous à des jeux de société ! Au besoin nous viendrons vous chercher avec notre minibus.

Der Spillowend findet jeweils von 19h00 bis 23h00 statt.

Kaffisstuff in Heffingen



Wann | Quand ?

Am Freitag, 19. Januar, den 09. Februar
und den 22. März 2024 ab 14h30

Wo | Où ?

Sporthalle Heffingen

Nachmittags gemütlich zusammenkommen und bei einer Tasse Kaffee und einem Stück Kuchen über Gott und die Welt plaudern, was gibt es Schöneres! Sie können auch spielen oder sich mit unserem Personal unterhalten.

Ein gemütlicher Nachmittag unter Bekannten und zukünftigen Bekannten! **Wir holen Sie auch persönlich zu Hause ab, und bringen Sie auch wieder heim!**

*Se rencontrer ensemble l'après-midi autour d'un café (ou d'une coupe de champagne) et papoter de tout et de rien, c'est le but de cette activité ! Et bien sûr de se retrouver entre anciens et nouveaux amis. **Nous venons vous chercher à la maison pour cette activité !***



Einkaufen



Wann | Quand ?

Am Freitag, den 26. Januar, den 23. Februar
und den 29. März 2024 ab 11h00

Wer | Qui ?

Nadine

Preis | Prix ?

5€

Hiermit wollen wir die Leute ansprechen, die **nicht mehr so mobil** sind, und Ihnen trotzdem die Möglichkeit bieten Ihre Einkäufe zu erledigen. Wir holen Sie bei sich zu Hause ab, und gehen gemeinsam in ein Restaurant zu Mittag essen, bevor wir anschließend unsere Einkäufe erledigen.

Régulièrement nous vous accompagnons pour faire vos courses dans différentes grandes surfaces. Attention, cette activité est réservée aux personnes seules et/ou à mobilité réduite qui ont besoin d'aide pour les achats.

Immer wieder Sonntags...



Wann | Quand ?

Am Sonntag, den 14. Januar (Theater),
den 18. Februar und den 10. März ab 11h00

Wo | Où ?

Wird immer eine Woche im Voraus mitgeteilt

Ist für Sie der Sonntag der schlimmste Tag? Alleine zu Hause, die Gedanken lassen einen nicht in Ruhe und man vermisst die Gesellschaft rund um den Esstisch! Wir laden Sie ein, einmal pro Monat den Sonntag mit uns zu verbringen. Wir holen Sie ab, gehen gemütlich zusammen essen, und verbringen den Nachmittag zusammen z.B. auf einem Fest. Auf jeden Fall werden wir in Gesellschaft sein und so dem grauen Sonntag ein Schnäppchen schlagen! Melden Sie sich an, Sie erfahren dann immer rechtzeitig, wo es hingehet!

Pour tous ceux qui se retrouvent seuls le dimanche, nous organisons une fois par mois une petite sortie : restaurant, petite promenade ou visite d'une fête de village, ...



Poter- a Spillnometteg in Lorentzweiler



Wann | Quand ?

Am Samstag, den 27. Januar, den 24. Februar
und den 16. März 2024 ab 14h30

Wo | Où ?

Sall „Jo Gaffiné“ Lorentzweiler

Einmal im Monat treffen wir uns zu einem gemütlichen Nachmittag um zusammen zu reden und Gesellschaftsspiele zu spielen. Sie können ihre Spiele mitbringen oder Karten. Wir werden aber auch Spiele dabei haben und für diejenigen die wollen können wir dann zusammen neue Spiele entdecken, respektive alte Spiele wieder neu aufleben lassen. Das ganze natürlich mit Getränken, und Kuchen darf auch nicht fehlen. Wir freuen uns schon zusammen mit Ihnen diese Nachmittage verbringen zu können.

Mëttesdësch



Wann | Quand ?

Mittwochs von 11h45-14h00

Wo | Oü ?

Sall „Jo Gaffiné“, Lorentzweiler

Wer | Qui ?

Monique Bauer/Guy Schiltz

Preis | Prix ?

17€ Vorspeise, Menü und Dessert

In unseren Räumlichkeiten kochen wir einmal pro Woche für Sie, und wieso nicht sogar mit Ihnen. Das Mittagessen schmeckt doch besser, wenn man nicht alleine am Tisch sitzt. Und es muss ja auch nicht immer gleich ein Restaurant sein. Außerdem gibt das Ihnen auch die Gelegenheit mit unserem Personal zusammen zu sein und sich auszutauschen. Wir freuen uns auf jeden Fall schon mit Ihnen zu essen.

Nous allons vous cuisiner un repas une fois par semaine. Manger ensemble, nouer des contacts, s'échanger avec les employés du Club, et pourquoi ne pas, aider dans la cuisine de temps en temps, c'est bien plus agréable que de rester seul à la maison.

Sehr wichtig, aus organisatorischen Gründen müssen Sie sich bis dienstags 12h00 anmelden. Die Plätze sind auf 30 begrenzt.

10/01/24	Paschtéit, Fritten an Zalot
17/01/24	Hierken
24/01/24	Wäinzoosis, gekachte Gromper a Geméis
31/01/24	Ham am Deeg
07/02/24	Pouletgeschnätzelt, Räis a Geméis
14/02/24	Kee Mëttesdesch
21/02/24	Fësch
28/02/24	Ungaresche Gulasch, Nockelcher mat roude Kabbes
06/03/24	Kallefsragout
13/03/24	Brunch
20/03/24	Rouladen, Püree a Geméis
27/03/24	Cordon bleu mat Pomme dauphine

Datenschutzbestimmungen

Club Uelzechtdall

Sie wissen, dass zum Schutz des Konsumenten vor einiger Zeit neue Bestimmungen erlassen wurden. Da auch wir Daten unserer Kunden speichern, möchten wir Sie darauf aufmerksam machen, dass Sie unter anderem das Recht haben, Ihre gesamten, von uns gespeicherten Daten einzusehen, und dass Sie das Recht haben, dass wir all diese Daten auf Ihre Anfrage hin löschen.

Aber welche Daten speichern wir überhaupt und was machen wir damit?

Um unsere Aktivitäten organisieren zu können, um Sie erreichen zu können und mit Ihnen kommunizieren zu können, benötigen und speichern wir folgende Daten:

Name / Vorname / Straße / Postleitzahl und Wohnort / Telefonnummer / evtl. die Mailadresse.

Um Statistiken erstellen zu können bitten wir Sie zudem noch, uns Ihren Geburtstag und Ihre Nationalität mitzuteilen. In den erstellten Statistiken tauchen keine Namen mehr auf. Es ist nicht möglich, von den Zahlen her den Namen einzelner Personen abzuleiten.

Das war es dann auch schon mit den gespeicherten Daten.

All diese Daten bleiben im Club Uelzechtdall und werden nicht weitergegeben (ausser die anonymen Statistiken, die an das Familienministerium weitergeleitet werden). Es sei denn, um Aktivitäten zu ermöglichen.

Unsere Kursleiter erhalten Namenslisten, auf denen auch die Telefonnummern vermerkt sind. Dies ist nötig für die Organisation und den Ablauf der Kurse. Die Kursleiter dürfen die Listen auf keinen Fall weitergeben.

Wenn wir Reisen oder Tagesfahrten mit andern Clubs organisieren, erstellen wir ebenfalls eine Liste mit allen Teilnehmern und den Handynummern. Dies dient der Übersicht, bzw. der Sicherheit. Nach der Reise werden die gedruckten Listen vernichtet.

Wir bitten Sie bei Flugreisen um eine Kopie Ihres Personalausweises. Diese Kopie wird nach der Reise vernichtet.

Wie gesagt, Sie können Ihre Daten jederzeit einsehen oder verlangen, dass sie gelöscht werden. Allerdings müssen wir darauf hinweisen, dass Sie ohne diese Daten in Zukunft nicht mehr an unseren Aktivitäten teilnehmen können, da dies organisatorisch nicht machbar ist.

Politique de confidentialité du Club Uelzechtdall

Comme vous le savez, de nouvelles politiques de confidentialité sont mises en place vis-à-vis des consommateurs. Etant donné que nous sommes nous-mêmes en possession de données personnelles de nos clients, nous souhaiterions vous faire remarquer que vous avez le droit, en tant que client, de consulter l'intégralité de vos données et que nous pouvons et devons les supprimer à votre demande si tel est votre souhait.

Quelles données collectons-nous et pour quelle utilité ?

Dans le but d'améliorer l'organisation de nos activités et d'optimiser la communication avec nos clients nous enregistrons les données suivantes :

Nom / prénom / rue / code postal et localité / numéro de téléphone / courriel (facultatif)

A des fins de statistiques, nous vous demandons également de nous communiquer votre date de naissance ainsi que votre nationalité. Ces statistiques ne mentionnent aucun nom et sont donc traitées de façon anonyme. Une fois établies, il n'existe plus aucun lien ni corrélation entre les données recueillies et l'identité des personnes.

L'utilisation de vos données s'arrête là.

Toutes ces données restent au sein du Club Uelzechtdall et ne sont aucunement transmises, si ce n'est pour l'organisation de nos activités (hormis les statistiques anonymes qui sont transmises au Ministère de la Famille).

Nos formateurs reçoivent des listes de noms sur lesquelles sont repris les numéros de téléphone, nécessaires à l'organisation et au bon déroulement des cours proposés et auxquels vous participez. Ces listes sont traitées de façon strictement confidentielle et les formateurs sont tenus à l'obligation de ne les utiliser que pour les cours du Club Uelzechtdall.

En cas d'excursions organisées avec des clubs partenaires, des listes sont établies avec les numéros de téléphone de chaque participant afin d'améliorer la qualité et l'organisation de notre événement, mais également pour vous garantir une sécurité optimale. Toute liste imprimée est détruite après l'excursion.

Lors de vols aériens, nous vous prions de nous fournir une copie de votre passeport. Ce document est également détruit après la fin du voyage.

Il vous est possible, à tout moment, de consulter vos données et de nous demander de les effacer. Néanmoins, nous portons votre attention sur le fait que sans ces informations dans notre base de données, il ne vous est pas possible de participer à nos activités, pour des raisons d'organisation et de sécurité.

DAS TEAM UELZECHTDALL :



Josy

Direktion

Tél. 26 33 64-1

E-mail: [direktioun@cud.lu](mailto:direktioun@ cud.lu)



Joe

Sekretariat

Tél. 26 33 64-1

E-mail: [sekretariat@cud.lu](mailto:sekretariat@ cud.lu)



Luca

Sekretariat

Tél. 26 33 64-1

E-mail: [sekretariat@cud.lu](mailto:sekretariat@ cud.lu)



Thierry

Animation

Tél. 26 33 64-27

E-mail: [thierry@cud.lu](mailto:thierry@ cud.lu)



Nadine

Animation

Tél. 26 33 64-25

E-mail: nadine@ cud.lu



Ervin

Animation

Tél. 26 33 64-23

E-mail: ervin@ cud.lu



Jessica

Animation

Tél. 26 33 64-25

E-mail: jessica@ cud.lu



Clément

Animation

Tél. 26 33 64-25

E-mail: clement@ cud.lu

Öffnungszeiten Sekretariat:

Montag-Donnerstag

09h00-12h00 & 14h00-16h00

Freitag

09h00-12h00

Wenn Sie sich über E-Mail für eine unserer Aktivitäten anmelden möchten, dann schicken Sie bitte ihre Anmeldung an sekretariat@cud.lu oder über das Anmeldeformular auf unserer Internetseite.

PFLEGENDE ANGEHÖRIGE: UNERLÄSSLICH ABER ZU OFT UNSICHTBAR!



Unerlässlicher
Pflegeangehöriger

Sie pflegen Ihren Partner, einen Verwandten,
Kind, Freund oder Nachbarn? Das Hilfs- und
Pflegenetzwerk Help steht Ihnen zur Seite,
damit jeder Tag ein guter Tag ist!
Rufen Sie uns an unter 26 70 26.

© alternatives.lu

Aidant.lu

Eine Initiative von

help
#JederTagistEinGuterTag

OS

PRINTED IN
LUXEMBOURG



myclimate
neutral
Imprimé
myclimate.org/01-18-878020

