clubaktiv

# Club Haus an de Sauerwisen

ISSN 3088-6279

Foto: KI-generiert Canva.com

Club Haus an de Sauerwisen

# PROGRAMM

## JANUAR - MÄRZ 2026

## JANVIER - MARS 2026

# Club Haus an de Sauerwisen

## 6, rue de la Fontaine
## L-3726 Rumelange

56 40 40 / 621 49 49 59
sauerwisen@pt.lu
www.sauerwisen.lu
IBAN :LU71 0025 1691 8549 6700 (BIL)
Mo-Fr/Lu-Ve 8h-12h & 14h-17h

von links nach rechts./ de gauche à droite

| | |
|---|---|
| Elisabeth Schmit | *Chargée de direction* |
| Claudine Olten | *Administration* |
| Wendy Rocha | *Educatrice graduée* |
| Jessy Muller | *Educatrice diplomée* |

mir schwätze lëtzebuergesch * wir sprechen deutsch *
nous parlons français * we speak english* nós falamos português

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

## Willkommen im Club Haus an de Sauerwisen

als „Club Aktiv Plus “ sind wir eines von 23 Begegnungs-, Freizeit- und Lernzentren für Personen, die kurz vor dem Ruhestand stehen oder bereits im Ruhestand sind und aktiv bleiben möchten.

Wir bieten Ihnen ein vielfältiges Programm, bestimmt ist auch für Sie etwas passendes dabei. Zu den Aktivitäten gehören: Gesellige Treffen, Freizeit- und Sportaktivitäten, Kulturelle Aktivitäten, Beratung, Schulungen und Life-Long-Learning.

Der Club Aktiv Plus „Club Haus an de Sauerwisen“ ist eine Initiative des Ministeriums für Familie, Solidarität, Zusammenleben und Unterbringung von Flüchtlingen in Zusammenarbeit mit den Gemeinde Kayl-Tétange und der Stadt Rümelingen. Verwaltet wird der Club von der „Foyers Seniors a.s.b.l“.

Unsere Türen stehen Ihnen offen, schauen Sie gerne mal rein

Das Team aus dem Club Haus an de Sauerwisen

## *Bienvenue au Club Haus an de Sauerwisen*

*Entant que “Club Aktiv Plus”, nous sommes l’un des 23 centres de rencontre, de loisirs et d’apprentissages pour personnes proches de la retraite ou déjà à la retraite qui souhaitent rester actives.*

*Nous proposons un programm varié. Nous sommes certains que vous y trouverez quelque chose qui vous convient. Les activités sont notamment des rencontres conviviales, des activités de sport, des activités culturelles, des conseil, des apprentissages et le Life-Long-Learning.*

*Le Club Aktiv Plus « Club Haus an de Sauerwisen » est une initiative du Ministère de la Famille, des Solidarités, du Vivre ensemble et de l’Accueil en collaboration avec la commune de Kayl-Tétange et la ville de Rumelange. Le club est géré par a.s.b.l « Foyers Seniors ».*

*Nos portes vous sont ouvertes, n’hésitez pas à y passer.*

*L’équipe du Club Haus an de Sauerwisen*

## Alles wichtige auf einen Blick

Alle wichtigen Informationen über die Aktivität finden Sie in der Infobox.

## Ce qui est important

*Vous trouverez désormais toutes les informations sur l'activité dans l'infobox.*

**DATUM/JOUR**

Uhrzeit/ l'horaire

Treffpunkt/ Lieu

€ Preis/Prix

Kursleiter/Formateur

Einschreibung und Zahlung bis zum

Inscription et paiement jusqu'au

Sprachen / langues

## Barrierefreiheit unsere Aktivitäten
## *Accessibilité de nos activités*

Wir sind bemüht unsere Aktivitäten für alle Menschen zugänglich zu machen. Unser Club Haus an de Sauerwisen ist barrierefrei und hat auch barrierefreie Sanitäreinrichtungen. Wir können keine Assistenz anbieten. Sollten Sie Unterstützung brauchen, melden Sie sich gerne mit einer Begleitperson an. Wenn Sie Fragen zu bestimmten Aktivitäten oder Ausflügen haben, sprechen Sie uns an, wir helfen Ihnen gerne weiter.

*Nous nous engageons à rendre nos activités accessibles à tous. Notre Club Haus an de Sauerwisen est accessible aux personnes à mobilité réduite et dispose de sanitaires accessibles. Nous ne pouvons pas offrir d'assistance. Si vous avez besoin d'aide, n'hésitez pas à vous inscrire avec un accompagnateur. Si vous avez des questions sur certaines activités ou excursions, n'hésitez pas à nous contacter, nous serons heureux de vous aider.*

## WIE SCHREIBE ICH MICH FÜR AKTIVITÄTEN EIN?

- Sie können sich unabhängig Ihres Wohnortes für Aktivitäten einschreiben.
- Die Einschreibung für die Aktivitäten erfolgt per Telefon, E-Mail oder persönlich im Club Haus.
- Nach der Anmeldung bitten wir Sie den Betrag für die Aktivität so schnell wie möglich bzw. bis zum Anmeldeschluss der Aktivität zu bezahlen. Es werden keine Rechnungen ausgestellt.
- Sollten Sie angemeldet sein und nicht teilnehmen können, informieren Sie uns bitte so schnell wie möglich. Gegenebenfalls besteht eine Warteliste.
- Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass falls Unkosten durch Ihrer Abmeldung entstehen, Sie diese tragen müssen.
- Bei Kursabbruch oder bei Abwesenheit ohne vorherige Abmeldung, kann der Club Haus an de Sauerwisen keine Rückerstattung der Kosten leisten.

## *COMMENT S'INSCRIRE AUX ACTIVITÉS ?*

- *Vous pouvez vous inscrire aux activités indépendamment de votre lieu de résidence.*
- *L'inscription aux activités se fait par téléphone, par e-mail ou en personne au club.*
- *Après l'inscription, vous êtes prié(e) de payer le montant de l'activité le plus rapidement possible ou avant la date limite d'inscription de l'activité. Aucune facture ne sera émise.*
- *Si vous êtes inscrit et que vous ne pouvez pas participer, veuillez nous en informer le plus rapidement possible. Dans le cas contraire, la place peut être reprise par un(e) intéressé(e) de la liste d'attente.*
- *Nous vous prions de bien vouloir comprendre que si votre désinscription entraîne des frais, ceux-ci seront à votre charge.*
- *En cas d'interruption de cours ou d'absence sans annulation préalable, le Club Haus an de Sauerwisen ne peut pas rembourser les frais.*

**Bénéficiaire: Foyers Seniors asbl**

Compte: LU71 0025 1691 8549 6700

SWIFT code: BILLLULL (BIL)

Communication: Aktivität/Activité + Name/Nom

## Online für Aktivitäten einschreiben

Die Aktuelle Broschüre und Aktivitäten finden Sie auch auf unserer Internetseite „Sauerwisen.lu“. Hier können Sie sich auch bequem für Aktivitäten einschreiben.

1 Wählen Sie einen Kurs der Sie interessiert und füllen Sie unten die Felder „Sich für die Veranstaltung anmelden“ aus.

2 Sie erhalten per E-Mail, dass Ihre Anmeldung an uns weitergegeben wurde.

3 **Wichtig, erst wenn wir Ihre Anmeldung per E-Mail bestätigt haben, sind Sie für die Aktivität angemeldet.**

4 **Bitte überweisen Sie erst dann den Betrag für die Aktivität auf unser Bankkonto.**

## *S’inscrire en ligne aux acitivtés*

*Vous trouverez également la brochure actuelle et les activités sur notre site internet « Sauerwisen.lu ». Vous pouvez également vous y inscrire facilement aux activités.*

1 *choisissez le cours qui vous intéresse et remplissez les champs « S’inscrire à l’événement » ci-dessous.*

2 *vous recevrez un e-mail vous informant que votre inscription nous a été transmise.*

3 ***important; vous n’êtes inscrit à l’activité que lorsque nous avons confirmé votre inscription par e-mail.***

4 ***ce n’est qu’à ce moment-là que vous devrez verser le montant de l’activité sur notre compte.***

## Clubkaart 2026

Unterstützen Sie uns mit einem jährlichen Beitrag von 15€. So helfen Sie uns, dass wir auch weiterhin wie bisher ein solch umfangreiches Programm für Sie erstellen können. Bitte überweisen Sie den Betrag von 15,00 € auf das Konto BIL mit der IBAN LU71 0025 1691 8549 6700 und dem Vermerk “Clubkaart 2026_”Ihr Name”.

Vielen Dank!

*Soutenez nous avec seulement 15,00€ pour toute une année ! Cette cotisation nous donne la possibilité de réaliser un programme diversifié.Nous vous remercions de virer le montant de 15,00€ sur notre compte BIL IBAN LU71 0025 1691 8549 6700 avec la mention « Clubkaart 2026_Votre Nom »*

*Merci !*

## Sich im Club engagieren
## *Benevolat au Club*

Wir suchen Personen die sich gerne engagieren möchten. Vieles ist im Club nur möglich durch die Unterstützung fleissiger Helfer. Sowohl für unsere Festivitäten, als auch für konkrete Projekte suchen wir Personen, die mithelfen wollen. Sie haben einen Vorschlag oder wollen selbst eine Aktivität/Kurs anbieten? Sprechen Sie uns an, wir stehen Ihnen für weitere Fragen zur Verfügung.

*Nous recherchons des personnes qui souhaitent s’engager. Beaucoup de choses, qui se déroulent au Club, ne sont que possibles grâce au soutien de bénévoles. Vous souhaitez vous engager ou vous voulez proposer vous-même une activité/un cours ? N’hésitez pas à nous contacter, nous sommes à votre disposition pour toute question supplémentaire.*

# Wie kommen Sie ohne Auto zu uns?

*Comment venir chez nous sans voiture?*

**Club Haus an de Sauerwisen**

6, rue de la Fontaine
L-3726 Rumelange

## Flexibus

Der Flexibus zirkuliert durch die Stadt Rümelange und Kayl/Tétange. Sie können den Bus reservieren um von Ihnen zu Hause bis zu uns zu fahren. Der Transport ist kostenlos. Reservieren können Sie Ihre Fahrt unter der Nummer: 8002 2020. Der Bus fährt montags bis samstags 9:00 - 12:30 und 13:30 - 19.00.

*Le Flexibus circule dans la ville de Rumelange et Kayl/Tétange. Vous pouvez réserver le bus pour vous rendre de chez vous jusqu'àu notre « Club Haus an de Sauerwisen ». Le transport est gratuit. Vous pouvez réserver votre trajet au numéro : 8002 2020. Le bus circule du lundi au samedi de 9:00 à 12:30 et de 13:30 à 19:00.*

## Mini-Bu

Der Mini-Bu zirkuliert durch die Gemeinde Kayl-Tetange Sie können den Bus aber auch reservieren um aus der Gemeinde Kayl-Tetange zu uns ins Club Haus an den Sauerwisen zu kommen. Der Transport ist kostenlos. Reservieren können Sie Ihre Fahrt unter der Nummer: 621 250 215.
Der Bus fährt montags bis samstags 9:00 - 12:00 an 13:30 - 18.30.

*Le Mini-Bu circule dans la commune de Kayl-Tétange. Vous pouvez également réserver le bus pour vous rendre de la commune de Kayl-Tétange au « Club Haus an de Sauerwisen ». Le transport est gratuit. Vous pouvez réserver votre trajet au numéro 621 250 215. Le bus circule du lundi au samedi de 9h00 à 12h00 et de 13h30 à 18h30.*

## Öffentlicher Transport/ *Transports publics*

Bus 5 (Esch –Rumelange –Kayl- Dudelange) Rumelange Maortplaz
Bus 601 (LUX Centre, Monterey– Rumelange- Ottange) Rumelange Gare
Bus 508 ( LUX Rocade - Ottange) Rumelange Gare

# Öffentlicher Bücherschrank

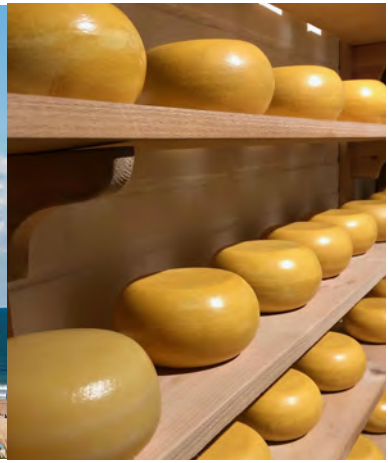
*Bibliothèque ouverte*

Wussten Sie, dass wir in unserem Haus eine Bibliothek haben? Vielmehr ist es ein sogenannter „Öffentlicher Bücherschrank“. Das Konzept ist einfach: Buch mitnehmen, lesen, zurückbringen oder weitergeben. Wir haben kein Ausleihsystem. Sie können die Bücher solange behalten wie Sie möchten. Gut erhaltene Bücher können Sie auch abgeben. Sie finden Bücher in Deutsch, English und Französischer Sprache. Die Bibliothek ist zu unseren Bürozeiten geöffnet: Montags bis Freitags 8-12h und 14-17h

Saviez-vous que nous avons une bibliothèque. Il s’agit plutôt de ce que l’on appelle une “bibliothèque ouverte”. Le concept est simple, prendre un livre, le lire, le rapporter ou le donner à quelqu’un. Nous n’avons pas de système de prêt, vous pouvez garder les livres aussi longtemps que vous le souhaitez. Vous pouvez également déposer des livres en bon état. Vous trouverez des livres en allemand, anglais et en français. La bibliothèque est ouverte pendant les heures de bureau: Du lundi au vendredi 8-12h 14-17h

# Tulpen, Strand und Gouda
*Tulipes, plage et Gouda*

Foto: Pixabay.com



**Di - Do // *Ma - Je***
**31.03 - 02.04**

€ Doppelzimmer/
chambre double
699€ /Pers *
Einzelzimmer
chambre simple
+ 130€ *

Inntel Hotel **** Den Haag Marina Beach in Scheveningen
mit Spa- und Wellnesscenter mit einem Innenpool, Fitnessraum und Sauna)

**Anmeldung ab dem:**
***inscription a partir du:***
**06.01.2026**

Ekipp Club

**DE// Dienstag 31. März 2026 - Leiden**
6:00 Abfahrt ab Q8 Station Rumelange, zuvor Haustürabholung aller ReiseteilnehmerInnen
7:30 Frühstück in der Patisserie Pierson
11:00 Ankunft in Leiden. Sie erkunden die Heimat der ältesten Universität und den Geburtsort Rembrandts bei einem geführten Stadtrundgang (ca. 1,5h) durch die historischen Straßen, entlang der malerischen Grachten und vorbei an beeindruckenden Bauwerken und Museen, die das reiche kulturelle Erbe der Stadt wiederspiegeln.
12:30 Zeit zur freien Verfügung und Mittagessen in Eigenregie
17:00 Fahrt zum Hotel
19:00 Abendessen im Strandrestaurant De Waterreus mit Buffet.

**Mittwoch 01. April 2026 - Keukenhof**
9:00 Abfahrt zum Keukenhof. Ein leuchtendes Blumenmeer erwartet Sie heute im Keukenhof. Für die meisten Besucher der schönste Frühlingspark der Welt. Sie haben den ganzen Tag Zeit die überwältigende Vielfalt des Keukenhofs mit allen Sinnen zu genießen.
17:00 Rückfahrt und Abendessen im Hotel.

**Donnerstag 02. April 2026 - Gouda- Stadtrundgang mit Käsemarkt**
9:00 Abfahrt nach Gouda. Das reizvolle Städtchen Gouda erwartet Sie mit einer unverwechselbaren Atmosphäre. Während eines Rundgangs genießen Sie das besondere Ambiente und besuchen den bekannten Käsemarkt. Anschließend bleibt Ihnen noch Zeit für einen kleinen Stadtbummel durch die verwinkelten Gassen, vorbei an sanften Grachten, kleinen Boutiquen und charmanten Innenhöfen.
13:00 Gemeinsames 3-Gang Mittagessen in Gouda anschließend Heimreise
19:00 Geschätzte Ankunft, Rücktransfer nach Hause.

---

**FR // *Mardi, 31 mars 2026 - Leiden***
*6h00 : départ de la station Q8 Rumelange, après avoir récupéré tous les participants à leur domicile 7h30: petit-déjeuner à la pâtisserie Pierson, 11h00 : arrivée à Leiden et visite guidée de la ville (environ 1h30). Vous découvrirez la ville qui abrite la plus ancienne université et le lieu de naissance de Rembrandt lors d'une visite guidée à travers les rues historiques, le long des canaux pittoresques et devant des bâtiments et musées impressionnants qui reflètent le riche patrimoine culturel de la ville. 12h30: temps libre et déjeuner libre 17h00 : trajet vers l'hôtel 19h00 : dîner sur la plage au restaurant De Waterreus avec buffet.*
***Mercredi, 01 avril 2026 - Keukenhof**: 9h00 Départ pour Keukenhof. Une mer de fleurs colorées vous attend aujourd'hui à Keukenhof. Pour la plupart des visiteurs, c'est le plus beau parc printanier du monde. Vous avez toute la journée pour profiter de la diversité impressionnante de Keukenhof avec tous vos sens. 17h00 Retour à l'hôtel pour le dîner.*
***Jeudi, 02 avril 2026- Gouda-** 9h00 Départ pour Gouda. La charmante petite ville de Gouda vous attend avec son atmosphère unique. Au cours d'une visite guidée, vous profiterez de son ambiance particulière et visiterez son célèbre marché aux fromages. Vous aurez ensuite le temps de flâner dans les ruelles sinueuses, le long des canaux paisibles, devant les petites boutiques et les charmantes cours intérieures. 13h00 Déjeuner commun à 3 plats à Gouda, puis retour à la maison 19h00 Arrivée prévue au point de départ, transfert retour à la maison.*

***Im Preis inbegriffen:**
- Fahrt im modernen 4* bis 5* Comfort-Reisebus
- Frühstück in der Patisserie Pierson
- Stadtrundgang Leiden (1,5 Std.)
- Abendessen in einem Strandrestaurant in Leiden
- 2x Übernachtung/Frühstück im 4* Inntel Hotel Den Haag Marina Beach in Scheveningen und 3-Gang Abendessen oder Buffet am 2. Abend
- 1x Eintritt Keukenhof
- 1x Stadtrundgang Gouda inkl. Käsemarkt (1,5 Std.)1x 3-Gang Mittagessen in Gouda
- Haustürabholung aller Teilnehmer
- Reiserücktrittsversicherung 4* All-In (Foyer)

****Inclus dans le prix:***
- Voyage en autocar confort 4* à 5*
- Petit-déjeuner à la pâtisserie Pierson
- Visite guidée de Leiden (1h30)
- Dîner dans un restaurant de plage à Leiden
- 2 nuits/petit-déjeuner à l'hôtel 4* Inntel Hotel Den Haag Marina Beach à Scheveningen et dîner 3 plats ou buffet le deuxième soir
- 1 entrée au Keukenhof
- 1 visite guidée de Gouda, y compris
- le marché aux fromages (1 h 30)
- 1 déjeuner à 3 plats à Gouda
- Ramassage à domicile de tous les participants
- Assurance annulation 4* All-In (Foyer)

# Mallorca
*Majorque*

Foto: Pixabay.com// ThomasVitali

**Mo - Mo**
***Lu - Lu***
**19.10 - 26.10**

Details bei Anmeldung
Détails lors de l'inscription

€ Doppelzimmer/
chambre double
1.600 € /Pers *

Einzelzimmer/
chambre simple
1.900/Pers *

Hipotels Flamenco ****
Calla Millor

Ekipp Club

**DE//**Mallorca, die spanische Baleareninsel im Mittelmeer begeistert mit seinen weißen Sandstränden, steilen Felsklippen und malerischen Bergdörfern. Die Insel verbindet mediterrane Lebensfreude mit Kultur und atemberaubender Natur.

Unser Hotel, das Hipotels Flamenco **** Calla Millor, liegt direkt am langen Sandstrand mit tollem Panoramablick. Zwei Pools und ein Wellnessbereich laden zum Entspannen ein. Außerdem bietet das Hotel ein Animationsprogramm, Shows und Live Musik.

Während 8-Tagen bereisen wir die Insel, genießen die Sonne, erfreuen uns guter Gesellschaft und nehmen uns Zeit für Momente der Entspannung. Es ist uns ein Anliegen, in der Gruppe ein paar schöne gemeinsame Urlaubstage zu erleben. Das Programm, mit diversen Ausflügen ist im Preis inbegriffen. Wollen Sie lieber auch mal Zeit für sich, ist auch das kein Problem. Unsere Devise lautet: "Alles kann - nichts muss".

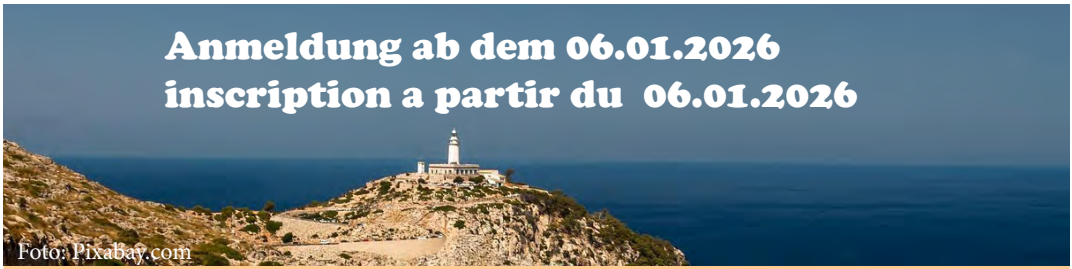
Nehmen Sie sich eine Auszeit vom Alltag. Zwischen lebendigen Küstenorten und stillen Naturparadiesen finden auch Sie ihre persönlichen Lieblingsplatz.

**FR//** *Majorque, l'île espagnole des Baléares située en Méditerranée, séduit par ses plages de sable blanc, ses falaises spectaculaires et ses villages de montagne pittoresques. L'île allie la joie de vivre méditerranéenne à la culture et à une nature à couper le souffle.*

*Notre hôtel, l'Hipotels Flamenco **** Calla Millor, est situé directement sur la longue plage de sable et offre une vue panoramique imprenable. Deux piscines et un espace bien-être vous invitent à la détente. L'hôtel propose également un programme d'animations, des spectacles et de la musique live.*

*Pendant 8 jours, nous parcourons l'île, profitons du soleil, apprécions la bonne compagnie et prenons le temps de nous détendre. Notre intention est de vous offrir quelques jours de vacances agréables et de vivre des moments conviviaux en groupe. Le programme, qui comprend diverses excursions, est inclus dans le prix. Si vous préférez passer du temps seul, ce n'est pas un problème. La devise est la suivante : tout est possible, rien n'est obligatoire.*

*Faites une pause dans votre quotidien. Entre les villages de bord de mer et les paradis naturels tranquilles, vous trouverez vous aussi votre endroit préféré.*




*** Im Preis inbegriffen:**

- Hin- und Rückflug mit Luxair
- Transfer vom Flughafen zum Hotel
- 7 Nächte mit Halbpension im Zimmer mit seitlichem Meerblick und Balkon
- Frühstück und Abendessenbuffet
- Kurtaxe
- Ausflüge laut Programm

**Nicht inbegriffen:**

- Reiserücktrittsversicherung
- alle oben nicht genannten Leistungen

***Details zum Programm Anfang März.***

****Inclus dans le prix:***

- Vol aller-retour avec Luxair
- Transfert de l'aéroport à l'hôtel
- 7 nuits en demi-pension dans une chambre avec vue latérale sur la mer et balcon
- Petit-déjeuner et dîner buffet
- Taxe de séjour
- Excursions selon le programme

**Non compris:**

- Assurance annulation
- Toutes les prestations non mentionnées ci-dessus

**Détails du programme début mars.**

# Indoorcycling
*Indoorcycling*

Foto: Club Haus an de Sauerwisen

**Mo/Lu**
09h30 - 10h30

**Mi/Me**
17h30 - 18h30

Club Haus

€ 55€/ 7 Séances

Valerie

alle Sprachen / *toutes langues*

**DE//** Beim Indoorcycling oder Spinning handelt es sich um ein Training, welches auf stationären Fahrrädern, den sogenannten Indoorbikes mit Musik ausgeführt wird. Trainiert wird unter Anleitung eines Trainers. Die tatsächliche Höhe des Widerstands wählt jedoch jeder Fahrer selbst. Somit ist Indoorcycling auch für Anfänger geeignet.

**FR//** *Entraînement sur vélo (Indoor bikes) avec musique et entraîneur.*

# Komm: Danz mat!

*Komm danz mat!*

Foto: Pixabay.com

**Mo/Lu**
15h00 - 16h00

Club Haus

€ 30€/ 10 Séances

Ilona Pelletier

alle Sprachen /
*toutes langues*

**DE//** Seniorentanz ist eine eigenständige Tanzdisziplin, die den Veränderungen im Alter Rechnung trägt. Auch neu choreografierte Tänze gehören zum Repertoire. Die Art der Choreografien und des Stundenaufbaus ermöglichen und fördern den Austausch, die Kommunikation zwischen den Tänzer/innen und das Gemeinschaftsgefühl.

**FR//** *Danse pour seniors dans un cadre convivial au Club Haus an de Sauerwisen.*

# Pilates
*Pilates*

Foto: Pixabay.com

**Di/Ma**
09h00 - 10h00

Club Haus

€ 120€/ 10 Séances

France Leclerq

FR

**DE//** Wer Pilates trainiert, ändert bald seine Bewegungs- und Haltungsgewohnheiten und nimmt so das Training mit in den Alltag. Auch können viele der Pilates-Übungen wirkungsvoll während der üblichen Tagesaktivitäten oder anderen Sportarten genutzt werden. Menschen, die Pilates trainieren wirken größer, aufrechter, gelassener und schlanker - einfach natürlicher.

**FR//** *Pilates est un entraînement corporel. Les mouvements du Pilates peuvent être très utiles dans la vie quotidienne.*

# Therapeutisches Yoga
*Yoga thérapeutique*

Foto: Pixabay.com

**Di/Ma**
19h30 - 20h30

Club Haus

€ 120€/10 Séances

Nathalie Bertoni

FR/LU

**DE//** Beim therapeutischen Yoga werden Yogatechniken eingesetzt um Menschen mit körperlichen, geistigen oder emotionalen Problemen zu helfen. Obwohl es in Gruppen praktiziert wird, ist es ein individueller Ansatz, der auf die besonderen Bedürfnisse jeder einzelnen Person zugeschnitten ist.

**FR//** *Le yoga thérapeutique utilise des techniques de yoga pour aider les personnes ayant des problèmes physiques, mentaux ou émotionnels. Le yoga se pratique en groupe, il s'agit d'une approche individualisée et adaptée aux besoins spécifiques de chaque personne.*

# Fit am Alter

*Gymnastique douce*

Foto: Pixabay.com

**Mi/Me**
09h15 - 10h15

Club Haus

€ 55€/ 7 Séances

Ilona Pelletier

LU/FR

**DE//** Tun Sie etwas für ihr körperliches Wohlergehen. Unsere Gymnastik-Übungen trainieren Kraft, Beweglichkeit und Koordination. Wer seinen Körper fit hält, hat gute Chancen, länger beschwerdefrei, selbstständig und mobil zu bleiben. Deshalb ist Gymnastik auch im Alter wichtig.

**FR//** *Faites quelque chose pour votre bien-être physique. Les exercices de gymnastique que nous proposons entraînent la force, la mobilité et la coordination. En maintenant son corps en forme, on a de bonnes chances de rester plus longtemps sans douleurs, autonome et mobile. C'est pourquoi la gymnastique est également importante pour les personnes âgées.*

# Back Care
*Back Care*

Foto: Pixabay.com

**Do/Je**
09h00 - 10h00

Club Haus

€ 120€/ 10 Séances

Louis Harter

FR

**FR//** *Le cours idéal pour reprendre une activité, dans le but de soulager ou prévenir le mal de dos. Une heure durant, remettez votre dos en mouvement, renforcez ses muscles profonds, épargnez-le par un travail abdominal puis libérez les tensions accumulées par des étirements spécifiques.*

*Ce programme n'est pas spécifique pour les personnes ayant des problèmes de dos, mais aussi pour les personnes souhaitant prévenir l'apparition de douleurs.*

*apprendre à mieux connaitre son dos/ augmenter l'endurance et la mobilité/ augmenter votre flexibilité/ renforcer les muscles du dos et la ceinture abdominale/ soulager les douleurs*

# Treppeltour mam Francis
*Randonée avec Francis*

Foto: Club Haus an de Sauerwisen

**Mi/Me**
08h45 - 11h00

**Fr/Ve**
08h45 - 11h00

**So/Di**
08h45 - 11h00

bitte bei Interesse im Club melden
*Veuillez contacter le Club si vous êtes intéressé*

€ gratis/*gratuit*

Francis Lefévre (Benevole)

alle Sprachen/ *toutes langues*

**DE//** Wir treffen uns zu einer gemeinsamer Wanderung durch das Kayldall. Sie werden sicherlich neue Wege entdecken und neue Bekanntschaften schliessen. Bitte tragen Sie festes Schuhwerk und vergessen Sie Ihre Wasserflasche nicht. Wanderstöcke können Sie je nach Vorliebe nutzen.

**FR//** *Nous nous retrouvons pour une randonnée commune à travers le Kayldall. Vous découvrirez certainement de nouveaux chemins et ferez de nouvelles connaissances. Veuillez porter des chaussures solides et n'oubliez pas votre bouteille d'eau. Vous pouvez utiliser des bâtons de randonnée selon vos préférences.*

# Individueller Gerätezirkel
*cercle d'appareils individuel*

**Mo - Fr**
**Lu - Ve**
08h00 - 12h00

Club Haus

€ 25€ / 35€ / Monat
*25€/35€ / mois*

Ekipp Club

alle Sprachen /
*toutes langues*

**DE//** Dieser Gerätezirkel bietet Ihnen die Möglichkeit individuell ihre körperliche Fitness zu trainieren. Unser Gerätezirkel ist so aufgebaut, dass er verschiedene Trainingsreize simulieren kann: langsame Bewegungen erzeugen sanften Widerstand; schnelle Bewegungen erzeugen größeren Kraftaufwand.Diese präzise Steuerung hilft Ihnen in Ihrem individuellen Training, um Ihre Alltagsbewegungen zu verbessern. Auf Grund der unterschiedlichen Reize wird ein Muskelaufbau in verschiedenen Phasen ermöglicht.

**FR//** *Ce cercle d'appareils vous offre la possibilité d'entraîner votre condition physique individuellement. Notre cercle d'appareils est conçu de manière à pouvoir stimuler différents stimuli d'entraînement : des mouvements lents produisent une résistance douce ,des mouvements rapides produisent un effort plus important. Ce contrôle précis vous aide dans votre entraînement individuel afin d'améliorer vos mouvements quotidiens. Les différents stimuli permettent de développer les muscles en différentes phases.*

# Reflexologie
*Réflexologie*

Foto: Pixabay.com

**Di/Ma**
**Mi/Me**
auf Anfrage/*sur RDV*

Club Haus

€ 35€/ 30 min
65€/60 min

Claudine Vereecke

FR/LU

**DE//** Die Fuß-Reflexologie basiert auf der Erkenntnis, dass es für jedes Organ und jeden Bereich des Körpers eine entsprechende Zone am Fuß gibt. Berühren wir diese mit Druck- oder Massagetechniken, so wird der gesetzte Reiz durch Nerven und Energiezonen an entsprechend andere Körperareale weiter geleitet.

**FR//** *Cette pratique de massage des pieds millénaire, dont les origines orientales sont identiques à celle de l'acuponcture, permet de détendre, d'harmoniser, de stimuler et de tonifier aussi bien le corps ainsi que l'esprit.*

# Massagen
*Massage*

**Mo/Lu**
**05.01; 02.02; 02.03**
auf Anfrage/*sur RDV*

Club Haus

€ 70€ / 60 min

Lisa Macis

FR

**DE//** Eine Massage beruhigt Körper und Geist, indem sie uns in einen Moment der Entspannung versetzt.

**FR//** *Le massage apaise le corps et l'esprit, en nous remettant dans un moment de détente.*

# Erzählen Sie, wie es damals war
# Racontez comment c'était autrefois

**Deemools**
Eis
Geschicht(en)

Für die Internetseite deemools.lu, die sich im Aufbau befindet, sammeln wir Zeitzeugenberichte, um ein lebendiges Bild der Vergangenheit zu bewahren und für alle zugänglich zu machen.

*Pour le site internet deemools.lu, actuellement en construction, nous recueillons des témoignages pour préserver une image vivante du passé et la rendre accessible à tous.*

**Werden Sie Zeitzeuge und teilen Sie Ihre Erinnerungen zu Themen wie:**

- Alltag auf dem Land oder in der Stadt
- Schule, Ausbildung, Beruf
- Traditionen, Freizeit und Vereinsleben
- Gesellschaftlicher Wandel: Infrastrukturen, Mobilität, Zuwanderung, kulturelle Vielfalt

**Video-Interview** an einem Ort und in der Sprache Ihrer Wahl.

***Devenez témoin de votre époque et partagez vos souvenirs sur des sujets tels que :***

- *Le quotidien à la campagne ou en ville*
- *L'école, la formation, les métiers*
- *Les traditions, les loisirs, la vie associative*
- *L'évolution de la société : infrastructures, mobilité, immigration, diversité culturelle*

***Entretien filmé** au lieu et dans la langue de votre choix.*

Infos: 36 04 78-44 (GERO) oder/ou
89 93 31-202 (Naturpark Öewersauer)

Eine Initiative von /
Une initiative de

gero KOMPETENZZENTER FIR DEN ALTER
NATURPARK ÖEWERSAUER
uni.lu UNIVERSITÉ DU LUXEMBOURG
C²DH LUXEMBOURG CENTRE FOR CONTEMPORARY AND DIGITAL HISTORY

Mit der Unterstützung von /
Avec le soutien de

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

In Zusammenarbeit mit /
En collaboration avec

club aktiv +

# Individueller Computer & Handykurs

*Cours d'informatique individuel*

Foto: Pixabay.com

**auf Anfrage/ *sur RDV***

Club Haus

€ 15€/ 60min

Raymond Colling

LU/DE/FR

**DE//** Haben Sie Fragen zu Ihrem neuen Handy, Laptop oder Tablet? Möchten Sie wissen, wie man einen Text auf dem Computer schreibt, oder mit den einzelnen Progammen arbeitet?Wie bewege ich mich sicher durch das Internet, oder wie lese ich meine Mails auf dem neuen Handy?

**FR//** *Avez-vous des questions par rapport à votre gsm, laptop ou tablet? Voulez-vous savoir comment dactylographier ou travailler avec différents programmes?Comment surfer sur l'internet ou lire les mails?*

# Denksport
*Excercices de memoire*

Foto: Pixabay.com

**Di/Ma**
10h00 - 11h00

Club Haus

€ gratis/gratuit

Jessy Muller

LU/DE

**DE//** In einer gemeinsamen Runde können Sie mit verschiedenen Übungen, Aufgaben und Spielen Ihre Merkfähigkeit verbessern, ohne jeglichen Leistungsdruck. Spannende Rätsel, knifflige Aufgaben und Tricks verhelfen Ihnen Ihr Denkvermögen zu trainieren, denn auch hier gilt, wer rastet der rostet.

Die Aufgaben sind größenteils auf Luxemburgisch und Deutsch

**FR//** *Exercer votre mémoire grâce à différents exercices. Cours en luxembourgeois avec exercices en allemand.*

# Spilltreff am Club

*Jeux de société au Club*

**Di/Ma**
14h00 - 17h00

**Do/Je**
14h00 - 17h00

Club Haus

€ gratis/gratuit

Ekipp Club

alle Sprachen /
*toutes langues*

**DE//** Rummikub, Scrabble, Kartenspiele und vieles mehr! In der Gemeinschaft mit netten Menschen zusammen zu sein - was gibt es Schöneres! Als zusätzliches Angebot bieten wir Ihnen auch einen guten Kaffee mit einer kleinen Leckerei an. Lassen Sie sich überraschen!

**FR//** *Rummikub, Scrabble, jeux de cartes et bien plus encore ! Passez un agréable après-midi en jouant des jeux de société. On vous sert du café accompagné de friandises. Laissez-vous surprendre.*

# Bicherwuerm
*Bicherwuerm*

Foto: Pixabay.com

**Di/Ma**
**06.01; 03.02; 03.03**
15h00 - 16h30

Club Haus

€ gratis/*gratuit*

Malou Wozniak (Benevole)

LU/DE/FR

**DE//** Wir laden Sie ein, sich in lockerer Atmosphäre über eines der schönsten Hobbies auszutauschen, das es gibt: über Bücher! Neben Buchbesprechungen planen wir auch Ausflüge zu Leseorten oder Büchermärkten. Wenn Sie interessiert sind: sprechen Sie uns einfach an.

**FR//** *Nous vous invitons à échanger, dans une atmosphère détendue, l'un des plus beaux hobbies qui existe: les livres! En plus des critiques de livres, nous prévoyons également des sorties à des endroits de lecture ou des marchés de livre. Si vous êtes intéressé: contactez-nous!*

# Liesmëtteg mat de Kanner

*Raconte-moi une histoire*

Foto: Club Haus an de Sauerwisen

**Do/Je**
**15.01; 12.02; 12.03**
14h30 - 16h00

Club Haus

€ gratis/*gratuit*

Sylvie & Miss Sophie (Benevole)

LU

**DE//** Unsere Geschichtenerzählerin Sylvie nimmt die Kinder aus dem Cycle 1 der Maison relais „Roude Fiels“ an diesem Nachmittag auf eine spannende Reise in die Welt der Märchen mit. Sie sind herzlich willkommen den Geschichten mit oder ohne ihre Enkelkinder zu lauschen. Sollten auch Sie interessiert sein, den Kindern vorzulesen, sprechen Sie uns gerne an.

**FR//***Notre conteuse Sylvie propose cet après-midi aux enfants du cycle 1 de la maison relais “Roude Fiels” un voyage passionnant dans le monde des contes*

# Handarbeschtstreff
*Tricoter ensemble*

Foto: Club Haus an de Sauerwisen

**Mi/Me**
14h00 - 17h00

Club Haus

€ gratis/*gratuit*

Staus Milly
(Benevole)

alle Sprachen /
*toutes langues*

**DE//** Sie häkeln und stricken gerne und haben Freude am geselligen Zusammensein? Wir laden Sie herzlich zum „Handaarbechtstreff“ ein. Wenn Sie möchten, können Sie ihre Handarbeiten spenden. Bitte bringen Sie ihre eigenen Materialien mit. Falls Sie noch nicht so geübt sind, haben Sie die Möglichkeit Ratschläge von erfahrenen Strickerinnen und Häkelinnen zu bekommen.

**FR//** *Vous aimez tricoter et crocheter? Nous vous invitons au « Handaarbechtstreff » dans le « Club Haus an den Sauerwiesen » . Bonnets, écharpes, chaussettes, couvertures, il n’y a pas de limites à votre créativité. Vous pouvez faire don de votre travail.*

# Nähkurs im Club
*Cours de couture au Club*

Foto: Pixabay.com

**Mi/Me**
**14.01 - 25.03**
13h00 - 16h00

Club Haus

€ 200€ /9Kurse/*cours*

Petit Mireille

spätestens 07.01
*au plus tard le 07.01*

FR

**DE//** Ob Sie Anfänger oder Fortgeschritten sind an diesen Nachmittagen haben sie die Möglickeiten ihrer Fähigkeiten im Nähen zu verbessern.
Sie wählen selbst Ihre Projekte aus. Frau Petit unterstützt Sie mit Rat und Tat. Bringen Sie bitte Ihre eigene Nähmaschine mit.

**FR//** *Que vous soyez débutante ou avancée, ces après-midis vous permettront d'améliorer vos compétences en couture.*
*Vous choisissez vous-même vos projets. Mme Petit se tient à votre disposition pour vous aider et vous conseiller. Apportez votre machine à coudre.*

kein Kurs am/ pas de cour le 18.02 & 25.02

# Sangtreff
*Chanter ensemble*

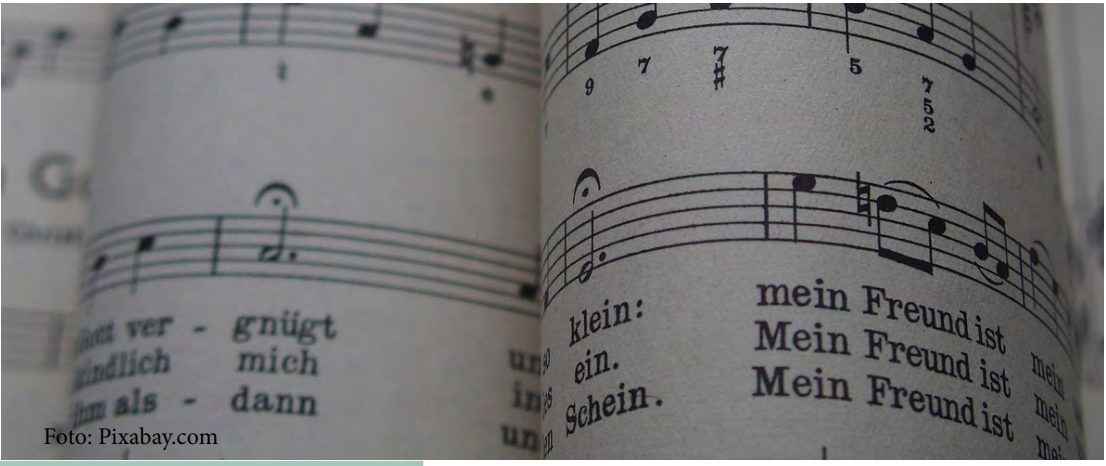


Foto: Pixabay.com

**Fr/Ve**
**06.02; 06.03**
14h30 - 17h00

Club Haus

€ gratis/*gratuit*

Thiel Milly
(Benevole)

LU/FR/DE

**DE//** Wir treffen uns einmal im Monat im Club Haus an de Sauerwisen und erleben einen tollen Nachmittag mit Gesang - egal ob auf luxemburgisch, deutsch oder französisch - wir singen alles was uns Freude macht. Zu allen Liedern begleitet uns M. Francis Lefèvre mit seinem Akkordeon und bringt damit eine besonders schöne Stimmung in unseren Sangtreff.

**FR//** *Une fois par mois, on se rencontre pour chanter au Club Haus an de Sauerwisen. Les chansons sont en luxembourgeois, français, allemand et anglais, on chante pour le plaisir.*

# Bowling
*Bowling*

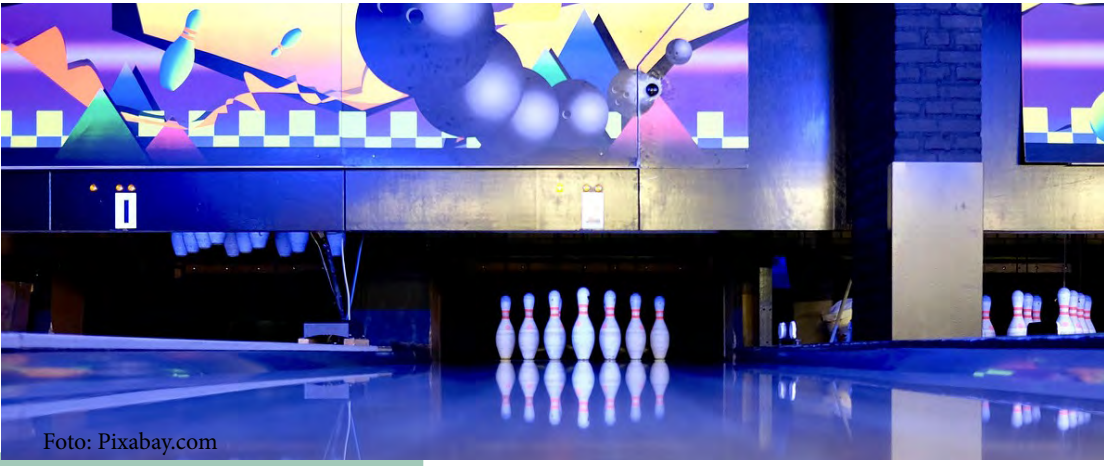


Foto: Pixabay.com

**Fr/Ve**
**16.01; 13.02; 13.03**
14h30 - 16h00

X-Trem Bowling
(11 Rue du Brill,
3898 Foetz )

€ zu zahlen vor Ort/
*a payer sur place*

Bévévole

min. 2 Tage vorher
min 2 jour avant

alle Sprachen /
*toutes langues*

**DE//** Verbringen Sie einen lustigen Nachmittag mit uns auf der Bowlingpiste in Foetz! Aufgeteilt auf 3 Pisten können sie 3 Serien Bowling spielen.

**FR//** *Venez passer un moment exceptionnel de divertissement avec nous au Bowling à Foetz.*

# En Oppent Ouer
*A votre ecoute*

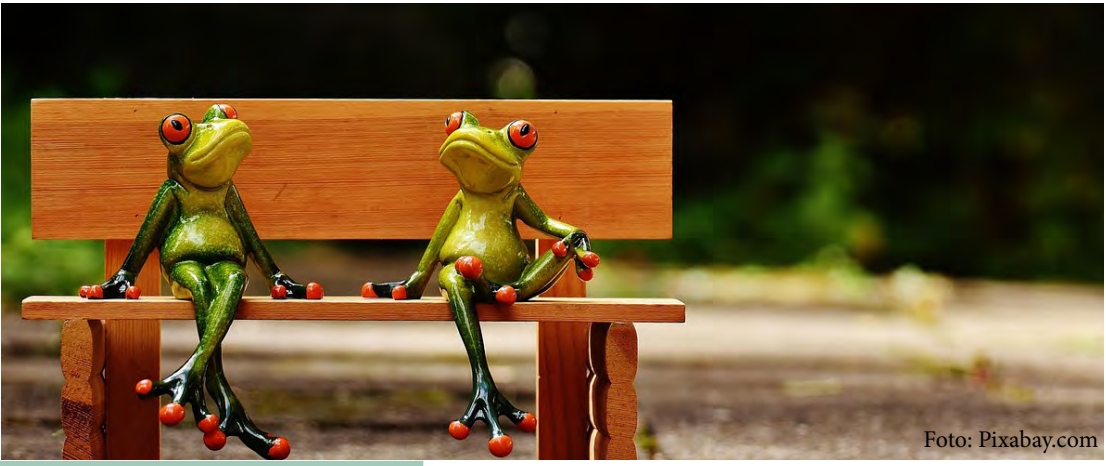


Foto: Pixabay.com

**auf Anfrage/ *sur RDV***

Club Haus

€ gratis/*gratuit*

Psychologin Rosy Schlesser (Benevole)

LU/FR

**DE//** Wer kennt das nicht ? Man will eine Entscheidung treffen, einen Konflikt lösen oder man fühlt sich einfach nur unwohl... Die Gedanken drehen sich im Kreis. Oft ist es entlastend, wenn jemand einfach zuhört. Ein anderer Blick hilft schwierige Situationen neu zu beleuchten und alternative Wege zu finden. Jedes Einzelgespräch ist vertraulich und kostenlos. Terminvergaben über das Club Haus oder per SMS 621 49 49 59.

**FR//** *Un entretien individuel aide à prendre des décisions, à résoudre des conflits et permet de se sentir plus à l'aise au quotidien. Toute rencontre est confidentielle et gratuite.* Prise de rendez-vous au Club Haus ou par SMS 621 49 49 59

# Kachtreff
*Kachtreff*

Foto: Pixabay.com

**Fr/Ve**
**20.03**
11h30 - 14h00

Club Haus

€ 15€
3 Gänge, Ohne Getränke
*3 plats, hors boissons*

Ekipp Club

min 1 Woche vorher
*min 1 semaine avant*

alle Sprachen /
*toutes langues*

**DE//** Einmal im Monat kocht das Team des Club Haus an de Sauerwisen für Sie. In gemütlicher Runde genießen Sie ein von uns zusammengestelltes, geschmackvolles Essen - meist basierend auf den Zutaten der Saison und regionalen Produkten.

**FR//** *Une fois par mois, le personnel du Club Haus an de Sauerwisen se fait un plaisir de cuisiner pour vous.*

*20.03 : Lasagne*

**ausserdem/ en outre:**
*16.01 Brunch/Brunch*
*5.02 Hierkenowend/Soirée harengs*

# Patt fir dat neit Joer
*Réception du Nouvel An*

Foto: Club Haus an de Sauerwisen/ Canva.com

**So/Di 11.01**
15h00 - 17h00

Club Haus

€ gratis/*gratuit*

Ekipp Club

alle Sprachen / *toutes langues*

**DE//** Auch in diesem Jahr möchten wir mit Ihnen auf das Neue Jahr 2026 anstoßen! Dieser gemeinsame Nachmittag bietet uns die Möglichkeit, allen Menschen, die uns im Jahr 2025 begleitet und unterstützt haben, einmal ein großes Dankeschön zu sagen! Ohne euch wäre vieles oftmals nicht möglich gewesen!

**FR//** *Cette année encore, nous aimerions trinquer avec vous à la nouvelle année 2026! Cet après-midi nous offre l'occasion de dire un grand merci à toutes les personnes qui nous ont accompagnés et soutenus en 2025 ! Sans vous, beaucoup de choses n'auraient souvent pas été possibles!*

# Gesondheets Woch am Club Haus an de Sauerwisen

| Mo/Lu 12.01.2026 | Ma/Di 13.01.2026 | Mer/Mi 14.01.2026 | Je/Do 15.01.2026 | Ve/Fr 16.01.2026 |
|---|---|---|---|---|
| 9h30 - 10h30 Indoorcycling | 9h00 - 10h00 Pilates | 8h45 - 11h00 Treppeltour mam Francis | 9h00 - 10h00 Back Care | 8h45 - 11h00 Treppeltour mam Francis |
| 15h00 - 16h00 Danz mat! | 10h00 - 11h00 Denksport | 9h15 - 10h15 Fit am Alter | 10h00 - 11h00 Energieballs | 9h00 - 11h00 Relaxe Moien |
| Sur RDV Massages | 19h30 - 20h30 Yoga thérapeutique | 10h00 - 11h00 Atelier Reflexologie | | 11h00 - 14h00 Brunch |
| | | 17h30 - 19h30 Indoorcycling Marathon | | 19h00 - 21h00 Vortrag Patiente-verfügung |

Gratis Sportkurse während unserer Gesundheitswoche. Kommen Sie für Sport - bleiben Sie für Gesellschaft!

Des cours de sport gratuits pendant notre semaine de santé. Venez pour le sport - restez pour la convivialité!

Scannen um unser vollständiges programm zu entdecken

Scanner pour découvrir notre programme

Club Haus an de Sauerwisen

# Atelier Reflexologie

*Atelier Reflexologie*

Foto: Pixabay

**Mi/Me 14.01**
14h00 - 16h00

Club Haus

€ gratis/*gratuit*

Claudine Vereecke

spätestens 12.01
*au plus tard le 12.01*

FR

**FR//** *Stimulation du système immunitaire et diminution des inflammations par la réflexologie palmaire et points shiatsu:*

*Durant cet atelier vous apprendrez à repèrer et travailler différentes zones de la main,du bras pour relancer la circulation sanguine et lymphatique,énergiser differents organes qui permettent l élimination des toxines de votre corps.*

Gesondheets-Woch

# Energie Balls
*Energie Balls*

Foto: Pixabay

**Do/Je 15.01**
10h00 - 11h00

Club Haus

€ gratis/*gratuit*

Ekipp Club

spätestens 10.01
*au plus tard le 10.01*

alle Sprachen /
*toutes langues*

**DE//** In diesem Workshop lernen Sie, verschiedene gesunde Energy Balls ganz einfach selbst herzustellen. Die kleinen Snacks sind schnell zubereitet, benötigen nur wenige Zutaten und bestehen ausschließlich aus natürlichen, nährstoffreichen Lebensmitteln. Natürlich dürfen Sie alle selbstgemachten Snacks mit nach Hause nehmen – bringen Sie dafür bitte eine Tupperdose mit.

**FR//** *Dans cet atelier, vous apprendrez à préparer facilement différentes energy balls saines. Ces petites bouchées se réalisent rapidement, avec peu d'ingrédients, et uniquement à partir d'aliments naturels et nutritifs.*
*Vous pourrez bien sûr emporter toutes vos créations chez vous – pensez simplement à apporter une boîte hermétique.*

Gesondheets-Woch

# Auszeit für Körper und Geist

*Un moment de détente pour le corps et l'esprit*

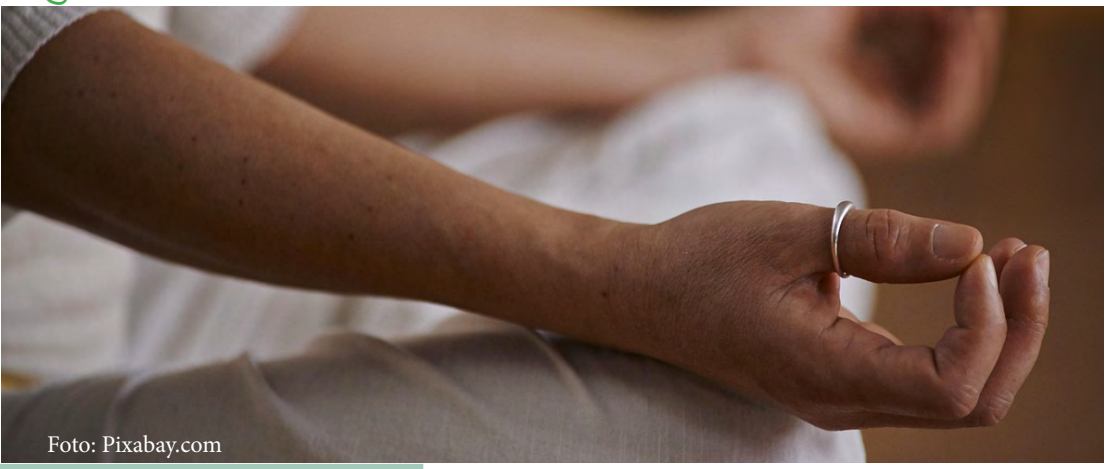


Foto: Pixabay.com

**Fr/Ve 16.01**
09h30 - 10h30

Club Haus

€ gratis/*gratuit*

Jessy Muller

spätestens 12.01
*au plus tard le 12.01*

LU

**DE//** Lassen Sie sich bei einer geführten Meditation in die Entspannung begleiten. Im Anschluss lösen wir gezielt Verspannungen mit der Progressiven Muskelrelaxation.
Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie ein Kissen sowie eine Decke mit, um es sich richtig gemütlich zu machen.

Nach dieser Auszeit haben Sie die Möglichkeit an unserem Brunch teilzunehmen (S. 41).

**FR//** *Laissez-vous guider par une méditation apaisante, suivie d'une séance de relaxation musculaire progressive pour relâcher les tensions en douceur. Portez des vêtements confortables et pensez à apporter un coussin ainsi qu'une couverture pour vous installer agréablement.*
*Après cette parenthèse de bien-être, vous pouvez nous rejoindre pour déguster un brunch ensemble (P. 41)*

Gesondheets-Woch

# Brunch am Club
*Brunch au Club*

**Fr/Ve 16.01**
11h00 - 14h00

Club Haus

€ 15€

Ekipp Club

spätestens 10.01
*au plus tard le 10.01*

alle Sprachen /
*toutes langues*

**DE//** Lasst uns gemeinsam gemütlich in den Tag starten. Der Begriff Brunch stammt aus dem englischen Sprachgebrauch und ist eine Kombination aus Frühstück und Mittagessen. Lassen Sie sich überraschen, für jeden Geschmack ist etwas dabei.

**FR//** *Commençons la journée ensemble en toute convivialité. Le terme brunch fait référence à une combinaison de petit-déjeuner et de déjeuner. Laissez-vous surprendre, il y en a pour tous les goûts.*

Gesondheets-Woch

# Leschte Wëllen - Patientenverfügung

*Dernière volonté -directive anticipée*

Foto: Pixabay

**Fr/Ve 16.01**
19h00 - 21h00

Club Haus

€ gratis/*gratuit*

Omega 90

Anmeldung erwünscht
*Inscription souhaitée*

LU

## LU// Komm, mir schwätzen driwwer!

Wéi kann de Wëlle vun engem Mënsch um Enn vum Liewe respektéiert ginn, wann en net méi selwer schwätze kann? Dës Konferenz erkläert, wat eng Patienteverfügung ass, wéi eng Vertrauenspersoun hëlleft an a wéi enge Gesetzer dës Theme verankert sinn. Si weist, wéi wichteg et ass, seng Wënsch ze kennen, ze dokumentéieren an driwwer ze schwätzen – fir d'Liewe bis zum Schluss esou selbstbestëmmt wéi méiglech ze gestalten.

omega 90

# Amneville Luminescences

*Amneville Luminescences*

Foto: Club Haus an de Sauerwisen

**Mi/Me 21.01**
14h00 - ca.20h15

15h30 RUM Maartplatz
15h45 Kayl Parking Brill

€ 45€ (Entrée & Bus)

Ekipp Club

spätestens 06.01
*au plus tard le 06.01*

alle Sprachen /
*toutes langues*

**DE//** Luminescences ist ein 1,4 km langer Rundgang durch die Gänge des Zoos von Amneville, der aus über 10.000 Lichtinstallationen besteht, die Sie bei Einbruch der Dunkelheit entdecken können. Seien Sie bereit, sich auf eine neue märchenhafte Reise zu begeben, an die Sie sich noch lange erinnern werden.
Bitte achten Sie auf geeignetes Schuhwerk und bedenken Sie, dass der Weg teilweise wenig beleuchtet ist.

**FR//** *Luminescences est un parcours de 1,4 km dans les allées du zoo d'Amnéville, composé de plus de 10.000 installations lumineuses que vous pourrez découvrir à la tombée de la nuit. Soyez prêt à vous lancer dans un nouveau voyage féerique dont vous vous souviendrez longtemps. Veillez à porter des chaussures adaptées et n'oubliez pas que la visibilité est parfois réduite.*

# Schëfflenger Theater
*Théatre Schifflange*

Foto: Pixabay

**So/Di 25.01**
16h15 - ca. 20h00

16h15 Hall Polyvalent
rue Denis Netgen
L-3858 Schifflange

17h00: Theater

€ 17€ Entrée

Bénévole

max. 11 Pers

LU

**LU//** De Claude muss e geheimt Treffen tëscht dem Premier vu Lëtzebuerg an dem Diktator vu Kikistan virbereeden. En extrem wichtege Kontrakt fir déi zwee Länner soll ënnerschreiwe ginn.

Heifir huet hien dat ofgeleeënt Schlass vu senger Kusin Anna eraus gesicht. Den Agent Krämpchen, dee speziell vum Ministär ofkommandéiert gouf a sech wéi den James Bond virkënnt, soll him hëllefen. Mee d'Missioun gëtt vu Minutt zu Minutt méi komplizéiert. Eng Katastroph jot déi aner an et kënnt zu den drolegste Situatiounen.

Spannung a Laache si garantéiert !

Vill Spaass bei der neier Produktioun

"Operatioun Kamillentéi"

vum Schëfflenger Theater

# DËST ASS VILL MÉI WÉI JUST E STULL!

**Andrée BILTGEN**, Présidente de Rahna-Muppen ënnerstëtzte Leit am Rollstull | **Charles SIWEK**, Secrétaire de la Ligue CTF (Gaart an Heem)
**Paul WECKERING**, Président de la Fanfare Stroossen | **Esra LOTOLL**, Trésorière générale de la Fédération nationale des Pompiers
**Julie ERNST**, Vice-Présidente du club de gymnastique Le Réveil Bettembourg

INSPIRÉIERT IECH VUN HIRE GESCHICHTEN

## Huelt Plaz am Comité vun engem Veräin an hëlleft seng Zukunft matzegestalten!

benevolat.lu

Agence du Bénévolat

MiFa De Familljeministère

# Villeroy & Boch Welt Mettlach

*L' univers Villeroy Boch Mettlach*

Foto: Villeroy Boch Welt Mettlach

**Fr/Ve 30.01**
ca. 08h00 - 15h45

08h20 Moartplaz RUM
08h30 Eglise Tetange
8h40 Parking Brill Kayl

€ 69€ inkl. Eintritt, Menü (ohne Getränk) & Bus

Ekipp Club

spätestens 15.01
*au plus tard le 15.01*

DE/ ENG/ FR

**DE//** Im Januar 2025 eröffnete die Villeroy & Boch Welt in der alten Abtei in Mettlach seine Türen für Besucher. Auf 2 000m2 entdecken Sie Rauminszenierungen und Exponate und erhalten einen Blick hinter die Kulissen. Nach dem Besuch bleibt noch Zeit das Outlet zu entdecken. Zu Stärkung kehren wir im Mettlacher Hof ein und geniessen ein geselliges Essen.
Menüwahl bei Anmeldung. Rückfahrt gegen 14h30.

**FR//** *En janvier 2025, l'Univers Villeroy & Boch a ouvert ses portes aux visiteurs dans l'ancienne abbaye de Mettlach. Sur 2 000 m², vous découvrirez des mises en scène et des expositions et pourrez jeter un œil dans les coulisses. Après la visite, vous aurez encore le temps de découvrir le magasin d'usine. Repas convivial au Mettlacher Hof. Choix du menu lors de l'inscription. Retour vers 14h30.*

# Hierkenowend mit Live Musik

*Soirée harengs avec musique live*

Foto: Pixabay

**Do/Je 05.02**
18h00 - 21h00

Club Haus

€ 19,5€
(ohne Getränke/ hors boissons)

Ekipp Club

Musik: René AIROLDI

spätestens 19.01
*au plus tard le 19.01*

alle Sprachen /
*toutes langues*

**DE//** Unser traditioneller „Hierkenowend“ findet auch in diesem Jahr wieder statt. Lassen Sie sich an diesem besonderen Abend unsere hausgemachten,selbst eingelegten Heringen schmecken.
In gemütlicher und geselliger Atmosphäre lassen wir ein altes luxemburgisches Rezept zu neuem Leben erwachen und laden Sie ein, gemeinsam mit uns diesen kulinarischen Brauch zu feiern.

**FR//** *Notre traditionnel « Hierkenowend » aura de nouveau lieu cette année. Lors de cette soirée particulière, laissez-vous séduire par nos harengs maison, soigneusement marinés.*
*Dans une ambiance chaleureuse et conviviale, nous faisons revivre une ancienne recette luxembourgeoise, et vous invitons à célébrer avec nous cette tradition culinaire.*

# Genoss a Kultur
*Genoss a Kultur*

Foto^: Pixabay

**Fr/Ve 06.02**
ca. 12h00 - 15h30

12h00 Restaurant Gregorius
14h00 Musée Ferrum (14 rue Pierre Schiltz, Tétange)

€ zu zahlen vor Ort/ a payer sur place

Ekipp Club

spätestens 30.01
*au plus tard le 30.01*

alle Sprachen / *toutes langues*

**DE//** Im Alltag neue Menschen kennenzulernen, ist oft schwierig. Über was soll ich nur sprechen und wie finden ich Menschen mit ähnlichen Interessen? In unserer „Genoss a Kultur"- Reihe gehen wir gemeinsam in ein Restaurant und besuchen anschließend ein Ausstellung. Gesprächsstoff garantiert. Ihre Ideen sind willkommen.

**FR//** *Il est souvent difficile de faire de nouvelles connaissances au quotidien. De quoi parler, comment trouver des personnes qui partagent les mêmes intérêts ? Dans le cadre de notre série « Genoss a Kultur », nous allons ensemble au restaurant, puis nous visitons une exposition. Les sujets de conversation sont garantis. Vos idées sont les bienvenues.*

**06.02 Restaurant Gregorius & Musée Ferrum: Sneaky Sneakers – That's not FAIR!**

# Visitt Maison des aînées Diddeleng

*Visite Maison des aînées Dudelange*

Foto: Pixabay

**Di/Ma 10.02**
13h30 - 16h00

13h30 Club Haus
13h50 sur place
9, rue Pierre Dupong
L-3449 Dudelange

€ gratis/*gratuit*
+ 5€ Transport
Camionette

Ekipp Club

spätestens 02.02
*au plus tard le 02.02*

alle Sprachen /
*toutes langues*

**DE//** Kommen Sie mit uns und gewinnen Sie einen einzigartigen Einblick, wie die Maison des aînés „Grand-Duc Jean“ in Dudelange funktioniert. Lernen Sie die Einrichtungen kennen, erfahren Sie mehr über den Alltag der Bewohner und stellen Sie Ihre Fragen in einer entspannten Atmosphäre. Bei einer Tasse Kaffee und einem Stück Kuchen steht das Personal gerne für alle Ihre Fragen zur Verfügung.

**FR//** *Venez découvrir le fonctionnement de la maison des aînés „Grand-Duc Jean“ à Dudelange.Découvrez les installations, apprenez-en davantage sur la vie quotidienne des résidents et posez vos questions dans une ambiance détendue. L'équipe sera à votre disposition autour d'un café et d'un gâteau pour répondre à toutes vos interrogations.*

# Keelen „Beim Kueb“

*Partie de quilles „Beim Kueb“*

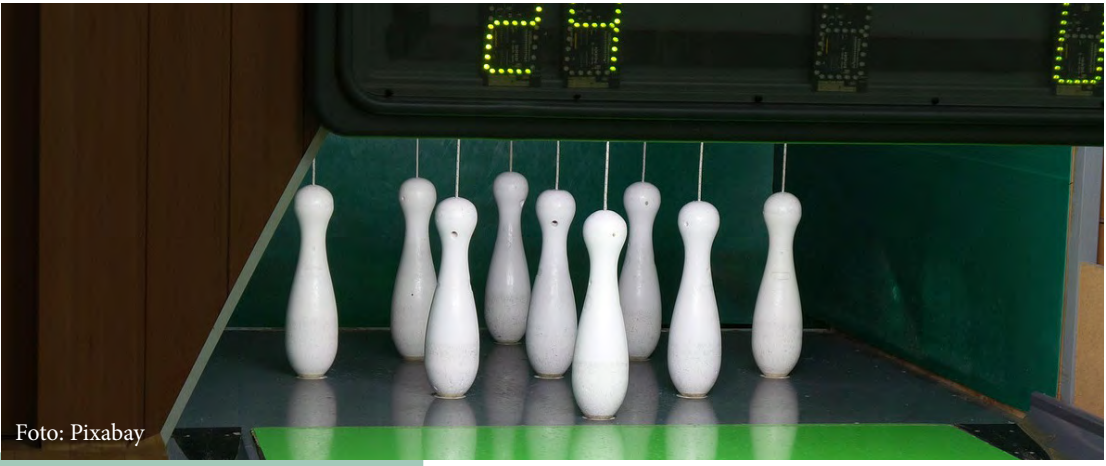


Foto: Pixabay

**Do/Je 19.02**
11h40 - 16h00

11h40 Club Haus
11h55 Restaurant

€ Essen zu zahlen vor Ort + 3€ Kegelbahn + 5€ Camionette

Ekipp Club

spätestens 06.02
*au plus tard le 06.02*

alle Sprachen / *toutes langues*

**DE//** Wir essen gemeinsam im Restaurant „Beim Kueb“, das mit seinem authentischen und traditionellen Flair überzeugt. Laut RTL gibt es dort übrigens eine der besten Kniddelen Luxemburgs! Anschließend lassen wir den Tag bei ein paar unterhaltsamen Kegelrunden ausklingen.

**FR//** *Nous déjeunerons ensemble au restaurant « Beim Kueb », réputé – selon RTL – pour ses excellents Kniddelen. Nous poursuivrons ensuite avec quelques parties de quilles dans une ambiance conviviale.*

Beim Kueb
24 Rue de Luxembourg,
4391 Pontpierre Mondercange

Halli Galli mam Baggy

# 25.02.2026

# Thé dansant

## LIVE FUESMUSEK

15H00 - 18H00

**SCHUNGFABRIK**

14 RUE PIERRE SCHILTZ, 3786
TÉTANGE

**Reservatioun iwwert:**

**CLUB HAUS AN DE SAUERWISEN**
56 40 40
sauerwisen@pt.lu

**15€**
KUCH/KAFFI/
MUSEK

Club Haus an de Sauerwisen

Eis aktuell Broschür

KÄLTEITENG

# Salzgrotte Trier
*Grotte de sel à Trèves*

Foto: Schlaf Werkstatt Trier

**Fr/Ve 06.03**
09h10 - 17h00

09h10 Club Haus
11h00 sur place

€ 20€ Entrée
+ 5 € Camionette

Ekipp Club

spätestens 23.02
*au plus tard le 23.02*

alle Sprachen /
*toutes langues*

**DE//** Wir beginnen den Tag mit einem Besuch der Trierer Salzgrotte. Sie können die wohltuende Kraft der Salzluft geniessen. Diese tut dem ganzen Körper gut und stärkt sowohl Ihre geistige als auch körperliche Leistungsfähigkeit. Anschliessend gehen wir ins Zentrum um dort gemeinsam zu essen und zu shoppen.

**FR//** *Nous visiterons la grotte de sel de Trèves pour un moment de détente et de bien-être. Ensuite, nous nous rendons au centre pour y manger et pour nous promener.*

Schlaf Werkstatt Trier
2, Ohmstraße
D- 54292 Trier

# With Love by Sandra - kreativ Atelier

*with love by Sandra - atelier créatif*

**Mo/Lu 09.03**
15h00 - 18h00

with Love by Sandra
4, rue du Houblon
L- 3729 Rumelange

€ 38€

Sandra Kihn

spätestens 02.03
*au plus tard le 02.03*
*max. 8Pers.*

alle Sprachen /
*toutes langues*

**DE//** An diesem Nachmittag besuchen wir gemeinsam Sandras Atelier, wo wir mit ihrer fachkundigen Unterstützung eine individuelle Holzkreation mit Gips gestalten. Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf. Ob Sie Ihr Kunstwerk für sich selbst gestalten oder als liebevolles Geschenk für jemand Besonderes, Ihre persönliche Note macht es einzigartig. Ob Anfänger oder erfahrener Bastelfan, alle sind herzlich willkommen!

**FR//** *Cet après-midi, nous visiterons ensemble l'atelier de Sandra, où nous créerons une œuvre unique en bois et en plâtre avec son soutien expert. Découvrez le plaisir de créer dans une atmosphère inspirante et laissez libre cours à votre créativité. Que vous réalisez votre création pour vous-même ou comme cadeau plein d'amour pour quelqu'un de spécial, votre touche personnelle la rendra unique !*

# Für Autoliebhaber- Was ist GRIDX ?

*Amateurs de voitures - Qu'est-ce que c'est GRIDX?*

Foto: Pixabay :

**Fr/Ve 27.03**
10h00 - 15h00

10h00 Club Haus
10h30 Galleria 610
@ GRIDX

€ 20€ Entrée Musée
+ 5€ Camionette

Ekipp Club

spätestens 20.03
*au plus tard le 20.03*

alle Sprachen /
*toutes langues*

**Ayrton Senna Forever**

**DE//** Entdecken Sie das markante Gebäude an der A4 in Wickrange! Im Museum Galleria 610 erleben Sie die faszinierende Welt der Automobilkultur in all ihren Facetten. Anschließend genießen wir ein gemeinsames Mittagessen in der Taste Hall, einer Foodhalle mit vielfältigem kulinarischem Angebot. Zum Abschluss schlendern wir gemütlich durchs Gebäude und lassen uns überraschen, was es dort noch alles zu entdecken gibt.

**FR//** *Découvrez le bâtiment imposant près de l'A4 à Wickrange. Nous visiterons le musée Galleria 610 et son univers automobile unique. Nous mangerons ensemble à la Taste Hall, puis nous nous baladons pour explorer le site.*

*GRIDX*
*4-6 Rue des Trois Cantons*
*L-3980 Wickrange*

Places limitées!

# MARCHE GOURMANDE

Samedi, le 25 avril 2026

L'organisateur se réserve le droit d'annuler la marche en cas d'intempérie ou d'autres circonstances.

## Wichtige Hinweise zum durchlesen!

Die Teilnahme an jeder Clubaktivität erfolgt auf eigene Verantwortung. Foyers Seniors asbl haftet nicht für Schäden oder Unfälle.
Bei sportlichen Aktivitäten sollten Sie unbedingt vorher mit Ihrem Arzt abklären, ob diese Sportart für Sie geeignet ist.
Informieren Sie in Ihrem eigenen Interesse den/die Leiter(in) der Aktivität über eventuelle Gesundheitsprobleme. Genügend trinken ist bei jeder körperlichen Tätigkeit unablässig.
Bringen Sie also unbedingt Wasser mit zu Spaziergängen, Ausflügen, sportlichen Aktivitäten.
Wenn Sie sich für eine Aktivität angemeldet haben und nicht daran teilnehmen können, kontaktieren Sie uns bitte so schnell wie möglich. Bei einer rechtzeitigen Abmeldung kann ein Interessent auf der Warteliste Ihren Platz übernehmen. Entstehen für uns Unkosten durch Ihre Absage, sehen wir uns leider gezwungen, Ihnen diese zu verrechnen.
Bei Kursabbruch und bei Abwesenheit ohne vorherige Abmeldung können wir keine Rückerstattung der Kosten leisten.
Fotos von Teilnehmern an den verschiedenen Aktivitäten können von uns zu Veröffentlichungen genutzt werden. Sollten Sie damit nicht einverstanden sein, bitten wir Sie, uns das schriftlich mitzuteilen.

## Informations importantes à lire!

*La participation à chaque activité du club se fait sous votre propre responsabilité. Foyers Seniors asbl décline toute responsabilité en cas de dommages ou d'accidents.*
*En cas d'activités sportives, vous devez impérativement consulter votre médecin au préalable pour savoir si ce sport est adapté à votre cas.*

*Dans votre propre intérêt, informez le/la responsable de l'activité de tout problème de santé éventuel. Boire suffisamment est indispensable pour toute activité physique.*
*Apportez donc impérativement de l'eau lors des promenades, des excursions, des activités sportives.*

*Si vous vous êtes inscrit à une activité et que vous ne pouvez pas y participer, contactez-nous le plus rapidement possible.*
*Si vous annulez votre inscription à temps, une personne intéressée figurant sur la liste d'attente pourra prendre votre place.*
*Si votre désistement nous occasionne des frais, nous nous verrons malheureusement dans l'obligation de vous les facturer.*

*En cas d'interruption du cours ou d'absence sans annulation préalable, nous ne pouvons pas rembourser les frais.*
*Les photos des participants aux différentes activités peuvent être utilisées par nos soins pour des publications. Si vous n'êtes pas d'accord, nous vous prions de nous le faire savoir par écrit.*

**mpressum:**
Herausgeber: Club Haus an de Sauerwisen 6, rue de la Fontaine L-3726 Rumelange
Redaktion: Club Haus an de Sauerwisen // Layout: Club Haus an de Sauerwisen

**FR//** Foyers Seniors accorde une importance primordiale à la protection de vos données personnelles.

Conformément au Règlement (UE) 2016/679 du 27 avril 2016 (RGPD), Foyers Seniors agit en tant que responsable du traitement pour toutes les données personnelles collectées dans le cadre de la gestion et de la fourniture de ses services.

La présente notice vise à vous informer, de manière transparente, sur la manière dont vos données sont collectées, utilisées, conservées et protégées.

**1. Dans quel but vos données personnelles sont-elles traitées ?**

Les données personnelles sont collectées et traitées par Foyers Seniors dans le cadre de la gestion de sa relation avec ses clients. Ces traitements reposent sur les bases légales prévues par le Règlement (UE) 2016/679 du 27 avril 2016 (RGPD), à savoir : l'exécution d'un contrat, le respect d'une obligation légale, l'intérêt légitime de Foyers Seniors ou, dans certains cas, le consentement explicite du client.

Foyers Seniors collecte et traite les données personnelles de ses clients afin d'assurer la gestion de la relation contractuelle, la fourniture des prestations demandées et le respect de ses obligations légales. Ces traitements reposent sur les bases prévues par le RGPD, notamment l'exécution du contrat, le respect des obligations légales, l'intérêt légitime de l'organisme ou, dans certains cas, le consentement explicite du client.

Les données sont utilisées pour la gestion administrative, contractuelle, comptable et financière, ainsi que pour la fourniture et l'adaptation des services proposés (activités, accompagnements, ateliers, etc.). Certaines informations spécifiques, comme celles relatives à la santé ou à la mobilité, peuvent être traitées afin d'assurer des prestations adaptées, dans le respect des garanties prévues par le RGPD.

Foyers Seniors peut également utiliser certaines données pour communiquer avec ses clients sur ses activités et nouveautés, sous réserve de leur consentement lorsque la communication revêt un caractère promotionnel ou implique l'usage de leur image. Enfin, les données peuvent être utilisées pour traiter les demandes, réclamations ou enquêtes de satisfaction, et pour satisfaire aux obligations légales et réglementaires applicables.

**2. Quelles catégories de données personnelles sont-elles traitées ?**

En fonction des services fournis, Foyers Seniors peut être amené à traiter différentes catégories de données personnelles strictement nécessaires à la gestion de la relation client et à la fourniture des prestations demandées.

Il s'agit notamment :

- de données d'identification : nom, prénom, date et lieu de naissance, nationalité, numéro d'identification national, photo ;
- de données de contact : adresse postale, adresse électronique, numéro de téléphone ;
- de données administratives et contractuelles : informations relatives aux contrats, prestations souscrites, échanges avec le client, correspondances et demandes de services ;
- de données financières et de facturation : coordonnées bancaires, montants facturés, paiements et éventuels retards de règlement ;
- de données relatives à la santé, uniquement lorsque leur traitement est indispensable pour assurer des prestations adaptées, avec les garanties renforcées prévues à l'article 9 du RGPD ;
- de données relatives à la vie sociale et aux activités : participation à des événements, préférences d'activités, informations utiles à l'accompagnement personnalisé.

Ces données sont collectées directement auprès du client ou, le cas échéant, auprès de ses représentants ou de tiers autorisés (par exemple une structure partenaire ou un organisme d'aide sociale), dans le strict respect du principe de minimisation prévu à l'article 5 du RGPD.

**3. Comment vos données personnelles sont-elles partagées ?**

L'accès à vos données personnelles est strictement réservé aux collaborateurs de Foyers Seniors habilités à les traiter dans le cadre de leurs fonctions et soumis à une obligation de confidentialité. Vos données peuvent également être communiquées à certains prestataires externes intervenant pour le compte de Foyers Seniors, tels que les prestataires informatiques et d'hébergement, les agences de voyages, les organismes de transport, d'animation, de restauration ou d'assistance, ainsi que, le cas échéant, aux partenaires institutionnels ou autorités publiques lorsque la loi l'exige.

Foyers Seniors s'assure que tous ces tiers respectent les exigences de confidentialité, de sécurité et de conformité imposées par les articles 28 et 32 du RGPD, dans le cadre de contrats de sous-traitance ou de collaboration strictement encadrés.

**4. Pendant combien de temps vos données personnelles sont-elles conservées ?**

Vos données personnelles sont conservées uniquement pour la durée nécessaire à la réalisation des finalités pour lesquelles elles ont été collectées,

et conformément aux obligations légales et réglementaires en vigueur.
À titre indicatif, les données contractuelles sont conservées pendant la durée de la relation contractuelle, puis archivées pendant 10 ans à compter de sa fin.

**5. Comment vos données personnelles sont-elles protégées ?**

Foyers Seniors met en œuvre des mesures techniques et organisationnelles destinées à garantir la sécurité et la confidentialité des données personnelles. Celles-ci incluent notamment le contrôle d'accès et la limitation des habilitations, le chiffrement et la sauvegarde sécurisée des données, la surveillance des systèmes informatiques, ainsi que la formation continue du personnel à la protection des données.
Ces dispositifs visent à prévenir tout risque de perte, d'altération, de destruction, de divulgation non autorisée ou d'accès illicite aux informations personnelles traitées.

**6. Quels sont vos droits ?**

En tant que personne physique, vous disposez de plusieurs droits concernant vos données personnelles que vous pouvez exercer dans certaines circonstances, à savoir :

- Le droit d'accès : Vous pouvez demander à tout moment l'accès aux données vous concernant ainsi qu'une copie des données ;
- Le droit de rectification : Vous pouvez demander à tout moment que les données inexactes ou incomplètes soient rectifiées ;
- Le droit à l'effacement : Vous pouvez demander que vos données soient supprimées lorsque, par exemple, les données ne sont plus nécessaires aux fins pour lesquelles elles ont été collectées ou traitées ;
- le droit à la restriction du traitement : Vous pouvez demander la limitation du traitement des données (par ex. si vous remettez en question l'exactitude des données vous concernant ou si vous vous opposez au traitement des données vous concernant) ;
- le droit à la portabilité : Vous pouvez demander de transférer vos données à un autre responsable du traitement dans un format structuré, couramment utilisé et lisible par machine, si le traitement le traitement a lieu sur la base du consentement ou d'un contrat, il s'agit d'un traitement automatisé et si vous avez fourni vous-mêmes vos données personnelles.
- Le droit de s'opposer au traitement : Vous pouvez vous opposer au traitement de vos données et retirer votre consentement, si le traitement est basé sur le consentement.

Afin d'exercer ces droits, vous êtes invités à contacter votre club directement.
Toute demande sera traitée dans un délai d'un mois et après vérification de l'identité du demandeur si besoin. Ce délai peut être étendu à deux mois supplémentaires si la demande est complexe ou en raison d'un grand nombre de demandes. Toutes les demandes seront traitées dans les limites prévues par la loi, et notamment les articles 15 à 23 du RGPD.
En cas d'insatisfaction, vous avez également le droit de déposer une plainte à tout moment auprès de la Commission nationale pour la protection des données (CNPD), l'autorité de contrôle luxembourgeoise en matière de protection des données ou de toute autre autorité de contrôle compétente d'un État membre de l'UE.

**LU//** Foyers Seniors leet e grousse Wäert op de Schutz vun Ären perséinlechen Donnéeën.
Am Aklang mam Reglement (EU) 2016/679 vum 27. Abrëll 2016 (RGPD) handelt Foyers Seniors als Responsabele fir d'Veraarbechtung vun all perséinlecher Donnée, déi am Kader vun der Gestioun an der Bereetstellung vu senge Servicer gesammelt a verschafft gëtt.
Dëst Dokument soll lech transparent erklären, wéi Är Donnéeë gesammelt, benotzt, gespäichert a geschützt ginn.

**1. Firwat ginn Är perséinlech Donnéeë veraarbecht?**

Foyers Seniors sammelt a verschafft Är perséinlech Donnéeën am Kader vun der Gestioun vun der Relatioun mat senge Clienten. Dës Veraarbechtunge baséieren op de gesetzleche Grondlage vum RGPD, nämlech: d'Ausféierung vum Kontrakt, d'Einhale vun enger gesetzlecher Verpflichtung, d'berechtegt Interessi vun der Organisatioun oder, an e puer Fäll, d'explizit Zoustëmmung vum Client.
D'Donnéeë ginn benotzt fir d'administrativ, kontraktuell, comptabel a finanziell Gestioun, souwéi fir d'Bereetstellung an Upassung vun de Servicer (Aktivitéiten, Begleedungen, Atelieren, asw.).
Verschidde spezifesch Informatioune – wéi Donnéeë bezunn op d'Gesondheet oder d'Mobilitéit – kënnen, wann néideg, verschafft ginn, fir un d'Besoine vum Client ugepasste Servicer ze garantéieren, am Respekt vun de Garantien, déi am RGPD virgesi sinn.
Foyers Seniors kann och verschidde Donnéeë benotze fir mat senge Clienten ze kommunizéieren, se iwwer Aktivitéiten oder Neiegkeeten z'informéieren, ënner der Konditioun datt d'Zoustëmmung vum Client virläit, wann d'Kommunikatioun e promotionele

Charakter huet oder d'Benotze vun engem Bild involvéiert. Schlussendlech kënnen d'Donnéeë benotzt ginn, fir Ufroën, Reklamatiounen oder Zefriddenheetsënnersichungen ze behandelen an d'Einhale vun de gesetzlechen an reglementaresche Flichte ze garantéieren.

**2. Wéi eng Kategorien vu perséinlechen Donnéeë ginn veraarbecht?**

Ofhängeg vum Service kann Foyers Seniors verschidde Kategorien vu perséinlechen Donnéeën verschaffen, déi néideg sinn, fir d'Relatioun mam Client ze geréieren an d'Prestatioune richteg auszeféieren.

Dozou gehéieren:

- Identifikatiounsdonnéeën: Numm, Virnumm, Gebuertsdatum a -plaz, Nationalitéit, national Identifikatiounsnummer, Foto;
- Kontaktdonnéeën: Postadress, E-Mail, Telefonsnummer;
- Administrativ a kontraktuell Donnéeën: Informatiounen iwwer Kontrakter, gebuchte Servicer, Kommunikatiounen a Schréftverkéier mam Client;
- Finanziell a Comptabel Donnéeën: Bankkoordinaten, verrechent Montanten, Bezuelungen an eventuell Retarden;
- Gesondheetsdonnéeën, nëmme wa se onëmgänglech si fir ugepasste Servicer ze garantéieren, am Aklang mam Artikel 9 vum RGPD;
- Sozial a participativ Donnéeën: Deelnam un Aktivitéiten, Interessen a Präferenzen, Informatiounen iwwer d'individuell Begleedung.

Dës Donnéeë ginn direkt beim Client gesammelt oder, wa passend, iwwer Vertrieder oder autoriséiert Drëtt (z. B. Partnerstrukturen oder Sozialorganisatiounen), am strikte Respekt vum Prinzip vun der Date-Minimiséierung no Artikel 5 vum RGPD.

**3. Wéi ginn Är perséinlech Donnéeën gedeelt?**

Den Zougang zu Ären Donnéeën ass strikt limitéiert op Mataarbechter vu Foyers Seniors, déi dozou autoriséiert sinn an enger Verschwiegenheetspflicht ënnerleien. Är Donnéeë kënnen och mat externe Prestatairen gedeelt ginn, déi am Numm vu Foyers Seniors handelen, wéi IT- a Hosting-Déngschter, Reesagenturen, Transport-, Restaurationns-, Animatiouns- oder Assistenzorganisatiounen, souwéi, wann néideg, mat institutioune Partneren oder ëffentlechen Autoritéiten, wa gesetzlech virgeschriwwen.

Foyers Seniors garantéiert, datt all dës Drëttparteien déi néideg Moossname fir Confidentialitéit, Sécherheet a Konformitéit mam RGPD ëmsetzen, am Aklang mat den Artikelen 28 a 32 vum Reglement.

**4. Wéi laang ginn Är Donnéeë gespäichert?**

Är perséinlech Donnéeë ginn nëmme sou laang gespäichert, wéi et néideg ass fir d'Erreeche vun de Zwecker, fir déi se gesammelt goufen, an am Aklang mat de gesetzlechen a reglementaresche Flichte gülteg. Zum Beispill ginn kontraktuell Donnéeën wärend der Lafzäit vun der Relatioun gespäichert an duerno 10 Joer no hirem Enn archivéiert.

**5. Wéi ginn Är Donnéeë geschützt?**

Foyers Seniors hëlt technesch an organisatoresch Moossnamen, fir d'Sécherheet an d'Vertraulichkeet vun Äre perséinlechen Donnéeën ze garantéieren. Dëst ëmfaasst besonnesch den Access-Control an d'Limitatioun vun den Autorisatiounen, d'Verschlësselung an déi geséchert Späicherung vun Donnéeën, d'Iwwerwaachung vun den IT-Systemer an d'weiderbildung vum Personal am Dateschutz.

Dës Moossname verhënneren all Risiko vu Verloscht, Verännerung, Zerstéierung, onerlaabtem Zougang oder Dateveröffentlechung.

**6. Wat sinn Är Rechter?**

Als betraffe Persoun hutt Dir verschidde Rechter iwwert Är perséinlech Donnéeën, déi Dir ënner bestëmmte Konditioune kënnt ausüben:

- Recht op Zougang: Dir kënnt Zougang zu Ären Donnéeë froen an eng Kopie dovun kréien;
- Recht op Beriichtung: Dir kënnt froen, datt falsch oder onkomplett Donnéeë korrigéiert ginn;
- Recht op Läschen: Dir kënnt froen, datt Är Donnéeë gelëscht ginn, wa se net méi néideg sinn;
- Recht op Aschränkung: Dir kënnt d'Veraarbechtung vun Ären Donnéeë limitéieren, z. B. wann Dir hir Genauegkeet a Fro stellt;
- Recht op Portabilitéit: Dir kënnt froen, Är Donnéeë an engem strukturéierte, maschinnliesbare Format un en anere Responsabelen iwwerdroen ze loossen, wann d'Veraarbechtung op engem Kontrakt oder Ärer Zoustëmmung baséiert;
- Recht op Widdersproch: Dir kënnt d'Veraarbechtung vun Ären Donnéeë widderspriechen oder Är Zoustëmmung zréckzéien, wa se drop baséiert.

Fir dës Rechter auszeüben, sidd Dir invitéiert, Äre Club direkt ze kontaktéieren.

All Ufro gëtt bannent engem Mount behandelt, nodeems d'Identitéit vum Ufrosteller, wa néideg, gepréift gouf. Dësen Delai ka bis zu zwee Méint verlängert ginn, wa d'Ufro komplex ass oder vill Ufroe gläichzäiteg erakommen. All Ufro gëtt am Aklang mat de gesetzleche Bestëmmungen, besonnesch den Artikelen 15 bis 23 vum RGPD, behandelt.

Am Fall vun Onzefriddenheet hutt Dir och d'Recht, eng Beschwer bei der Commission nationale pour la protection des données (CNPD) oder bei enger anerer zoustänneger Dateschutzautoritéit an engem EU-Memberstaat anzereechen.

Club Haus

# an de Sauerwisen

**Club Haus an de Sauerwisen**
6, rue de la Fontaine
L-3726 Rumelange
Tel. 56 40 40-1
sauerwisen@pt.lu

**Besicht eis Internetsäit!**

**www.sauerwisen.lu**

AGRÉMENT DU MINISTÈRE DE LA FAMILLE PA / 02 / 05 / 030

---

**Club Haus am Becheler**
15A, am Becheler
L-7213 Bereldange
Tel. 33 40 10 • becheler@50-plus.lu
www.ambecheler.lu

**Club Haus Bien Sûr(e)**
9, rue du Pont
L-6581 Rosport
Tel. 26 74 31 45 • info@biensure.lu

**Club Haus am Brill**
7, rue du Millénaire
L-8254 Mamer
Tel. 30 00 01 • clubhaus@mamer.lu
www.clubhausambrill.lu

**Club Haus op der Heed**
2, Kaesfurterstrooss
L-9755 Hupperdange
Tel. 99 82 36 • info@opderheed.lu
www.opderheed.lu

Clubhaiser

Gestionnaire Foyers Seniors a.s.b.l.

**Club Haus beim Kiosk**
11-15, rue CM Spoo
L-3876 Schifflange
Tel. 26 54 04 92 • info@beimkiosk.lu
www.beimkiosk.lu

**Club Haus am Säitert**
1, rue Jos Paquet
L-5872 Alzingen
Tel. 26 36 23 95 • info@amsaitert.lu
www.amsaitert.lu

**Treff Aal Schoul**
Maison des Générations
33A, Grand-rue
L-8372 Hobscheid
Tel. 39 01 33 501 • treff@habscht.lu
www.treffaalschoul.lu

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