PROGRAMM

Mee - August 2024

Mai - Août 2024

clubsenior
Prënzebierg

26 58 06 60

Ville de Differdange

Gemeng Käerjeng

Pétange
Motivation commune

Gemeng Suessem

Club Senior Prënzebierg | 27-29, rue Michel Rodange | L-4660 DIFFERDANGE

Fotogalerie

Musée Dräi Eechelen

Seniorefuesbal

Fueswanderung

Ostereiermarkt Schwetzingen

Péckvillercher Atelier

Léif Memberen,
Léif Frënn,

Mat vill Freed ersetzen ech säit dem 15. Januar d'Geneviève Faber als Responsabel vum Club Senior. Op dëser Plaz wëll ech him an der ganzer Equipe nach emol Merci soen, fir dee léiwen Empfang an d'Aschaffen. Och e grousse Merci un Iech, dass Där mech hei am Club esou léif empfaangen hutt. Ech wäert mäi Beschtméigleches maachen, fir d'Geneviève a senger Auszäit ze ersetzen.

A wa mer dann an déi nächst Méint erakucken, dann erwaart eis een interessante Summer mat engem flotten an ofwiesslungsräiche Programm. Definitiv ass fir jiddwereen eppes dobäi; op éischter sportlech, kulturell oder Gesellschaftleches.

Kommt all bis laanscht, mer wäre frou fir mat Iech e puer flott Stonnen ze verbréngen.

Ech wëll Iech op dëser Plaz awer och dorops hiweisen, dat säit dem 1. Mäerz all d'Club Senior'en hei am Land ënnert déi nei Bezeechnung „Club Aktiv+" falen. Dëst wäert awer um Oflaf vun eisen Aktivitéiten näischt änneren.

Anouk FRANCK
Responsabel vum Club Senior
Chargée de direction du Club Senior

Chers membres,
Chers amis,

Avec beaucoup de plaisir je remplace Geneviève Faber en tant que responsable du Club Senior depuis le 15 janvier. À cette occasion, je tiens à exprimer mes remerciements à elle ainsi qu'à toute l'équipe pour leur accueil chaleureux et leur collaboration.

Un grand Merci également à tous ceux qui m'ont accueilli si gentiment au sein du club. Je vous assure que je ferai de mon mieux pour remplacer Geneviève pendant son absence.

En regardant vers l'avenir, nous pouvons nous attendre à un été intéressant avec un programme varié et dynamique.

Il y aura certainement quelque chose pour tout le monde, que ce soit sur le plan sportif, culturel ou social. Nous vous invitons tous à nous rejoindre, nous serions ravis de passer quelques heures agréables en votre compagnie.

Je tiens à vous rappeler également qu'à partir du 1er mars, tous les clubs seniors du pays seront regroupés sous la nouvelle appellation « Club Aktiv+». Cela n'affectera cependant en rien le déroulement de nos activités.

Roberto TRAVERSINI
Präsident vun der ASBL
Président de l'asbl

De Comité

Roberto Traversini
Président

Tara Jung
Trésorière

Claudine Krippler
Secrétaire

Ginette Bintener

Nadine Breuskin

Raymonde Conter

Francine Ginepri

Madelaine Koch

Marie-Paule Mockel

Franca Romeo

Francine Zarotti

D'Personal

Anouk Franck
Chargée de direction

Jennifer Chaussy

Claudine Gansen

Patricia Fernandes

Lynn Flammang

Christiane Merker

Peggy Mischo

Angela Spagnolo

Mellt lech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Preface vun der Partnergemeng Differdange

Léiw Memberen a Frënn vum Club Senior Prënzebierg,

De Club Senior Prënzebierg bitt senge Memberen eng héichwäerteg Panoplie u kreativen, sportlechen a spillereschen Aktivitéiten, Ausflich oder gesellegen Treffen. Jiddereen, deen op esou eng Offer well zeréckgräifen, fënnt datt eent oder anert fir sech Interessantes am folgende Programm. Doriwwer eraus bitt de Club Senior Berodung, Informatioun a Weiderbildungen un. Domadder leescht de Club eng ganz wichteg Aarbecht an eiser Gesellschaft, an dat scho säit iwwer dräi Joerzéngten.

D'Seniore ginn encouragéiert, sech ze treffen an en aktiven Deel vun der Gesellschaft ze sinn. Déi villfälteg Aktivitéiten erlaben, kierperlech a mental méi fit ze bleiwen, an ë. a. och fir der Isolatioun entgéintzewierken. De soziale Mateneen ass wichteg an all Alter. Dat erkläert, datt am Laf vun de Joren d'Altersgrenz vum Club Senior ëmmer weider erofgesat gouf, esou och nees am rezente Gesetz, woumat seit dem 1. März aus dem Club Senior den Club Aktiv+ gin ass.

D'Seniorenaarbecht läit eis immens um Häerzen an ech si frou iwwert déi gutt Zesummenaarbecht tëscht dem Club Senior an der Gemeng, besonnesch mat onsem Service Senior Plus. Och an Zukunft wäerte mer dëse Wee bäibehalen a weiderhin zesumme wichteg a geselleg Projeten ëmsetzen.

Jerry HARTUNG
Schäffen, Gemeng Déifferdeng

Wëllkomm

Eise Club ass en Treffpunkt fir eeler Leit, awer och dei méi jonk si gäre wëllkomm.

Bei eis hutt där d'Méiglechkeet nei Leit kennen ze léieren, nei Erfarungen ze sammelen, u verschidden Aktivitéiten deel ze huelen oder Iech kierperlech a geeschteg fit ze halen.

Mer bidden eng Rei vun interessanten Aktivitéiten un:

- Geselleg Nomëtteger
- Fräizäitaktivitéiten a Sportofferen
- Kulturell Ausflich
- Berodung an Informatioun
- Weiderbildung a Life-Long-Learning
- Organisatioun vu sozialen a multikulturellen Projet'en

Bienvenue

Notre Club Senior est un lieu de rencontre pour les personnes âgées, mais les plus jeunes sont aussi les bienvenus.

Vous aurez la possibilité de faire de nouvelles rencontres, de nouvelles expériences, de participer à des activités ou de maintenir votre forme physique et mentale.

Nous vous proposons différentes activités:

- *Rencontres conviviales*
- *Activités de loisirs, sportives*
- *Activités culturelles*
- *Lieu de conseil et de guidance*
- *Formations et Life-Long-Learning*
- *Organisation de projets sociaux et multiculturels*

Mellt Iech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

WICHTIGE HINWEISE ZUM DURCHLESEN!

- Melden Sie sich telefonisch, per Einschreibung im Club oder per E-Mail bei uns an und überweisen Sie nach erhalt der Rechnung den entsprechenden Betrag mit der korrekten Referenz.
- Die Teilnahme an sämtlichen Clubaktivitäten erfolgt auf eigene Verantwortung. Bei sportlichen Aktivitäten sind Sie verpflichtet, im Zweifelsfall, Ihren Hausarzt um Rat zu fragen.
- Wenn Sie sich zu einer Aktivität angemeldet haben und nicht daran teilnehmen können, kontaktieren Sie uns bitte so schnell wie möglich. Bei rechtzeitiger Abmeldung machen Sie einen Platz frei für einen Interessenten auf der Warteliste.
- Entstehen uns aber Unkosten durch Ihre Absage, sehen wir uns leider gezwungen, diese zu verrechnen.
- Bei Kursabbruch und bei Abwesenheit ohne Abmeldung können wir keine Rückerstattung leisten. Bei Abmeldung am Tag der Aktivität können wir auch keine Rückerstattung leisten.
- Fotos von Teilnehmern der verschiedenen Aktivitäten werden von uns zu Veröffentlichungen genutzt. Sollten Sie damit nicht einverstanden sein, bitten wir Sie, uns das schriftlich mitzuteilen.

INFORMATIONS IMPORTANTES A LIRE!

- *Inscrivez-vous pour toute activité par téléphone, au Club ou par E-Mail et versez le montant sur notre compte avec la mention respective, après avoir reçu la facture de notre part.*
- *La participation à toute activité du Club est sous votre responsabilité. En ce qui concerne les activités sportives, contactez en cas de doute votre médecin de famille.*
- *Si vous ne pouvez plus participer, veuillez-nous en informer le plus vite possible. Nous pourrons alors donner la place libérée à une personne de la liste d'attente.*
- *Nous sommes obligés de vous facturer les frais inhérents à votre annulation.*
- *En cas d'interruption d'un cours, d'absence sans annulation, d'annulation le jour même de l'activité, nous ne pourrons pas vous rembourser.*
- *Lors de nombreuses activités, nous faisons des photos des participants. Celles-ci sont utilisées à des fins publicitaires. Si vous ne désirez pas que votre photo soit publiée, nous vous prions de nous en informer par écrit.*

Inscrivez-vous s.v.p. au ✆ 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Informatiounen iwwert äre Club Senior

Quelques informations sur votre Club Senior

Eis Adress — *Notre adresse*

CLUB SENIOR «PRËNZEBIERG»
27-29, rue Michel Rodange · L-4660 DIFFERDANGE
Tél.: **26 58 06 60** · GSM: 691 580 610
Adresse postale: B.P. 27 · L-4501 DIFFERDANGE
E-mail: info.prenzebierg@differdange.lu
Club Senior Prenzebierg · www.clubprenzebierg.lu

WhatsApp

Ëffnungszäiten — *Horaires d'ouverture*

Méindes: 13.00 bis 17.00 Auer	***Lundi: 13h00 à 17h00***
Dënschdes: 9.00 bis 17.00 Auer	***Mardi: 09h00 à 17h00***
Mëttwochs: 9.00 bis 13.00 Auer	***Mercredi: 09h00 à 13h00***
Donneschdes: 9.00 bis 17.00 Auer	***Jeudi: 09h00 à 17h00***
Freides: 9.00 bis 13.00 Auer	***Vendredi: 09h00 à 13h00***
Telefonesch si mer vun 9.00 bis 17.00 Auer ze erreechen och wann de Club zou ass.	***Nous sommes joignables par téléphone de 9.00 à 17.00 heures même si le club est fermé.***

Eise Bankkonto — *Notre compte bancaire*

CCPLLULL · IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Mellt lech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Règlements généraux sur la protection des données

Depuis le 25 mai 2018, de nouvelles mesures ont été introduites dans l'Union européenne pour protéger les données personnelles. Celles-ci doivent être reconnues et appliquées immédiatement. En tant que Club Senior, il est de notre devoir de veiller à ce que ces règles de protection des données soient respectées et nous devons vous en informer.

Comme nous stockons également des données, nous souhaitons vous assurer que ces données sont conservées en toute sécurité. En outre, vous avez le droit de consulter les données que nous avons enregistrées et de les supprimer à votre demande à tout moment. Vous pouvez également réduire le volume des données stockées et ne divulguer que ce que vous jugez nécessaire. Afin de pouvoir stocker vos données, nous avons besoin de votre entier consentement. Vous avez donc le droit de savoir pourquoi nous avons besoin de ces différentes données et à quoi elles servent.

Les données les plus importantes que nous avons stockées sont par exemple votre nom et prénom, votre numéro de téléphone et/ou de portable, votre adresse complète à domicile, votre nationalité et votre date de naissance et éventuellement votre adresse électronique. Nous avons besoin de ces informations pour vous envoyer régulièrement notre brochure, nos factures ou notre carte de membre ou pour rester en contact avec vous et pouvoir vous joindre en cas d'urgence. Les données servent également à l'établissement de statistiques, qui sont envoyées au Ministère une fois par an, mais elles ne sont pas personnelles.

Nous tenons à vous assurer que vos données ne peuvent pas être vues ou utilisées par une tierce personne. Elles sont stockées en toute sécurité dans notre système et ne seront pas transmises.

Pour le bon déroulement des activités, ainsi que des cours ou des répétitions de théâtre, une liste avec les noms et les numéros de téléphone des participants est établie pour le responsable du cours et uniquement pour celui-ci. Il lui est interdit de transmettre cette liste.

Pour les voyages à l'étranger ou à l'intérieur du pays, une liste avec les noms, les lieux de résidence, les dates de naissance et les numéros de téléphone sera également établie. Cette liste sert en premier lieu à la sécurité des personnes concernées. En cas d'urgence, le membre du personnel concerné a une bonne vue d'ensemble sur les informations importantes des personnes concernées. Pour les voyages, nous demandons toujours une copie du passeport ou de la carte d'identité ainsi que les coordonnées (nom et numéro de téléphone) d'une personne à contacter en cas d'urgence. Après le voyage, ces copies et données seront détruites immédiatement et sans exception par nos soins.

Les photos des participants aux différentes activités seront utilisées pour la publication (brochure, page d'accueil, articles, conférences et autres). Si vous n'êtes pas d'accords, veuillez-nous en informer par écrit.

Si vous avez d'autres questions concernant vos données stockées, n'hésitez pas à nous contacter. Le personnel du club senior vous donnera avec plaisir plus d'informations.

Veuillez découper et remettre personnellement au Club Senior ou l'envoyer au B.P 27 · L-4501 Differdange

Je ne suis pas d'accord avec la prise et la publication de photos.

Nom ..... *Prénom* ..... *Date* .....

Signature .....

Inscrivez-vous s.v.p. au ✆ 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Erklärungen Ikonen | *Explications icônes*

- Treffpunkt / Rendez-vous
- Präis / Prix
- No der Umeldung am Viraus ze bezuelen / Payer immédiatement aprés l'inscription
- Dauer / Durée
- Umeldung / Inscription
- Informatioun / Information
- Präis Transport / Prix transport
- Zoom Videokonferenz / Conférence Zoom

- Liicht (fir jidderee gëeegent)
  Facile (convient à chacun)
- Mëttel (Trëppelphase mat Pausen sinn ageplangt)
  Moyen (randonnée avec pauses intégrées)
- Schwéier (hei muss ee gutt ze Fouss sinn, wäit Weeër)
  Intense (ici, vous devez être bon marcheur, de longues distances)

Facebook

Dir fannt eis ënnert:
Club Senior Prenzebierg.

Kommt bis laanscht luussen.

Nom du site:
Club Senior Prenzebierg.

Découvrez-le maintenant.

Mellt lech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Wichteg Infoen zu den Inscriptiounen a Facturen

Zu den Inscriptiounen:

Fir méi eng grouss Gerechtegkeet an d'Inscriptiounen ze kréie gouf decidéiert en Datum fir den Inscriptiounsstart ze definéieren. Dëst bedeit, dass **KEE** sech virun deem Datum kann umellen, och E-Maile ginn **NET** berücksichtegt. Et ginn och keng Whatsapp Noriichten als Umeldung méi akzeptéiert.

Resuméiert heescht dat, dass Der Iech fir d'Mee-August Broschür ab dem 06.05.2024 um 9.00 Auer per Mail, Telefon oder am Club kënnt umellen, an net éischter.

Zu de Facturen:

Opgrond vu villen Annulatiounen à la dernière minute, gesi mer eis leider gezwongen haaptsächlech bei Aktivitéiten déi mir virfinanzéiere mussen (Concertsticketen, Entréeën, Vakanzen, speziell Restauranten asw.) Iech dës Käschten a Rechnung ze stellen, wann Dir Iech ofmellt a mir keen Ersatz fannen.

Dës Aktivitéiten sinn mat dëser Ikone gekennzeechent.

Datselwecht gëllt och bei Aktivitéiten, wou Iesse vun eis kaaft a preparéiert gëtt. Hei muss een sech spéitstens 1 Woch am Viraus ofgemellt hunn, anerefalls musse mer Iech awer eng Rechnung ausstellen, wa mer keen Ersatz fannen. Dëst fir einfach och de Gaspillage vum Iessen ze reduzéieren. Grousse Merci fir Äert Verständnis.

Informations importantes sur les inscriptions et les factures!

En ce qui concerne les inscriptions:

Afin d'obtenir une plus grande justice pour les inscriptions, il a été décidé de définir une date de début d'inscription. Par conséquent, ***PERSONNE*** ne peut s'inscrire avant cette date. Les emails et les messages Whatapp ne seront ***PAS*** pris en compte.

Cela signifie que vous ne pourrez vous inscrire aux activités figurant dans le nouveau programme qu'à partir du 06.05.2024 à 9h00 par mail, téléphone ou au club et pas plutôt.

En ce qui concerne les factures:

En raison de nombreuses annulations de dernière minute, nous sommes malheureusement contraints de vous facturer les frais d'annulation, notamment pour les activités que nous devons préfinancer (billets de concert, droits d'entrée, vacances, restaurants spéciaux, etc.), si nous ne trouvons pas de remplaçant.

Ces activités sont signalées par cette icône.

Pour les activités où la nourriture est achetée et préparée par nos soins, vous devez annuler au moins 1 semaine à l'avance. Sans désistement de votre part, nous vous facturerons l'activité concernée, sauf dans le cas ou votre remplacement sera assuré par une personne de la liste d'attente. Ceci pour réduire le gaspillage. Merci pour votre compréhension.

clubsenior
Prënzebierg

Sous le patronage de la
Ville de
Differdange

De Club Senior Prënzebierg lued lech all an op säi

Summerfest

20.07.2024
11h00 - 18h00

PARC GERLACHE
DIFFERDANGE

Divers stands de boissons et repas sur place

Grande Tombola

Attractions et surprises pour Grands et Petits

Tél.: 26 58 06 60
info.prenzebierg@differdange.lu

pétange
MOTIVATION COMMUNE

Gemeng
Käerjeng

GEMENG
SUESSEM

PROGRAMME de la festivité

SAMEDI, le 28 septembre 2024 à 13.30 heures

au Hall O
36, av. Parc des sports
L-4671 Oberkorn

13h30	Accueil
14h00	Mots de bienvenue
14h10	Allocutions de nos communes partenaires
14h45	Vin d'honneur offert par nos communes partenaires
15h00 - 18h00	Ambiance musicale et des spectacles, amuse-bouches, gâteau anniversaire

Pour garantir un bon déroulement inscrivez-vous s'il vous plait à l'avance au Club Senior Prënzebierg
Tél.: 26 58 06 60 · Mail: info.prenzebierg@differdange.lu

Venez nombreux(euses), nous serions heureux de célébrer cette journée avec vous.

SAVE THE DATE
Méindes, de 7. bis freides den 11. Oktober 2024

Vakanz Mallorca

Loscht mat eis an d'Vakanz ze fueren, da kommt mat op Mallorca. Genéisst déi schéin Ëmgéigend an dat gutt Wieder, sou wéi och déi ënnerschiddlech Ausflich.

Duebelzëmmer: ± 790€

Eenzelzëmmer: ± 848€

(Bus, Zëmmer, HP, Assurance, Begleedung vun 2 Mataarbechterinnen inclus am Präis)

De genaue Programm fir déi Leit wou sech am Viraus ageschriwwen hunn, gëtt Iech **dënschdes, den 30. Abrëll um 18.00 Auer** bei eisem Infoowend matgedeelt.

SAVE THE DATE
Lundi, le 7 au vendredi, 11 octobre 2024

Vacances à Majorque

Souhaitez-vous partir en vacances avec nous, dans ce cas rendons-nous à Mallorque et profitez du cadre magnifique du paysage, de la mer, ainsi que des diverses excursions.

Chambre double : ± 790€

Chambre individuel : ± 848€

(Bus, chambre, demi-pension, assurance, accompagnement de 2 membres de l'équipe inclus dans le prix)

Le programme exact, pour ceux qui se seront préinscrits, vous sera communiqué ***le mardi 30 avril à 18h00*** *lors de notre soirée d'information.*

Mellt Iech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Donneschdes, den
30. Mee, 27. Juni
25. Juli, 29. August

DigiFit an der Kaffisstuff

Dir wollt schonn ëmmer mol eng Kéier eng Tablett ausprobéieren? Mir bidden Iech heinsdo eng digital Kaffisstuff un.

Kommt bei eis an de Club, do kënnt Dir op engem geléintenen oder Ärem eegenen Tablett (Samsung oder I-Pad) alles ausprobéieren an Är éischt Erfarunge sammelen. D'Personal vum Club Senior hëlleft Iech och bei weidere Froen.

Fir dat wat Der am Club kenne geléiert hutt nach weider ze probéieren, kritt Dir och eng Tablett mat heem fir ze üben.

- **14.00 bis 16.30 Auer**
  An der Kaffisstuff
  (mat rendez-vous 1/2 Stonn)
- **25 € fir d'Ausléinen vun der Tablett**

Jeudi, le
30 mai, 27 juin,
25 juillet, 29 août

DigiFit dans la caféteria

Vous avez toujours voulu essayer une tablette? Nous vous en offrons la possibilité dans notre café numérique (DigiFit) au club.

Vous pouvez emprunter une tablette (Samsung, Ipad) ou venir avec la vôtre pour faire vos premières expériences. Le personnel se fera un plaisir de répondre à vos questions.

Pour approfondir votre expérience fait au club, vous pourrez ramener la tablette à la maison pour un tarif de location de 25 €.

- ***14h00 à 16h30***
  Pendant la Cafétéria
  (avec rendez-vous 1/2 heure)
- ***25 € pour location de la tablette***

Inscrivez-vous s.v.p. au 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Freides, de 24. Mee
Freides, den 21. Juni
Freides, den 12. Juli
Freides, den 23. August

Zoppenatelier Summer-Editioun

Mer maachen och dëst Joer nees eng Summer- Editioun Zoppenatelier a proposéieren Iech 1x de Mount zesummen ee summerleche Menü ze kachen. Um 10.00 Auer fänke mir mat de Preparatiounen un fir um 12.00 Auer d'Iessen zesummen ze genéissen.

Freides, de 24. Mee:
Quiche lorraine/végé mat Pipirrana Zalot aus Malaga, Uebstzalot

Freides, den 21. Juni:
Summernuddelszalot mat grénge Spargelen, Kokosmëllech Räis

Freides, den 12. Juli:
Mediterrane Summereintopf, Tomate Spiralen, verschidden Zorte Meloun

Freides, den 23. August:
Mauséiercherszalot mat Scampispiesschen a Pampelmouss, Hambiermuffins

10.00 Auer am Club Senior

12 €

Vendredi, le 24 mai
Vendredi, le 21 juin
Vendredi, le 12 juillet
Vendredi, le 23 août

Atelier de soupe édition d'été

Après le succès de l'atelier « soupe », nous vous proposons une fois par mois de cuisiner ensemble un repas d'été. Nous commençerons les préparations à 10h00 afin de pouvoir déguster ensemble le résultat de nos œuvres culinaires à midi.

Vendredi, le 24 mai:
Quiche lorraine/végé avec Salade Pipirrana de Malaga, salade de fruits

Vendredi, le 21 juin:
Salade de nouilles estivale aux asperges vertes, riz au lait de noix de coco

Vendredi, le 12 juillet:
Potée d'été méditerranéenne, des spirales à tomates et assortiment de melon

Vendredi, le 23 août:
salade de mâche avec des brochettes de scampis et pamplemousse, muffins aux framboises

10h00 au Club Senior

12 €

Mellt Iech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Samschdes, de 4. Mee, 18. Mee, 1. Juni, 15. Juni, 29. Juni an 13. Juli

Inklusiouns-Projet Petanque

A Collaboratioun mam Jugendtreff SABA, der Sportsfederatioun an dem Special Olympics lancéiere mer en neie Projet dee souwuel inklusiv wéi och intergenerationell wäert sinn.

Gesicht ginn dofir Leit déi Loscht hu Petanque ze spillen, an engem flotten a variéierte Kader, wou sécherlech ee vun deem aneren nach eppes ka léieren.

Loscht en Deel vun dësem innovative Projet ze ginn? Da mellt Iech bei eis un.

Ëmmer vun 10.00 bis 11.30 Auer am Boulodrome am Metzerlach

Gratis

Samedi, le 4 mai, 18 mai, 1 juin, 15 juin, 29 juin et 13 juillet

Projet inclusif pétanque

En collaboration avec le Jugendtreff SABA, la fédération sportive et les « Spécial Olympics », nous lançons un nouveau projet qui sera à la fois inclusif et intergénérationnel.

Nous recherchons donc des personnes intéressées qui souhaitent jouer à la pétanque dans un cadre sympa et varié, où on peut certainement apprendre quelque chose l'un de l'autre. Si vous souhaitez faire partie de ce projet innovant, contactez-nous.

Toujours de 10h00 à 11h30 au boulodrome de Metzerlach

Gratuit

Inscrivez-vous s.v.p. au 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Mer maache Shopping mat Mëttegiessen

Dënschdes, de 14. Mee

Shopping Möbel Martin

9.00 Auer um Parking Plateau des Hauts Fourneaux | 22 €

Freides, de 14. Juni

Shopping Zweibrücken

8.00 Auer um Parking Plateau des Hauts Fourneaux | 35 €

Dënschdes, den 9. Juli

Shopping Wemperhardt

9.30 Auer um Parking Plateau des Hauts Fourneaux | 22 €

Freides, den 9. August

Shopping Tréier

9.00 Auer um Parking Plateau des Hauts Fourneaux | 27 €

Mellt lech bei eis un wann Dir interesséiert sidd a sot eis Bescheed, wann Dir wëllt mat eis iesse goen. D'Iessen ass op der Plaz ze bezuelen.

Mellt lech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Nous faisons du shopping - avec repas

Mardi, le 14 mai

Shopping Möbel Martin

9h00 au Parking Plateau des Hauts Fourneaux | 22 €

Vendredi, le 14 juin

Shopping Zweibrücken

8h00 au Parking Plateau des Hauts Fourneaux | 35 €

Mardi, le 9 juillet

Shopping Wemperhardt

9h30 au Parking Plateau des Hauts Fourneaux | 22 €

Vendredi, le 9 août

Shopping Trèves

9h00 au Parking Plateau des Hauts Fourneaux | 27 €

Inscrivez-vous si vous êtes intéressés et précisez si vous désirez manger avec nous à midi. Payement du repas sur place.

Inscrivez-vous s.v.p. au 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Ladies'time

Mer proposéieren Iech folgend flott Aktivitéite wou fir jidderee sécher eppes dobäi ass. D'Iddi ass, sech 1 mol de Mount ënner Ladies ze treffen a gemeinsam flott Saachen ze ënnerhuelen.

Freides, den 10. Mee

Kino-Iwerraschung

Dir sidd spontan an hutt Loscht mol erëm mat oder ouni Popcorn an de Kino ze goen? De Film siche mir op der Plaz eraus. Mär fueren mam öffentlechen Transport op de Belval.

Weider Infoe kritt Där nach matgedeelt.

±17.00 Auer am Club

Freides, de 7. Juni

Heilsteine

Eng Entdeckungsrees an d'Welt vun den Heelsteng. Hei fannt Der interessant Infoen; wéi sinn eis Edelsteng entstanen a welch Steng kann ee fir wat benotzen. Se gesinn net nëmmen schéin aus, mee kënnen eis och am Alldag ënnerstëtzen. Zum Schluss waart och e klenge Kado op Aech.

16.00 Auer am Club

7 €

Ladies'time

Voici plusieurs activités qui pourraient vous convenir. L'idée est de se retrouver une fois par mois entre Ladies et de s'amuser ensemble.

Vendredi, le 10 mai

Surprise cinéma

Une excursion spontanée au cinéma. Avec ou sans popcorn nous choisirons un film sur place.

On y va avec le transport public au Belval.

Plus d'informations avec l'inscription.

± 17h00 au club

Vendredi, le 7 juin

Pierres de guérison

A la découverte de la lithothérapie. Avec cet atelier, découvrez les vertus des cristaux les plus courants, comment les utiliser et les entretenir. A la fin un petit cadeau vous attend.

16h00 au club

7 €

Mellt Iech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Sonndes, den 28. Juli

Iessen zu Mondorf an Minigolf

Minigolf ass ëmmer flott, mee ënner Frae bestëmmt méi witzeg. Test Är Geschécklechkeet. Virdru gi mir eis nach stäerken a gutt iessen.

- 11.00 Auer um Parking Plateau des Hauts Fourneaux
- 5 € Minigolf | Iessen ass op der Plaz ze bezuelen | 18 €

Dimanche, le 28 juillet

Restaurant à Mondorf et Minigolf

Envie de jouer au minigolf ? Pas de problèmes! Direction: Mondorf pour une partie de minigolf entre femmes. Un après-midi des plus agréables en perspective. Et comme entrée en matière nous prendrons d'abord un bon repas ensemble.

- *11h00 au Parking Plateau des Hauts Fourneaux*
- *5 € Minigolf | le manger est à payer sur place | 18 €*

Sonndes, den 11. August

Brunch am Restaurant „the Ash" um Belval

Profitéiert mat eis fir den neie Restaurant the Ash um Belval ze entdecken. Zesumme schmaache mir hire Sonndesbrunch.

- 9.30 Auer um Parking Plateau des Hauts Fourneaux
  10.00 Auer virum Restaurant
- 30 € | De Brunch ass op der Plaz ze bezuelen | 10 €

Dimanche, le 11 août

Brunch au restaurant « the Ash » à Esch Belval

Découverte du nouveau restaurant „The Ash" à Esch Belval. Premier essai: leur Brunch du dimanche matin.

- *9h30 au Parking Plateau des Hauts Fourneaux*
  10h00 devant le restaurant
- *30 € | Le brunch est à payer sur place | 10 €*

Inscrivez-vous s.v.p. au 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Mëttegiessen am Restaurant

Restaurant Gaïa Déifferdeng

Freides, den 31. Mee

Restaurant The Ginseng Käerjeng

Freides, den 28. Juni

Restaurant Il Piccolino Péiteng

Dënschdes, den 30. Juli

Restaurant Eis Brasserie Suessem Boulodrome

Dënschdes, de 27. August

11.30 Auer um Parking Plateau des Hauts Fourneaux oder 12.00 Auer am Restaurant.

10 €

Déjeuner en commun au restaurant

Restaurant Gaïa Differdange

Vendredi, le 31 mai

Restaurant The Ginseng Käerjeng

Vendredi, le 28 juin

Restaurant Il Piccolino Pétange

Mardi, le 30 juillet

Restaurant Eis Brasserie Sanem Boulodrome

Mardi, le 27 août

11h30 au Parking Plateau des Hauts Fourneaux ou à 12h00 au restaurant.

10 €

Mellt lech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Mardi, le 7 mai

The Clint & Chuck Magic Improv Show

Accrochez-vous, le spectacle le plus improbable de l'année débarque: « Clint & Chuck Improv Magic Show »: Back to the 90's» arrive pour une soirée inouïe à l'Aalt Stadhaus. Laissez-vous transporter par un spectacle de magie et d'improvisation unique en son genre.

Le spectacle est en langue française.

Show 20.00 Auer am ale Stadthaus

8,50 €

Si vous êtes intéressés, vous pouvez vous inscrire dès réception de la brochure.

Mëttwoch, den 8. Mee

Bëschfest

Mir treffen eis moies am Bësch, gi mam Fierschter en Tour trëppelen a si fir d'Mëttegiessen erëm zréck. Um Programm steet niewend dem Mëttegiessen nach Live Musek am Zelt, en Tour mat der Päerdskutsch, verschidde Verkafsständ an nach munches méi.

Déi moies nach net genuch kruten, kënnen och am Nomëtten nach e klengen Tour trëppele goen.

Umeldung beim Nadine Breuskin am Service SeniorPlus um Tel: 587711301 - Do dann och Äre Menü bestellen.

10.00 Auer am Bësch beim rouden Haff

Mercredi, le 8 mai

Journée forestière

En matinée une promede avec le forestier du lieu. Vers midi, nous prenons le déjeuner ensemble.

Au programme également, de la live musique, divers stands et un tour en calèche.

Ceux qui le souhaitent pourront profiter de l'après-midi en toute liberté ou faire une promenade.

Inscription chez Nadine Breuskin au Service Senior Plus Tél: 587711301 - Commandez également votre menu chez elle.

10h00 en forêt près de la ferme rouge

Mellt lech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Freitag, den 17. Mai

Waldwandererlebnis für Best Agers (50+)

Spüre den Wald, bewege Dich, atme die frische Luft und entdecke mit uns die faszinierende Welt der Wildkräuter, der Bäume und der Pilze. Erfahre, wie Entspannung in der Natur stattfindet, während wir beim Waldbaden Achtsamkeit erleben. Durch sanfte Atem- und lustige Gruppenübungen und Wanderungen tauchen wir tief in die Natur ein und lassen uns von ihrer Schönheit und ihren Geschichten inspirieren.

Machen Sie mit und lassen Sie uns die Magie und die Kraftorte des Waldes gemeinsam und mit allen Sinnen erleben.

Zum Mittagessen organisieren wir ein Picknick im Wald, deswegen mitbringen: Teller, Löffel, Messer, Brot, Butter, Öl, Gemüse.

Weiteres liefert uns die Natur. Für diejenigen, die einen sensibleren Magen oder Allergien haben, können ihr eigenes Picknick mitbringen.

11.15 Auer um Parking Plateau des Hauts Fourneaux oder 11.50 Auer beim ANF Mirador (1, rue Collart L-8414 Steinfort)

Gratis

12 €

Vendredi, le 17 mai

Expérience de randonnée en forêt pour les Best Agers (50+)

Ressentez, vivez la forêt, bougez, respirez l'air frais et découvrez avec nous le monde fascinant des herbes sauvages, des arbres aux troncs noueux, des champignons, des fleurs, de la vie. Découvrez comment la relaxation se produit dans la nature, pendant que nous expérimentons la pleine conscience lors d'un bain en forêt.

Grâce à des exercices de respiration douce, des exercices de groupe amusants et des randonnées, nous nous immergeons profondément dans la nature et nous nous laissons inspirer par sa beauté et ses légendes. Rejoigniez-nous pour découvrir la vie cachée et mystérieuse de la forêt.

Pour le repas de midi, picnic sur place, l'occasion de mettre à profit ce que nous venons de vivre et de ressentir. Veuillez prévoir une petite assiette, un couteau, une cuillère, du pain, de l'huile, du beurre, des légumes. Le reste nous sera offert gracieusement par la nature toujours très généreuse. En cas d'allergie, veuillez ramener un picnic complet.

11h15 au Parking Plateau des Hauts Fourneaux ou 11h50 au ANF Mirador (1, rue Collart L-8414 Steinfort)

Gratuit

12 €

Inscrivez-vous s.v.p. au 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Sonndes, den 19. Mee

Marche Gourmande

De Comité vun der Amicale POST Lëtzebuerg an d'POST Lëtzebuerg invitéieren Iech op hir dräizéngt „Marche Gourmande", déi zu Rëmerscheng stattfanne wäert. Dës sportlech, kulturell a gastronomesch Erfarung erstreckt sech iwwer e Circuit vun ± 13 km. Op verschiddene Plazen op der Streck wäert musikalesch Ënnerhalung präsent sinn. Loscht bei dësem Evenement dobäi ze sinn, dann dot gutt Schung un a mellt Iech séier un.

1 Etapp: Accueil mat Kaffi a Croissant

2 Etapp: Zopp vum Dag mat engem Glas wäisse Wäin

3 Etapp: Rieslingspaschtéit mat engem Glas Rosé

4 Etapp: Amuse- bouche mat engem Glas Crémant

5 Etapp: Prince Orloff mat engem Grompregratin an engem Gedrënks au choix

6 Etapp: Kéisteller an ee Glas Rouden

7 Etapp: Digestif an eng Knippchen

8 Etapp: Kaffi an Dessert .

7.15 Auer um Parking Plateau des Hauts Fourneaux

58 €

20 €

Dimanche, le 19 mai

Marche Gourmande

Le Comité de l'Amicale POST Luxembourg et la POST Luxembourg vous invitent à la 13ème «Marche Gourmande», à Remerschen. Cette expérience sportive, culturelle et gastronomique s'étend sur un sentier de randonnée de ± 13 km, accompagnée d'animations musicales. Pour participer, préparez vos chaussures de randonnée et inscrivez-vous.

1ière étape: Accueil avec café-croissants

2ème étape: Potage du jour avec un verre de vin blanc

3ème étape: Pâté Riesling avec un verre de rosé

4ème étape: Amuse-bouche avec un verre de crémant

5ème étape: Prince Orloff avec gratin dauphinois avec une boisson au choix

6ème étape: Assiette de fromages avec un verre de vin rouge

7ème étape: Digestif avec sa praline

8ème étape: Café et dessert

7h15 au Parking Plateau des Hauts Fourneaux

58 €

20 €

Mellt Iech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Dënschtes, den 21. Mai

Waassertuerm am Ban de Gasperich

Eleng seng 60 Meter Héicht maachen dëse Waassertuerm zum Wahrzeeche vu Gaasperech. Seng aussergewéinlech Fassade kann ee vun der Autobunn aus bestaunen. Gitt mat eis zesummen dësen Tuerm genau entdecken. Mir hunn eng guidéiert Visitt. Dono gi mir nach zesumme bei den Oberweis Cloche d'Or eng gutt Taass Kaffi drénken.

Wëll Dir bei dësem flotte Mëtten dobäi sinn dann zéckt net a mellt Iech un.

13.00 Auer um Parking Plateau des Hauts Fourneaux oder um 13.45 virum Waassertuerm zu Gaasperich

Gratis

14 €

Mardi, le 21 mai

Château d'eau au Ban de Gasperich

Seule sa hauteur de 60 mètres fait de cette tour l'emblème de Gasperich. Son extraordinaire façade peut être admirée depuis l'autoroute. Venez découvrir les particularités de cette tour au cours d'une visite guidée.

Ensuite, nous nous rendrons ensemble à la Pâtisserie Oberweis Cloche d'Or pour une bonne tasse de café. Intéressés? Inscrivez-vous.

13h00 au Parking Plateau des Hauts Fourneaux ou à 13h45 devant le château d'eau à Gaasperich

Gratuit

14 €

Inscrivez-vous s.v.p. au 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Samschdes, de 25. Mee

Orchideeëwanderung Giele Botter

Mir maachen eng Visite guidée laanscht de Prënzebierg / Giele Botter Naturschutzgebitt (10 km), a Richtung Biergbau. Zur selwechter Zäit wäerte mir d'Méiglechkeet hunn verschidden Arten vun Orchideeën ze beobachten, déi hei am Naturschutzgebitt wuessen.

Fir dësen Tour ass et wichteg gutt Schung unzehunn, an sech dem Wieder entspriechend ze kleeden.

- 13.40 Auer um Parking Plateau des Hauts Fourneaux oder um 13.50 Auer um ökologesche Parking Tëtelbierg
- Retour um Parking Tëtelbierg géint 17.30 Auer
- Gratis
- 10 €

Samedi, le 25 mai

Randonnée de l'orchidée au Giele Botter

Promenade guidée le long de la réserve naturelle Prënzebierg / Giele Botter (10 km), en abordant l'exploitation minière. Par la même occasion, nous aurons l'opportunité d'observer différentes espèces d'orchidées.

Veuillez porter de bonnes chaussures et des vêtements adaptés à la météo.

- *13h40 au Parking Plateau des Hauts Fourneaux ou à 13h50 au parking naturel Tëtelbierg*
- *Retour au Parking Tëtelbierg vers 17h30*
- *Gratuit*
- *10 €*

Mellt lech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Sonndes, de 26. Mee

Graziano

De Graziano, mat senger romantescher Stëmm aus Italien kënnt op Lamadelaine an de Centre de Loisirs.

Wéi déi Jore virdru fiert och de Club Senior nees dohi fir dee flotte Concert ze lauschteren.

Dir wëllt mat eis matfueren, ma da mëllt Iech séier un.

13.15 Auer um Parking Plateau des Hauts Fourneaux oder um 13.45 Auer virum Centre de Loisirs

45 €

10 €

Dimanche, le 26 mai

Graziano

Graziano, chanteur italien à la voix romantique, sera au Centre de loisirs de Lamadelaine. Comme les années précédentes, le Club Senior s'y rendra également.

Pour participer à ce grand concert, inscrivez-vous rapidement.

13h15 au Parking Plateau des Hauts Fourneaux ou à 13h45 devant le Centre de loisirs

45 €

10 €

Inscrivez-vous s.v.p. au 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Dënschtes, den 28. Mee

Wanderung mat de Päerd

E schéinen Nomëtten an der Natur. Mat de Päerd maache mär eis op d'Sich wat grad am Bësch sou alles blitt. No der Wanderung vun ongeféier 6 km hu mär d'Méiglechkeet d'Päerd ze botzen an ze fidderen.

Anschliessend genéisse mär nach eng gutt Taass Kaffi an e Stéck Kuch.

- 13.45 Auer um Parking Plateau des Hauts Fournaux
  14.00 Auer um Parking beim Rouden Haff
- Gratis
- 10 €

Mardi, le 28 mai

Promenade avec les chevaux

Un bel après-midi dans la nature. Une promenade bucolique en forêt à la recherche de fleurs en pleine floraison. En fin de parcours, nous aurons la possibilité de caresser, nettoyer et nourrir les chevaux.

Un morceau de gâteau et une bonne tasse de café nous attendent avant de renter.

- *13h45 au Parking Plateau des Hauts Fournaux*
  14h00 au Parking beim Rouden Haff
- *Gratuit*
- *10 €*

Mellt lech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Sonndes, den 2. Juni um 11.00 Auer zu Lasauvage an der Kierch

Ensemble AD Libitum/ Kantaten an instrumental Wierker vum däitsche Barock

Loscht eppes Neies ze entdecken. Eng ganz besonnesch Atmosphär erwaart Iech bei dësem klassesche Concert an der Kierch Sainte-Barbe zu Lasauvage.

AD LIBITUM besteet aus Amateuren- a professionelle Museker déi souwuel op Barock wéi och op modernen Instrumenter spillen a Begleedung vu klasseschem Gesang.

10.15 Auer um Parking Plateau des Hauts Fournaux oder um 10.45 Auer virun der Kierch zu Lasauvage

8,50 € Senioren

10 €

Dimanche, le 2 juin à 11h00 à l'église de Lasauvage

Ensemble AD Libitum/ Cantates et instrumentales Œuvres du baroque allemand

Voulez-vous découvrir quelque chose de nouveau? Une ambiance toute particulière vous attend lors de ce concert classique dans l'église Sainte-Barbe de Lasauvage AD LIBITUM est composé de musiciens amateurs et professionnels qui jouent à la fois d' instruments baroques et modernes, accompagnés de chants classiques.

10h15 au Parking Plateau des Hauts Fourneaux ou à 10h45 devant l'église à Lasauvage

8,50 € Seniors

10 €

Inscrivez-vous s.v.p. au 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Dënschdes, de 4. Juni
Dënschdes, den 23. Juli
(mat de Kanner aus der MR internationale vun Déifferdeng)

Glace iesse goen zu Déifferdeng

Firwat et sech net mol eng Kéier gutt goe loossen … Kommt mer ginn zesummen am Duerf an d'Gelateria eng Glace iessen a genéissen dat gutt Wieder. Mol kucke wéi eng Boule Glace déi bescht ass.

- 16.00 Auer am Club | Zesumme gi mer dann an d'Duerf
- D'Glace gëtt op der Plaz bezuelt

Mardi, le 4 juin
Mardi, le 23 juillet
(avec les enfants de la MR internationale de Differdange)

Manger une glace à Differdange

Pourquoi ne pas passer un bon moment ensemble? Venez avec nous manger une bonne glace en ville à la Gelateria en profitant, avec un peu de chance, du beau temps. Et voyons un peu quelle boule de glace est la meilleure?

- *16h00 au club | Ensemble nous allons au centre ville*
- *La glace est à payer sur place*

Mellt lech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Donneschdes, de 6. Juni

Mammendagsfeier an „Thé dansant“ am Hall O

Mir invitéieren Iech op eis flott Mammendagsfeier am Hall O zu Uewerkuer. Wéi gewinnt erwaart Iech eng schéin Tombola an de Foyer de la Femme vun Déifferdeng versuergt eis mat gudden Eisekuchen.

Fir musikalesch Animatioun op eisem Thé dansant suergt den Orchester Heemelmaus mam Rom Thielen.

- **Hall O zu Uewerkuer**
  15.00 bis 18.00 Auer
- **Gratis**
- **10 €**

Jeudi, le 6 juin

Fête des mères et Thé dansant au Hall O

Nous vous invitons à notre traditionnelle fête des mères au Hall O à Oberkorn. Comme d'habitude, une belle tombola vous sera proposée et le Foyer de la Femme de Differdange nous offrira de bonnes gauffres.

Pour notre thé dansant l'Orchestre Heemelmaus avec Rom Thielen assurera l'ambiance musicale.

- ***Hall O à Oberkorn***
  15h00 à 18h00
- ***Gratuit***
- ***10 €***

Inscrivez-vous s.v.p. au 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Samschdes, den 8. Juni

Senioreconcert - 13. Editioun

E sympathesche Senioreconcert am Artikuss organiséiert vun der Seniorekommissioun vun der Gemeng Suessem an Zesummenaarbecht mam Institut Européen de Chant Choral (INECC).

Um Programm sti beléiften a bekannte Lidder a Sëtzdänz.

D'Sänger si Senioren aus de Club Senioren, Alters- a Fleegeheemer, Strukture fir Leit mat Beanträchtegung a Sänger 50+ aus dem Land an iwwer d'Grenzen, déi Freed um Sangen hunn.

15.00 Auer am Artikuss

Entrée gratis

Samedi, le 8 juin

Senioreconcert - 13. Edition

Un concert sympathique à l'Artikuss organisé par la commission des seniors de la commune de Sanem en collaboration avec l'Institut Européen de Chant Choral (INECC).

Le programme comprend des chansons populaires et bien connues et de la danse assise.

Au menu également, des chanteurs des différentes structures telles que les Clubs Seniors, les maisons de retraite et de soins, des structures pour personnes à besoins spécifiques et chanteurs 50+ de tout le pays et au-delà des frontières..

15h00 à l'Artikuss

Entrée libre

Mellt lech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Samschdes, den 8. Juni

Nuit du Sport

Dëst Joer fannt Dir eis op der Nuit du Sport zu Uewerkuer bei der Hall O um Stand vum Club Senior mam Spill Cornhole.

Cornhole ass ee Fräizäitspill bei dem méi Spiller ofwiesselnd mat Maiskäre gefëllte Säckelcher op eng hëlze Plattform schéissen. Bleift de Säckelchen op der Plattform leien, kritt een 1 Punkt, fält en awer an d'Lach kritt een 3 Punkten. All Spiller werft 4 Säckelcher. Kommt a probéiert Är Geschécklechkeet aus.

Hall O zu Uewerkuer
17.00 bis 22.00 Auer

Gratis

Samedi, le 8 juin

Nuit du Sport

Nuit du Sport à Differdange. Rendez-vous au Hall O au stand du Club Senior avec le jeu cornhole.

Le cornhole est un jeu de loisir dans lequel plusieurs joueurs lancent à tour de rôle des petits sacs, remplis de maïs, sur une plate-forme en bois. Si le sac reste sur la plate-forme, un point est marqué, s'il tombe dans le trou, vous marquez trois points. Chaque joueur lance quatre petits sacs. Venez tester votre habileté.

Hall O à Oberkorn
17h00 à 22h00

Gratuit

Dënschdes, den 11. Juni

Wanderung um Stauséi

No engem gudde Mëttegiessen an der Bauschelterstuff fuere mär op Ensber. Vun hei aus maache mär eis op e schéine Wandertour bis op de Burfelt, wou mir eng Visite guidée vum Naturmusée kréien. No enger klenger Stärkung geet et nees zréck op Ensber.

Sidd Dir motivéiert 6 km mat eis laanscht de Séi ze trëppelen, dann dot Är Wanderschong un, huelt e klenge Rucksack, mat Waasser an engem Snack, op de Réck a lass et geet.

10.00 Auer um Parking Plateau des Hauts Fourneaux

Gratis | D'Iessen ass op der Plaz ze bezuelen

22 €

Mardi, le 11 juin

Promenade près du réservoir Esch sur Sûre

Après un bon déjeuner à la Bauschelter Stuff, nous nous dirigerons vers Insenborn. De beaux chemins, nous ménerons vers le Burfelt. Là nous visiterons le petit musée de la nature avec un guide. Après une petite pause et un snack, retour à Insenborn.

Motivés pour une marche de 6 km près du lac, n'hésitez plus, préparez des chaussures adaptées, munissez-vous d'un petit sac à dos avec de l'eau et un petit snack.

10h00 au Parking Plateau des Hauts Fourneaux

Gratuit | Le repas est à régler sur place

22 €

Mellt lech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Sonndes, de 16. Juni

Marche Gourmande

D'Suessemer Guiden a Scouten invitéieren Iech op hir 13. Suessemer Marche Gourmande. Mir verbréngen e flotten Dag dobaussen an der Natur, a loossen eis dobäi kulinaresch verwinnen. De Parcours mat 7 gastronomesche Pause féiert eis duerch Suessem an Ëmgéigend. Et sinn eng 11,5 km ze trëppelen, dëst awer ganz gemittlech. Sidd Dir interesséiert, da mellt Iech un.

9.30 Auer um Parking Plateau des Hauts Fourneaux oder um 9.50 Auer zu Suessem beim Hall Polyvalent

50 €

10 €

Dimanche, le 16 juin

Marche Gourmande

Les guides et scouts de Sanem vous invitent au « 13e Suessemer Marche Gourmande ». Nous passerons une merveilleuse journée en plein air dans la nature et nous nous laisserons gâter sur le plan culinaire.

Un parcours de 11,5 km en toute tranquillité avec 7 pauses gastronomiques à traves de Sanem et les alentours vous attends. Si vous êtes intéressés, inscrivez-vous.

9h30 au Parking Plateau des Hauts Fourneaux ou à 9h50 devant le hall Polyvalent à Sanem

50 €

10 €

Inscrivez-vous s.v.p. au 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Dënschdes, den 18. Juni

Parc Merveilleux mat Visitt guidée

Verbréngt mat eis een Dag am Märche Park zu Beetebuerg. Déi läscht Jore sinn e puer nei Saache bäikomm. Moies hu mir genuch Zäit den éischten Deel vum Park ze besichen, an duerno am Restaurant fir Mëtteg ze iessen. No der Stäerkung erwaart eis géint 14.30 Auer eng Visitt guidée am Park wou mir nach allerlee gewisen an erkläert kréien. Sidd Dir virwëtzeg wéi eng Déieren op eis waarden? Da mellt Iech un.

Départ: 9.30 Auer um Parking Plateau des Hauts Fournaux

17 € | Entrée & Visite guidée Mëttegiessen ass op der Plaz ze bezuelen

12 €

Mardi, le 18 juin

Parc Merveilleux avec Visite guidée

Passez une bonne journée en notre compagnie au Parc Merveilleux de Bettembourg où un certain nombre de nouveaux sites ont été ajoutés au cours des dernières années. Le matin, visite du parc. A midi, un bon repas au restaurant, vers 14h30 une visite guidée pour découvrir l'envers du décor, avec quelques révélations sur les coulisses et de nombreuses explications détaillées sur l'organisation du parc. Curieux? Inscrivez-vous.

9h30 au Parking Plateau des Hauts Fournaux

17 € | Entrée & Visite guidée Le manger de midi est à payer sur place

12 €

Mellt Iech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Dënschdes, de 25. Juni

Vëlostour zu Réimech

Mir fuere mat den Elektrovëloen ee schéinen Tour laanscht déi zwou Säite vun der Musel. Vëloe kréie mir vu Rentabike-Mislerland geléint.

Den Tour geet vu Réimech op Wuermer an erëm zréck ± 23 km, wou mir an der Mëttesstonn eng kleng Stäerkung zou eis huelen. Jee no Wieder- an eiser Konditioun maache mir nach ee klengen Tierchen op Schengen. Denkt un e Waasserbidon fir den Duuscht.

Bei der Umeldung wgl. Är Gréisst uginn, fir datt d'Vëloe richteg agestallt kënne ginn. E Vëloscasque kënnt Der geléint kréien, Dir däerft awer och Ären eegene matbréngen. D'Vëloe sinn equipéiert mat engem Kierfchen a mat engem Bidonshalter. De Bidon misst Der awer selwer matbréngen.

9.00 Auer um Parking Plateau des Hauts Fourneaux
10.00 Auer zu Réimech beim Tourist Info

18,50 € | D'Iessen ass op der Plaz ze bezuelen

18 €

Mardi, le 25 juin

Tour de vélo à Rémich

Promenade en vélo électrique le long de la Moselle. Les vélos sont empruntés à Rentabike-Mislerland.

Le tour s'étend de Rémich à Wormeldange avec retour compris ± 23km. À midi, nous mangerons ensemble. Puis si la météo et notre endurance nous le permettent, un petit tour par Schengen sera encore possible. Pensez à prendre un peu d'eau pour vous désaltérer.

Lors de l'inscription, veuillez indiquer votre taille afin que les vélos puissent être réglés correctement. Vous pouvez louer un casque ou apporter le vôtre. Chaque vélo dispose d'un panier et d'un support pour la bouteille d'eau.

9h00 au parking Plateau des Hauts Fourneaux
10h00 à Rémich à l'Office de Tourisme

18,50 € | Le repas est à régler sur place.

18 €

Inscrivez-vous s.v.p. au 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Freides, den 28. Juni

Virtrag Plooschter Projet

De Plooschter Projet setzt sech zanter 10 Joer an, fir nei potenziell Stammzellespender ze registréieren. Dës ginn dann an eng weltwäit Datebank opgeholl. Jiddereen huet iergendwou op der Welt säi geneteschen Zwilling. Am Fall vu Leukämie ass d'Stammzellespend eng Chance fir weider ze liewen. Aktuell stierft nach all 3. Patient hei zu Lëtzebuerg, wëll en net de passende Spender fënnt.

De Plooschter Projet ass nieft dem Registréiere vun neie potenzielle Spender och frou an dankbar iwwert all Don a Memberschaft. Si ënnerstëtze reegelméisseg den LIH (Luxembourg Institute of Health) an d'Stefan Morsch Stiftung an hëllefen esou beim Kampf géint Leukämie.

16.30 Auer am Club Senior

Gratis

Vendredi, le 28 juin

Présentation Plooschter Projet

Le « Plooschter Projet » s'engage depuis 10 ans dans l'enregistrement des donneurs potentiels de cellules souches. Ceux-ci sont enrégistrés dans une base de données mondiale. Tout le monde a son jumeau génétique quelque part dans le monde, et dans le cas de la leucémie, le don de cellules souches est une chance de survie. Actuellement, un patient sur 3 meurt au Luxembourg parce qu'aucun donneur compatible n'a été trouvé.

En plus d'enregistrer de nouveaux donneurs potentiels, le « Plooschter Projet » est également heureux et reconnaissant pour chaque don monétaire et chaque adhésion. Il soutient régulièrement le LIH (Luxembourg Institute of Health) et la Fondation Stefan Morsch, contribuant ainsi à la lutte contre la leucémie.

16h30 au Club Senior

Gratuit

Plooschter Projet

Mellt lech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Dënschdes, den 2. Juli

Visitt Zitha Senior Péiteng

Mir hunn d'Méiglechkeet d'Seniorie St Joseph, déi sech zu Péiteng befënnt, ze besichtegen. Zesummen iesse mir zu Mëtteg, éiert mir eng guidéiert Visitt kréien an esou de Service eléi och d'Institutioun kenneléieren.

- **11.00 Auer um Parking Plateau des Hauts Fourneaux oder um 11.30 Auer zu Péiteng**
- **10 €**

Mardi, le 2 juillet

Visitt Zitha Senior Péiteng

Découverte de la Seniorie St Joseph à Pétange. Nous déjeunerons ensemble avant la visite guidée qui nous informera sur les aspects les plus importants des services liés à la résidence pour personnes âgées.

- ***11h00 au Parking Plateau des Hauts Fourneaux ou à 11h30 à Pétange***
- ***10 €***

Inscrivez-vous s.v.p. au 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Samstags, den 6. Juli

« All together » Konzert im Sommer auf der Kinnekswiss

All Together ist ein Projekt der EME Foundation (Ecouter pour Mieux s'Entendre), das sich zum Ziel gesetzt hat, inklusiv, vielfältig und multikulturell zu sein. Mit Musik und Gesang bringt sie ältere Menschen, Menschen mit besonderen Bedürfnissen oder mit verschiedenen Krankheiten (Multiple Sklerose, Parkinson, Alzheimer etc.), Geflüchtete, Kinder, die in Aufnahmeeinrichtungen leben, sowie deren Angehörige und Betreuer zusammen. **Das Projekt ist auch offen für alle, die singen wollen!**

- 9.30 Uhr Treff im Club
- Wir fahren mit dem öffentlichen Transport

Samedi, le 6 juillet

« All together » Concert d'été sur la Kinnekswiss

All Together est un projet de La Fondation EME (Ecouter pour Mieux s'Entendre) qui se veut inclusif, divers et multiculturel. Il rassemble par la musique et le chant des personnes âgées, des personnes à besoins spécifiques ou atteintes de maladies diverses (Sclérose en plaques, Parkinson, Alzheimer…), des réfugiés, des enfants vivant dans des structures d'accueil, ainsi que leurs proches et le personnel encadrant. ***Le projet est également ouvert à tous ceux qui souhaitent chanter!***

- *9h30 au Club*
- *On y va avec le transport public.*

Mellt lech w.e.g. un ☽ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Më	1	**De Club ass zou**
Do	2	Selfdefense, Uelegmolerei, **Buvette an der Jugendfabrik** **Bingo** (S.76-77), Pétanque
Fr	3	Bodybalance, **Sëtzdanz** (S.80)
Sa	4	**Inklusiouns-Projet Pétanque** (S.17)
Mé	6	**Musekscours** (S.61), Sangen, Cornhole
Dë	7	Zumba, **Musekscours** (S.61), Spillcafé, The Clint & Chuck Magic Improv Show al Stadhaus Déifferdeng
Më	8	Trëppeltour, Journée forestière (Roudenhaff)
Do	9	**De Club ass zou**
Fr	10	Bodybalance, **Handaarbechten am Club mat MR** (S.78), **LT Kino** (S.20)
Mé	13	**Musekscours** (S.61), Sangen, Cornhole
Dë	14	Zumba, **Musekscours** (S.61), Spillcafé, **Shopping Möbel Martin** (S.18-19)
Më	15	Beweegung mam Lynn oder Jennifer, Keelen, Trëppeltour, Qi Gong
Do	16	Selfdefense, Uelegmolerei, Kaffisstuff, Pétanque
Fr	17	Bodybalance, **Danztreff** (S.81), **Waldwandererlebnis Best Agers Mirador** (S.25)
Sa	18	**Inklusiouns-Projet Pétanque** (S.17)
So	19	**Marche gourmande Remerschen** (S.26)
Mé	20	**De Club ass zou**
Dë	21	Zumba, **Musekscours** (S.61), Spillcafé, **Waassertuerm Gasperech & Oberweis Cloche d'Or** (S.27)
Më	22	Beweegung mam Lynn oder Jennifer, Keelen, Trëppeltour, Qi Gong
Do	23	Selfdefense, Uelegmolerei, Pétanque, **Buvette an der Jugendfabrik** (S.76-77)
Fr	24	Bodybalance, **Zoppenatelier Summer Editioun** (S.16)
Sa	25	**Orchideeëwanderung Giele Botter** (S.28)
So	26	**Graziano** (S.29)
Mé	27	**Musekscours** (S.61), Sangen, Cornhole
Dë	28	**Musekscours** (S.61), Spillcafé, **Wanderung Päerd** (S.30)
Më	29	**Nordic Walking** (S.72), Keelen,
Do	30	**Digifit an der Kaffisstuff** (S.15), Pétanque
Fr	31	Bodybalance, **Restaurant Gaïa** (S.22)

Inscrivez-vous s.v.p. au ✆ 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Juni 2024

Sa	1	**Inklusiouns-Projet Pétanque** (S.17)
So	2	**Ensembel AD Libitum Eglise Saint-Barbe Lasauvage** (S.31)
Mé	3	**Musekscours** (S.61), Sangen, Cornhole
Dë	4	Zumba, **Musekscours** (S.61), Spillcafé, **Glace iessen goen** (S.32)
Më	5	Beweegung mam Lynn oder Jennifer, Keelen, Trëppeltour, Qi Gong
Do	6	Selfdefense, Uelegmolerei, **Mammendagsfeier** (S.33)
Fr	7	Bodybalance, Sëtzdanz mat MR, **LT Heilsteine** (S.20), **Prouf Inecc** (S.34)
Sa	8	**Concert Inecc** (S.34), **Nuit du sport** (S.35)
Mé	10	**Musekscours** (S.61), Sangen, Cornhole
Dë	11	Zumba, **Musekscours** (S.61), Spillcafé, **Wanderung Stauséi & Visitt Musée** (S.36)
Më	12	Beweegung mam Lynn oder Jennifer, Keelen, Trëppeltour, Qi Gong
Do	13	Selfdefense, Uelegmolerei, Kaffistuff, **Bingo** (S.75), Pétanque
Fr	14	Bodybalance, **Handaarbechten am Club** (S.78), **Shopping Zweibrücken** (S.18-19)
Sa	15	**Inklusiouns-Projet Pétanque** (S.17)
So	16	**13. Marche gourmande Suessem** (S.37)
Mé	17	**Musekscours** (S.61), Sangen, Cornhole
Dë	18	Zumba, **Musekscours** (S.61), Spillcafé, **Parc Merveilleux** (S.38)
Më	19	Beweegung mam Lynn oder Jennifer, Keelen, Trëppeltour, Qi Gong
Do	20	Selfdefense, Uelegmolerei, Pétanque, **Buvette an der Jugendfabrik** (S.76-77)
Fr	21	Bodybalance, **Zoppenatelier Summer Editioun** (S.16), **Danztreff** (S.81)
Mé	24	**Musekscours** (S.61), Sangen, Cornhole
Dë	25	Zumba, **Musekscours** (S.61), Spillcafé, **Vëlostour Reimech** (S.39)
Më	26	Qi Gong , Journée Echange Club Senior
Do	27	Selfdefense, Uelegmolerei, **Digifit an der Kaffistuff** (S.15), Pétanque
Fr	28	Bodybalance, **Restaurant The Ginseng** (S.22), **Virtrag Ploschter Projet** (S.40)
Sa	29	**Inklusiouns-Projet Pétanque** (S.17)
So	30	**Sangen um Summerfest Servior** (S.62)

Mellt iech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Mé	1	**Musekscours** (S.61), Sangen, Cornhole
Dë	2	Zumba, **Musekscours** (S.61), Spillcafé, **Visite Zitha Péiteng** (S.xx)
Më	3	Beweegung mam Lynn oder Jennifer, Keelen, Trëppeltour mat Ofschlossiessen
Do	4	Selfdefense, Uelegmolerei. Kaffistuff, **Bingo** (S.75), Pétanque
Fr	5	Bodybalance, **Handaarbechten am Club** (S.78), **Stretching Jennifer mat MR** (S.59)
Sa	6	„All together" Concert am Summer op der Kinnekswiss (Projet EME-Philharmonie)
Mé	8	**Musekscours** (S.61), Sangen, Cornhole
Dë	9	Zumba, **Musekscours** (S.61), Spillcafé, **Shopping Wemperhardt** (S.18-19)
Më	10	Beweegung mam Lynn oder Jennifer, Keelen, Qi Gong
Do	11	Selfdefense, Uelegmolerei, Pétanque, **Buvette an der Jugendfabrik** (S.76-77)
Fr	12	Bodybalance, **Zoppenatelier Summer Editioun** (S.16), **Nuit des merveilles** (S.47), **Sëtzdanz** (S.80)
Sa	13	**Inklusiouns-Projet Pétanque** (S.17)
So	14	**Zolwermoart** (S.48)
Mé	15	**Musekscours** (S.61), Sangen, Cornhole
Dë	16	**Musekscours** (S.61), Spillcafé
Më	17	Keelen, Qi Gong
Do	18	Kaffistuff, Pétanque
Sa	20	Summerfest
Mé	22	**Musekscours** (S.61), Sangen, Cornhole
Dë	23	**Musekscours** (S.61), Spillcafé, **Glace iessen mat MR** (S.32)
Më	24	**Nordic Walking** (S.72), Keelen, Qi Gong
Do	25	**Digifit an der Kaffistuff** (S.15), Pétanque, **Berodungsdëngscht „Mäi Wëlle mäin Wee"**
Fr	26	Bodybalance, **Danztreff** (S.81)
So	28	**LT Minigolf Mondorf** (S.21)
Mé	29	**Musekscours** (S.61), Sangen, Cornhole
Dë	30	**Musekscours** (S.61), Spillcafé, Restaurant Il Piccolino
Më	31	Qi Gong, **Escape Room** (S.49)

Inscrivez-vous s.v.p. au ✆ 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

August 2024

Do	1	Pétanque, **Bingo an der Buvette an der Jugendfabrik** (S.76-77)
Fr	2	Bodybalance, Sëtzdanz, **Kell am See** (S.50)
Mé	5	**Musekscours** (S.61), Sangen, Cornhole
Dë	6	**Musekscours** (S.61), Spillcafé, **Stretching mam Jennifer** (S.59)
Më	7	Qi Gong, **Domaine des Grottes de Han** (S.51)
Do	8	Kaffistuff, Pétanque, **Sophrologie** (S.63)
Fr	9	Bodybalance, **Shopping Tréier** (S.18-19)
So	11	**LT Brunch Restaurant „The Ash" Belval** (S.21)
Mé	12	**Musekscours** (S.61), Sangen,Cornhole
Dë	13	**Musekscours** (S.61), Spillcafé, **Wanderung am Ellergronn** (S.52)
Më	14	**Kanu Dillingen** (S.54)
Do	15	**De Club ass zou**
Fr	16	Bodybalance, **Handaarbechten am Club** (S.78), **Virtrag Patiente Vertriedung** (S.53)
Mé	19	**Musekscours** (S.61), Sangen, Cornhole
Dë	20	**Musekscours** (S.61), Spillcafé, **Idar-Oberstein** (S.55)
Më	21	**Nordic Walking** (S.72), Qi Gong,
Do	22	Pétanque, **Buvette an der Jugendfabrik** (S.76-77)
Fr	23	Bodybalance, **Zoppenatelier Summer Editioun** (S.16), **Danztreff** (S.81)
Sa	24	**St. Wendel Lebensart Kunst und Handwerk** (S.56)
Mé	26	**Musekscours** (S.61), Sangen, Cornhole
Dë	27	**Musekscours** (S.61), **Restaurant Eis Brasserie Boulodrome** (S.22), Spillcafé mat MR
Më	28	**Schueberfouer** (S.57), Qi Gong.
Do	29	**Digifit an der Kaffisstuff** (S.15), Pétanque
Fr	30	**Schwämm Les Thermes Strossen** (S.58)

September 2024

Sa	28	Feier 35 Joer ASBL

Mellt iech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Freides, den 12. Juli

Nuit des merveilles

Organiséiert vun der Gemeng Beetebuerg empfänkt d'Nuit des Merveilles all Joer professionell Stroossekënschtler; Zirkusartisten, Marionetten, Museker, Huttdesigner, a vill aneres, ... dat alles zur grousser Freed vu Kleng a Grouss. Dëse Festival ass eng Geleeënheet fir de Public an eng Dramwelt mat ze huelen. Dir hutt Loscht bei der Nuit des merveilles dobäi ze sinn, da mellt Iech un.

17.30 Auer um Parking Plateau des Hauts Fourneaux

De Präis kritt Där bei der Umeldung matgedeelt. (± 10 €)

14 €

Vendredi, le 12 juillet

Nuit des merveilles

Organisée par la Commune de Bettembourg, la Nuit des Merveilles accueille chaque année des artistes de rue professionnels; funambules, circassiens, échassiers, marionnettistes, mimes, musiciens, créatrices de chapeaux, et bien d'autres encore … tout cela pour la plus grande joie des petits et des grands.

Ce festival est pour la commune l'occasion d'amener le public vers un autre univers, bien loin des feux d'artifice et autres spectacles sensationnels.

17h30 au Parking Plateau des Hauts Fourneaux

Le prix vous sera communiqué au moment de l'inscription (± 10 €)

14 €

Inscrivez-vous s.v.p. au 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Sonndes, de 14. Juli

Infostand um Zolwermoart

Mer organiséieren erëm en Infostand um Zolwermoart, wou mer eise Club Senior virstellen. Wann Der Loscht hutt eis ze begleeden, oder einfach Moie soen ze kommen, da géife mer eis riseg freeën.

Mir si vun 10.00 bis 18.00 Auer um Zolwermoart

Dimanche, le 14 juillet

Stand d'information au marché à Soleuvre

Nous organisons à nouveau un stand d'informations pour présenter notre Club Senior, si vous souhaitez nous accompagner ou tout simplement venir nous dire bonjour, nous serons heureux de votre visite.

Nous sommes de 10h00 à 18h00 au marché de soleuvre

clubsenior
Prënzebierg

Mellt lech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Mëttwochs, den 31. Juli

Escape Room

Dir hutt 1 Stonn Zäit, fir verschidde Rätselen ze léise, fir aus dem Raum, wou Dir Iech befannt, ze entkommen. Iwwerall am Raum ka sech d'Äntwert op d'Fro befannen. Sidd Dir rätselbegeeschtert dann ass dat hei genau dat Richtegt fir Iech. Zesummen an enger Equipe agéieren an net opginn dat ass hei d'Zil. Mëllt Iech un an hutt eng schéin Zäit.

13.45 Auer um Parking Plateau des Hauts Fourneaux oder um 14.15 Auer virum Crocus Escape 14, rue Robert Stumper, L-2557 Gasperich Luxembourg

Entrée: 32 €

14 €

Mercredi, le 31 juillet

Escape Room

Vous avez une heure pour résoudre différentes énigmes et pour vous échapper de la pièce dans laquelle vous vous trouvez. Les réponses aux questions peuvent se trouver n'importe où dans la pièce. Si vous êtes passionnés par les énigmes, c'est exactement ce qu'il vous faut. L'objectif est de travailler en équipe et de ne pas abandonner. Inscrivez-vous et passez de bons moments.

13h45 au Parking Plateau des Hauts Fourneaux ou à 14h15 devant le Crocus Escape 14, rue Robert Stumper, L-2557 Gasperich Luxembourg

Entrée: 32 €

14 €

Inscrivez-vous s.v.p. au 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Freides, den 2. August

Kell am See

Kell am See ass net wäit vun eis ewech an awer esou schéin, dass ee mengt et wier een an der Vakanz. Verbréngt mat eis e schéinen Dag um Séi. De Méiglechkeeten si keng Grenze gesat. Mir kënne ronderëm de Séi vun ± 3 km trëppelen, Paddelboot fueren, Minigolf spillen, de Buerféisswee goen oder einfach déi schéi Vue genéissen. D'Mëttegiessen ass am Restaurant beim Séi. Dat kléngt no engem super Dag! Mellt Iech bei eis un.

- **10.00 Auer um Parking Plateau des Hauts Fourneaux**
- **D'lessen ass op der Plaz ze bezuelen**
- **22 €**

Vendredi, le 2 août

Kell am See

Kell am See n'est pas loin du Luxembourg mais si belle qu'on pourrait se croire en vacances. Passez une belle journée au bord du lac avec nous. Les possibilités sont infinies. On peut se promener autour du lac ± 3km, faire du pédalo, jouer au mini-golf, marcher pieds nus ou tout simplement profiter de la vue. Le déjeuner est servi au restaurant au bord du lac. Une belle journée en perspective! Inscrivez-vous vite.

- ***10h00 au Parking Plateau des Hauts Fourneaux***
- ***Le manger est à payer sur place***
- ***22 €***

Mellt Iech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Mëttwochs, de 7. August

Domaine des Grottes de Han

Mär maachen eis mat engem Guide op d'Spuere vun der Lesse, a fueren an d'Grotte de Han eran. Hei kënne mär déi schéi Skulpture bewonneren, déi eis Natur am Laf vun de leschte Joerhonnerte kreéiert huet.

Mëttes gi mär an e schéine Restaurant niewend der Grotte iessen.

Nomëttes maache mär eng Visite mam Safari Car duerch den Déierepark. Hei kënne mär op 250 Hektar eng ganz Rei vun Déiere beobachten, déi hei an Europa heemeg sinn.

Am Musée kënne mär eng ganz Rei un historeschen a prehistoreschen Objete bewonneren déi laanscht d'Lesse fonnt an ausgegruewe goufen.

7.45 Auer Artikuss Zolver,
8.00 Auer Parking Plateau des Hauts fournaux Déifferdeng;
8.10 Auer Bushaltestell arrêt de l'école Nidderkuer;
8.20 Auer Sportshal Péiteng;
8.30 Auer Käerjenger Treff

90 € Member
(Visitt mat Mëttegiessen a Bus)
105 € net Member
(Visitt mat Mëttegiessen a Bus)

Mercredi, le 7 août

Domaine des Grottes de Han

En matinée, visite de la grotte de Han. Un voyage au fil de l'eau, hors du temps, à la découverte des merveilles géologiques. Un guide nous accueillera et nous pénétrerons au cœur d'un monde à part. Des salles secrètes décorées de magnifiques concrétions s'offrent à nous.

Le repas de midi est prévu dans le restaurant à côté de la Grotte.

L'après-midi, visite du parc animalier avec un safari car. Sur les 250 hectares du domaine, de nombreuses espèces animales européennes vivent dans cet espace.

Dans le petit musée de l'histoire et de la préhistoire vous pourrez découvrir le fabuleux trésor archéologique de la Grotte de Han.

7h45 Artikuss Soleuvre,
8h00 Parking Plateau des Hauts fourneaux Differdange;
8h10 Arrêt de l'école Niederkorn; 8h20 hall des sports à Pétange;
8h30 au Käerjenger Treff

90 € membre
(Visite avec repas et bus)
105 € non-membre
(Visite avec repas et bus)

Inscrivez-vous s.v.p. au 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Dënschdeg, den 13. August

Wanderung am Ellergonn

Hutt Der Loscht op e schéinen Tour duerch de Minett? Da schléisst Aech eis un a kommt mat an den Ellergronn, wou mär e schéinen Tour trëppele ginn.

Dono loosse mär eis et gutt schmaachen an der Schmëtt.

- **9.00 Auer um Parking Plateau des Hauts Fourneaux**
- **Gratis | D'lessen ass op der Plaz ze bezuelen.**
- **10 €**

Mardi, le 13 août

Promenade au Ellergronn

Envie d'une belle promenade à pied au Minett pour découvrir le Ellergronn?

Et pour conclure, nous irons manger au restaurant an der Schmedd.

- ***9h00 au Parking Plateau des Hauts Fourneaux***
- ***Gratuit | Le repas est à régler sur place.***
- ***10 €***

Mellt lech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Freitags, den 16. August

Vortrag Patiente Vertriedung

Die „Patiente Vertriedung" ist die offizielle Vertretung der Patienten und deren Angehörigen in der Gesundheitspolitik. Wenn Sie Fragen haben, die die Patientenrechte betreffen, z. B., wie man seine Patientenakte erhält, wenn man den Arzt wechselt, wie man die Codes auf einer Arztrechnung kontrollieren kann, worauf man beim Zahnarztbesuch achten muss … etc, dann kann diese Konferenz genau das Richtige für Sie sein.

Um 14.00 Auer am Club

Gratis.

Vendredi, le 16 août

Conférence „Patiente Vertriedung"

La « Patiente Vertriedung » est la représentation officielle des patients et de leurs proches dans la politique de santé. Si vous avez des questions concernant les droits des patients, par exemple comment obtenir votre dossier médical, quand vous changez de médecin, comment vérifier les codes sur la facture d'un médecin, à quoi faire attention lors d'une visite chez le dentiste … etc., alors cette conférence est exactement ce qu'il vous faut.

À 14h00 au club

Gratuit.

Inscrivez-vous s.v.p. au 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Mëttwochs, de 14. August

Kanu Dillingen

D'lescht Joer stounge mir um Stand-up Paddel an och dëst Joer loosse mir eis eng afalen fir eis Waasserraten.

No enger gudder Stäerkung zu Iechternach huele mer den ëffentlechen Transport. Mir paddelen vun Dillingen aus mam Kanu bis op Iechternach ± 12 km. Mir kënnen een Zweesëtzer- oder en Eesëtzer Kanu ausléinen.

Viraussetzung, et muss ee schwamme kënnen!

een Zweesëtzer-Kanu 40 € (20 € p.P)
eenzelne Kanu (25 €)

10.30 Auer um Parking Plateau des Hauts Fournaux

D'lessen ass op der Plaz ze bezuelen

22 €

Mercredi, le 14 août

Canoë Dillingen

L'année dernière, nous nous sommes tenus sur le stand-up paddle et cette année encore, nous avons trouvé quelque chose pour nos sirènes et démiurges en eau profonde.

Après un excellent repas à Echternach nous prendrons les transports en commun et nous glisserons au gré de l'eau en canoë de Dillingen jusqu'à Echternach ± 12 km. Nous avons soit la possibilité de louer un canoë monoplace, soit biplace.

Attention!!! Prérequis pour cette activité, il faut savoir nager!

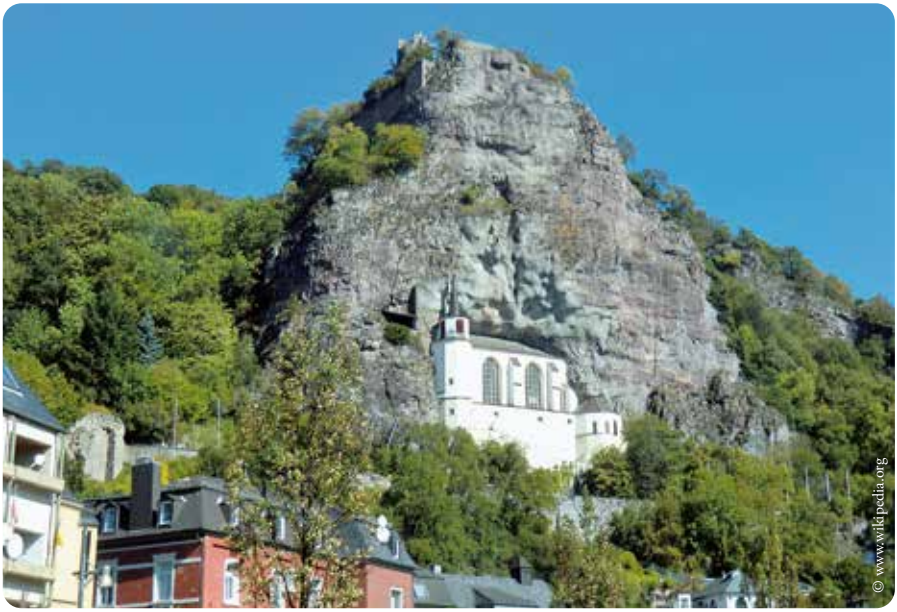
Canoë biplace 40 € (20 € p.p)
Canoë monoplace (25 €)

10h30 au Parking Plateau des Hauts Fourneaux

Le repas est à régler sur place

22 €

Mellt Iech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000



Dënschdes, den 20. August

Idar-Oberstein

Mir fueren een Dag zesummen op Idar-Oberstein. Den Dag starte mir gemittlech mat enger Visitt vum Mineralmusée.

Nom Mëttegiessen an der Alstad maachen mir eng Visitt guidée duerch d'Stad. Géint 17.30 Auer fuere mir dann erëm heem.

Wëll Dir bei dësem flotten Dag dobäi sinn da mellt Iech un.

Visitt Musée &
Visitt guidée vun der Stad
an den Transport 52 €
Iessen a Gedrénks sinn op der Plaz ze bezuelen

8.15 Auer um Parking Plateau des Hauts Fournaux

Mardi, le 20 août

Idar-Oberstein

Nous allons à Idar-Oberstein pour une journée. Nous commençons par une visite du musée des minéraux.

Puis, après avoir pris notre déjeuner dans la vieille-ville, nous ferons une visite guidée de la ville, avant de rentrer chez nous à 17h30.

Pour participer à cette journée, inscrivez-vous.

Visite Musée &
Visite guidée de la ville
et le transport 52 €
Le manger et les boissons sont à payer sur place

8h15 au Parking Plateau des Hauts Fourneaux

Inscrivez-vous s.v.p. au 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Samschdes, de 24. August

St. Wendel LebensArt - Maart fir Konscht an Handwierk

Fir de Summerhighlight an der Alstad sinn och dëst Joer rëm d'Aussteller esou divers a kreativ wéi gewinnt. De Maart fir Konschthandwierk bitt ronn 100 Kënschtler aus ganz Däitschland, Frankräich a Benelux d'Méiglechkeet déi ganz Palette vun hire Wierker virzestellen.

8.45 Auer Zolwer Artikus,
09.00 Auer Déifferdeng Parking des Hauts Fourneaux,
09.10 Auer Nidderkuer Busarrêt Ecole,
09.20 Auer Péiteng Hall Sportif,
09.30 Auer Käerjenger Treff

Gratis

31 €

Samedi, le 24 août

St. Wendel LebensArt - marché de l'art et de l'artisanat

Pour le point culminant de l'été dans la vieille ville, les exposants sont cette année aussi diversifiés et créatifs comme d'habitude. Le marché de l'art et de l'artisanat offre à une centaine d'artistes de toute l'Allemagne, de la France et du Benelux la possibilité de présenter l'ensemble de leurs œuvres.

8h45 Soleuvre Artikus,
09h00 Differdange Parking des Hauts Fourneaux,
09h10 Niederkorn arrêt bus Ecole,
09h20 Pétange Hall Sportif,
09h30 Käerjeng Treff

Gratuit

31 €

Mellt lech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Mëttwochs, den 28. August

E flotten Tour op d'Schueberfouer

Wéi all Joer fuere mir op d'Schueberfouer e gudde Kirmesfësch iessen, an dono trëppele mir gemittlech laanscht déi sëllege Buden a maachen och dat eent oder anert Spill mat.

- 10.30 Auer um Parking Plateau des Hauts Fourneaux
- Retour géint 17.00 Auer
- 16 €
  Iessen a Gedrénks sinn op der Plaz ze bezuelen

Mercredi, le 28 août

Tour à la „Schueberfouer"

Poisson frit à la fête foraine à Luxembourg-Ville, éventuellement quelques tours de manèges. De bons moments en perspective. Intéressés? Inscrivez-vous.

- *10h30 au Parking Plateau des Hauts Fourneaux*
- *Retour vers 17h00*
- *16 €*
  Le repas et les boissons sont à votre charge

Inscrivez-vous s.v.p. au ✆ 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Freides, den 30. August

Schwämm

Bësse schwammen oder nëmmen am Waasser dreiwe loossen a scho fillt een sech direkt besser. Kommt mat an entdeckt mat eis zesummen „Les thermes" zu Stroossen.

- 14.00 Auer um Parking Plateau des Hauts Fourneaux oder um 14.30 virun der Schwämm
- 10,50 € fir 3h | Entrée ass op der Plaz ze bezuelen.
- 31 €

Vendredi, le 30 août

Piscine

Nager ou simplement flotter sur l'eau pour ressentir immédiatement un bien être. Venez avec nous découvrir la piscine « les thermes » à Strassen.

- *14h00 au Parking Plateau des Hauts Fourneaux ou bien à 14h30 devant la piscine*
- *10,50 € pour 3h | Entrée est à payer sur place*
- *31 €*

Mellt lech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Nëi

Freides, de 5. Juli
(mat de Kanner aus der MR internationale vun Déifferdeng)
Dënschdes, de 6. August

Stretching mam Jennifer

Stretching ass eng douce Aart a Weis vu gewëssen Übungen, bei deenen d'Muskele gedeent ginn a soumat d'Beweeglechkeet sech verbesseren kann. Dir wëllt Ärem Kierper eppes Guddes doen an Iech an där Zäit och entspanen, dann test dëst aus. D'Übungen kann een um Stull an/oder och op enger Matt um Buedem man.

Am Club
15.30 bis 16.30 Auer
Gratis

Nouveau

Vendredi, 5 juillet
(avec les enfants de la MR internationale de Differdange)
Mardi, 6 août

Stretching avec Jennifer

Les étirements sont un type d'exercices doux pour travailler les muscles et améliorer leur souplesse. Vous voulez faire du bien à votre corps et vous détendre en même temps, alors venez essayer cette toute nouvelle activité. Les exercices peuvent se faire sur une chaise ou sur un tapis au sol.

Au club
15h30 à 16h30
Gratuit

Inscrivez-vous s.v.p. au 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Ëmmer méindes vu 16.00 bis 18.00 Auer am Park Gerlache (ausser den 20. Mee)

Cornhole

Cornhole ass ee Fräizäitspill bei dem méi Spiller ofwiesselnd mat Maiskäre gefëllte Säckelcher op eng hëlze Plattform schéissen. Bleift de Säckelchen op der Plattform leien, kritt een 1 Punkt, fällt en awer an d'Lach kritt een 3 Punkten. All Spiller werft 4 Säckelcher. Kommt a probéiert Är Geschécklechkeet aus.

- 16.00 bis 18.00 Auer am Park Gerlache
- Gratis

Tous les lundis de 16h00 à 18h00 au parc Gerlache (sauf le 20 mai)

Cornhole

Le cornhole est un jeu de loisir dans lequel plusieurs joueurs lancent à tour de rôle des petits sacs remplis de maïs sur une plate-forme en bois. Si le sac reste sur la plate-forme, un point est marqué, s'il tombe dans le trou, vous marquez trois points. Chaque joueur lance quatre petits sacs. Venez tester votre habileté.

- *16h00 à 18h00 au parc Gerlache*
- *Gratuit*

Mellt lech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

All Méinden, an Dënschden oder no Ofsprooch am Club

Musekscours

Musek fënnt bal jidderee gutt. Falls Dir schonn ëmmer emol wollt Gittar oder Piano léieren, da sidd Dir hei genau richteg. Den Här Romanno hëlt sech jee no Demande gären Zäit Iech eent vun deenen Instrumenter méi no ze bréngen.

D'Zäite vum Cours gi jee no Instrument ugepasst.

Méindes Pianoscours:
12.30-13.30 Auer

Méindes Gittarecours:
13.30-14.30 Auer

ab dem 6.05.24.

Dënschdes Pianoscours:
11.30-12.30 Auer

ab dem 7.05.24

25 €
pro Persoun/Seance (60 min)

Mellt lech wgl. bei all Broschür nees nei un.

Tous les lundis et mardis ou sur demande au club

Cours de musique

Vous aimez la musique. Vous souhaitez apprendre à jouer de la guitare ou du piano, alors vous êtes au bon endroit.

M. Romanno se réjouit de vous initier à l'un de ces instruments, selon vos disponibilités. Les temps de cours seront ajustés en fonction de l'instrument choisi.

Lundi: Cours de piano
12h30-13h30

Lundi: Cours de guitare
13h30-14h30

à partir du 6.05.24.

Mardi Cours de piano:
11h30-12h30

à partir du 7.05.24.

25 €
par personne/séance (60 min)

Veuillez svp. vous réinscrire à chaque nouvelle brochure

Ëmmer méindes vu 15.00 bis 16.00 Auer am Club

Musek a Gesang

Lëtzebuergesch, däitsch a franséisch Lidder, bekannt a beléift Volleklidder, Spaass a Lëschtegkeet.

Am Club Senior zu Déifferdeng mam Claudine Gansen oder Lynn Flammang.
Sonndes, den 30. Juni sangen mir um Summerfest vum Servior Nidderkuer.

Tous les lundis après-midi de 15h00 à 16h00 au Club

Musique et Chant

Des chansons luxembourgeoises, allemandes et françaises, des chansons populaires et connues, du plaisir et de la bonne humeur.

Au Club Senior à Differdange avec Claudine Gansen ou Lynn Flammang.
Dimanche 30 juin, ils vont chanter au Summerfest du Servior Niedercorn.

Mellt iech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Den 8. August vu 16.30 Auer bis 17.45 Auer

Sophrologie

Bei der Sophrologie handelt et sech ëm verschidden ugewannten Techniken an Entspanungsmethoden. Si kann dozou verhëllefen, d'Liewe méi bewosst ze liewen an e positiivt Denken ze léieren.

D'Übunge sinn einfach an ugepasst op d'Fäegkeete vun de Participanten.

Jiddweree ka matmaachen.

Et kann een och drun deel huelen, wann een net bei all Cours kann dobäi sinn

De Cours gëtt vun der Madamm Martine Jungels op Lëtzebuergesch gehalen. Si bitt och individuell Coursen op direkt Nofro bei hir un.

Gratis

Mellt lech wgl. bei all Broschür nees nei un.

All Dënschde Moie vun 10.00 bis 11.00 Auer ausser an der Schoulvakanz

Gesond iessen Méi beweegen

Zumba Gold zu Nidderkuer

Op latäinamerikanesch a festlech Musek passt dësen Danz sech genau un Iech un andeems d'Beweegungen de Kierper schounen, mee e gëtt och trainéiert duerch d'Exercicer déi een a Form halen. D'Claudia Berettini hält de Cours a passt sech Ärem Rhythmus un. An net ze vergiessen: de Spaass! Beim Beweegen op dës rhythmesch Musek, an enger flotter Ambiance zesumme mat anere Leit!

€ 42 € | Neien Ufank de 7. Mee 2024.

2. Stack an der Sportshal zu Nidderkuer
100, rue J. B. Scharlé Bourgmestre · L-4666 Nidderkuer

Mellt lech wgl. bei all Broschür nees nei un.

Tous les mardis matin de 10h00 à 11h00 sauf pour les vacances scolaires

Zumba Gold à Niedercorn

Aux musiques latines et festives, ce Zumba s'adapte à vous avec des mouvements contrôlés en prenant soin de votre corps tout en améliorant votre forme par différents exercices. Claudia Berettini s'adapte à votre rythme. A ne pas négliger: le plaisir du mouvement sur des rythmes entraînants dans une ambiance conviviale!

€ 42 € | Nouveau début le 7 mai 2024.

2ième étage dans le Hall sportif à Niederkorn
100, rue J. B. Scharlé Bourgmestre · L-4666 Niederkorn

Veuillez svp. vous réinscrire à chaque nouvelle brochure.

Mellt iech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

All dënschdes mëttes

27. August mat de Kanner vun der MR internationale vun Déifferdeng

Spillcafé

Hutt Dir Loscht op e gesellegen Nomëtte mat ënnerschiddleche Gesellschaftsspiller fir Är Geschécklechkeet an Äert Gléck erauszefuerderen, da kommt bis laanscht - Test Äert Kënnen a loosst Iech all Kéiers op en Neits iwwerrasche vun eisem Spillerrepertoire. Der kënnt och gäre selwer e Spill matbréngen - villäicht fannt Der hei nei Spillpartner-innen.

15.00 bis 17.00 Auer am Club | Gratis

Tous les mardis après-midi

le 27 août avec les enfants de la MR internationale de Differdange

Café des jeux

Envie d'un après-midi convivial avec divers jeux de société pour défier l'habileté et la chance? Vous êtes également invités à apporter l'un de vos jeux et peut-être trouverez-vous un partenaire parmi les participants.

15h00 au 17h00 au club | Gratuit

Inscrivez-vous s.v.p. au 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Emmer mëttwochs, moies vun 10.00 bis 11.00 Auer ausser an de Schoulvakanzen (1.05., 29.05. an ab dem 17.07. bis nom 15.09. ass kee Cours)

Beweegung mam Lynn oder Jennifer zu Nidderkuer an der Sportshal

Loscht a motivéiert fir zesummen sech e bësse fit ze halen? Da mellt Iech bei eis un fir mam Lynn oder Jennifer e puer Übungen ze maachen, dass Der a Form bleift.

10.00 Auer um 2. Stack an der Sportshal zu Nidderkuer
100, rue J. B. Scharlé Bourgmestre · L-4666 Nidderkuer | Gratis

Mellt Iech wgl. bei all Broschür nees nei un.

Chaque mercredi matin de 10h00 à 11h00 sauf vacances scolaires (1.05., 29.05. à partir du 17.07. jusqu'après 15.09.)

Mouvements avec Lynn ou Jennifer dans le hall sportif à Niederkorn

Vous êtes intéressés et motivés pour rester en forme? Alors inscrivez-vous pour effectuer quelques exercices avec Lynn ou Jennifer.

10h00 au 2ième étage dans le Hall sportif à Niederkorn
100, rue J. B. Scharlé Bourgmestre · L-4666 Niederkorn | Gratuit

Veuillez svp. vous réinscrire à chaque nouvelle brochure.

Mellt iech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Ëmmer mëttwochs vu 14.00 bis 15.00 Auer am Club (ausser den 3.07. an de 14.08.)

Qi Gong

De **Qi Gong** ass eng chineesesch Energiekonscht, déi 3000 Joer al ass. Et ass eng Sail vun der traditioneller chineesescher Medezin.

Qi bedeit Energie, Otem a **Gong** bedeit Übung.

Des Praxis besteet doran, Beweegungen, Otem a Konzentratioun ze harmoniséieren, fir eis Gesondheet ze erhalen oder souguer ze verbesseren, fir Stress ofzebauen, emotional Zoustänn ze bewältegen an d'Wuelbefanne souwéi d'Geloossenheet erëm ze kréien. D'Praxis vum Qi Gong ass fir all Altersgrupp gëeegent. Dir sidd häerzlech wëllkomm, dëst Wuelbefannen ze fannen, dat a jidderengem vun eis schlummert.

€ 70 € | Bei guddem Wieder dobaussen am Parc Gerlache.

Mellt lech wgl. bei all Broschür nees nei un.

Tous les mercredis de 14h00 à 15h00 au Club sauf vacances scolaires (sauf le 3.07. et le 14.08.)

Qi Gong

*Le **QI Gong** est un art énergétique chinois datant de 3000 ans. C'est un pilier de la Médecine Traditionnelle Chinoise.*

***Qi** signifie énergie, souffle. **Gong** signifie pratique.*

Cette pratique consiste à harmoniser les mouvements, la respiration et la concentration afin de préserver, voire d'améliorer notre santé, de diminuer le stress, de gérer les états émotionnels pour retrouver bien-être et sérénité.

La pratique du Qi Gong convient à tous les âges.

Cordiale bienvenue pour retrouver le bien-être qui sommeille en chacun de nous.

€ 70 € | Si le temps le permet, le cours aura lieu à l'extérieur dans le parc Gerlach

Veuillez svp. vous réinscrire à chaque nouvelle brochure.

Inscrivez-vous s.v.p. au 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

All Mëttwoch géint 14.00 Auer bis d'Groussvakanz (ausser an de Schoulvakanzen, 1.05., 29.05., 26.06.)

Gesond iessen Méi beweegen

Trëppeltour

All Mëttwoch géint 14.00 Auer begéine mer eis fir zesummen en Tour (ëm 6 km) duerch d'Bëscher an duerch d'Déifferdenger Ëmgéigend ze trëppelen. Mir hunn e Bus zur Verfügung an Dir gitt op deene gewinnte Plazen ewechgeholl.

i Wanderschong sinn obligatoresch!
Huelt och Ären Handy mat w.e.g.! | € Gratis

Den 3. Juli ass de leschten Tour virun der Summervakanz, mat Ofschloss-iessen. Neien Ufank am September.

Mellt Iech wgl. bei all Broschür nees nei un.

Tous les mercredis vers 14h00 jusqu'aux vacances d'été (sauf vacances scolaires, 1.05., 29.05., 26.06.)

Groupe de marche

Tous les mercredis vers 14h00, nous organisons une promenade d'environ 6 km à travers les forêts et la ville de Differdange. Un bus est disponible pour vous récupérer aux arrêts habituels.

i Les chaussures de randonnée sont obligatoires!
Munissez-vous aussi de votre portable s.v.p.! | € Gratuit

Le 3 juillet c'est notre dernière promenade avant les vacances d'été avec un repas de clôture. Nouveau début en septembre.

Veuillez svp. vous réinscrire à chaque nouvelle brochure.

Mellt iech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Ëmmer mëttwochs um 14.30 Auer

Keelespillen

Mir treffen eis am Café de l'Usine (beim Malou) 41, rue Emile Mark, Déifferdeng. Pro Mëtteg gëtt eng Participatioun vun 2 € gefrot, déi op der Plaz ze bezuelen ass.

Bis de 27. Juli inclus.

Mellt lech wgl. bei all Broschür nees nei un.

Tous les mercredis à partir de 14h30

Jeu de quilles

Le lieu de rendez-vous pour les joueurs de quilles: Café de l'Usine (beim Malou) 41, rue Emile Mark, Differdange. Une participation de 2 € est demandée par après-midi.

Jusqu'au 27 juillet inclus.

Veuillez svp. vous réinscrire à chaque nouvelle brochure.

Inscrivez-vous s.v.p. au 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

All donneschdes um 14.15 Auer um Boulodrome National am Metzerlach zu Zolwer

Pétanque

All donneschdes mëttes spille mir zesummen um 14.15 Auer Pétanque. Wann et reent, kënne mir och an d'Hal spille goen.

Nei Auerzäit: 14.15 Auer. Ausser de 6. Juni ass keen Pétanque, do si mir op der Mammendagsfeier.

✎ **Mellt iech wgl. bei all Broschür nees nei un.**

Tous les jeudis à partir de 14h15 au Boulodrome national «Metzerlach-Soleuvre»

Pétanque

Tous les jeudis nous jouons à la Pétanque à 14h15. En cas de pluie la pétanque aura lieu dans le hall.

Nouveau horaire: 14h15. Sauf le 6 juin il y n'aura pas de pétanque, c'est notre fête des mères.

✎ ***Veuillez svp. vous réinscrire à chaque nouvelle brochure.***

Mellt iech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Jeden Donnerstagmorgen bis zu den Sommerferien außer in den Schulferien und den 9. und 30. Mai

Selbstverteidigung bei uns im Club

Lernen Sie grundlegende Selbstverteidigungstechniken, um Ihr Selbstwertgefühl zu steigern und sich im Fall der Fälle verteidigen zu können.

Der Kurs vermittelt Ihnen ein solides Fundament der Selbstverteidigung. Langfristig verbessern Sie damit Ihre Fitness, Ihr Wohlbefinden und Ihr Selbstvertrauen. Das vielfältige Angebot an Techniken ist für Männer und Frauen jeden Alters geeignet.

10.00 bis 11.00 Uhr | Gratis

Mellt lech wgl. bei all Broschür nees nei un.

Tous les jeudis matin jusqu'aux vacances d'été, sauf pendant les congés scolaires, et le 9 et 30 mai

Self-defense chez nous au club

Apprentissage des techniques de base de l'autodéfense pour augmenter l'estime de soi tout en permettant de pouvoir se défendre si nécessaire.

Le cours vous donne une base solide d'autodéfense. A long terme, vous améliorerez votre forme, bien-être et confiance en vous. La panoplie des techniques proposées convient aux femmes et aux hommes de tout âge.

10h00 à 11h00 | Gratuit

Veuillez svp. vous réinscrire à chaque nouvelle brochure.

Inscrivez-vous s.v.p. au 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Mëttwochs, den 29. Mee
Mëttwochs, de 24. Juli
Mëttwochs, den 21. August

Nordic Walking

Nordic-Walking dat ass sécherlech eppes Flottes. Där Meenung sidd Dir och, da begleet eis op e flotte Walk. Zesumme mat de Bengelen trëppele mer ± 9 km. Mir sichen ee flotte Wee eraus a freeën eis op ee flotte Moie mat Iech.

Wëllt Dir dobäi sinn da mellt Iech un.

10.00 bis 12.00 Auer | Départ beim Club | Gratis

Mercredi, le 29 mai
Mercredi, le 24 juillet
Mercredi, le 21 août

Marche nordique

La marche nordique est certainement quelque chose de cool. Si vous partagez notre avis, alors rejoignez-nous pour une belle promenade d'automne. Ensemble avec nos bâtons de marche nordique, nous vous proposons une marche de ± 9 km sur un chemin des plus bucoliques. Nous nous réjouissons à l'avance de passer une excellente matinée en votre compagnie. Pour soutenir ce projet, inscrivez-vous.

10h00 à 12h00 | départ au club | Gratuit

Mellt iech w.e.g. un 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Jeden Donnerstag von 15.00 bis 17.00 Uhr in der WAX Konscht-Millen in Petingen (außer während der Schulferien)

Ölmalerei

Sie lernen die Ölmalerei kennen und probieren die verschiedenen Techniken, sei es mit Pinsel, Spachtel oder Kollage und gestalten so ihr eigenes Ölgemälde. Auch Fortgeschrittene sind willkommen um ihr malerisches Können zu erweitern. Das Material wird ihnen zur Verfügung gestellt, bringen sie nur ihre gewünschte Leinwand mit. Ziehen Sie alte Kleider an.

Kursleiterin: Liette Haupert | 11 Einheiten x 2 Stunden: 99 €
Neuer Beginn 2.05.24.
Mellt lech wgl. bei all Broschür nees nei un.

Tous les jeudis de 15h00 à 17h00 à la WAX Konscht-Millen à Pétange (sauf pendant les vacances scolaires)

Peinture à l'huile

Avec ce cours vous apprenez à connaître la peinture à l'huile et à essayer les différentes techniques, que ce soit au pinceau, à la spatule ou au collage, créant ainsi votre propre tableau. Les personnes ayant un niveau avancé sont aussi les bienvenues pour améliorer leurs pratiques. Le matériel est mis à votre disposition, apportez seulement votre toile. Mettez également de vieux vêtements.

Formatrice: Liette Haupert | 11 séances à 2 heures: 99 €
Nouveau début 2.05.24.
Veuillez svp. vous réinscrire à chaque nouvelle brochure.

Inscrivez-vous s.v.p. au 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Ëmmer donneschdes vu 14.30 bis 17.00 Auer am Club Senior

Kaffisstuff

Iech fält doheem de Plafond op de Kapp an Dir wëllt mol bëssen ënnert d'Leit goen oder Dir sidd spontan zu Déifferdeng ënnerwee an hutt Duuscht? Da kommt bei eis an d'Kaffisstuff a verbréngt e flotten Nomëtte mat hausgemaachtem Kuch a Gesellegkeet. Mir hunn och Tabletten (Ipad a Samsung) déi Dir gären kënnt an der Kaffisstuff ausléinen a verschidde Spiller éwei Gedächtnistraining, Rätselen, Memory, Domino, Scrabble a villes méi probéieren.

Tous les jeudis de 14h30 à 17h00 au Club Senior

Cafétéria

Rendez-vous chez nous au club, et passez un agréable après-midi avec de succulents gâteaux faits maison, et de plus en excellente compagnie. Des tablettes (Ipad et Samsung) sont à votre disposition et vous pouvez les emprunter au café afin de tester les divers jeux tels que l'entraînement de la mémoire, les casse-têtes, les dominos, le Scrabble et bien plus encore.

(ausser, *sauf les* 02.05., 23.05., 20.06., 11.07., 1.08., 22.08.
Buvette vun der Jugendfabrik

Mellt iech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Den 1. Donneschden am Mount spille mir BINGO vu 15.00 bis 16.00 Auer

Bingo

ausser am Juni, do ass et den 2 Donneschden, den 13. Juni

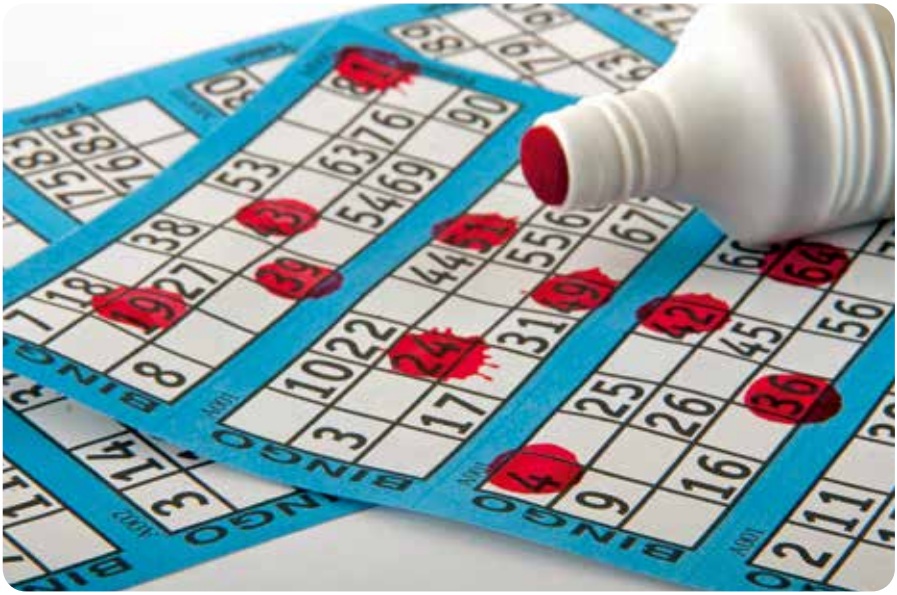
2. Mee	Bingo an der Jugendfabrik mat Kaffi a Kuch
13. Juni	Bingo am Club mat Kaffi a Kuch
4. Juli	Bingo am Club mat gudden Eisekuchen
1. August	Bingo an der Jugendfabrik mat Kaffi a Kuch

Chaque premier jeudi du mois, nous jouons au BINGO de 15h00 à 16h00

Bingo

sauf en juin, le 2ème jeudi, le 13 juin

2 mai	*bingo à la Jugendfabrik avec café et gâteau*
13 juin	*bingo au club avec café et gâteau*
4 juillet	*bingo au club avec de bonnes gaufres*
1 août	*bingo à la Jugendfabrik avec café et gâteau*



Inscrivez-vous s.v.p. au 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Ëmmer vu 15.00 bis 17.00 Auer

„Kaffisstuff" an der Buvette vun der Jugendfabrik

Kaffisstuff emol aneschters. Kommt mat eis an eng nei Kaffisstuff an der Jugendfabrik an zesumme mat deene Jonke verbrénge mir ee gemittlechen Nomëtten. ± All 3. - 4. Donneschden hu mir eis eppes Neits fir Iech afale gelooss.

Mellt Iech wgl. un.

02.05.24: Bingo spillen
Extra: gutt Eisekuchen

23.05.24: Kommt an hëlleft eng Këscht fir Hygiènesproduiten ze bauen fir eise jonken Dammen e gratis an diskreten Zougréff op Hygiènesproduiten ze bidden.
Extra: Smoothie

20.06.24: Pétanquetournoi
Extra: Kiischtentaarte

11.07.24: Jardinage op der Terasse an BBQ

01.08.24: Bingo spillen
Extra: Blësch mat Uebst

22.08.54: Atelier Cocktails (mat exoteschem Uebst)

**Mer bidden Iech en Transport aller / retour un.
Treffpunkt 14.30 Auer am Club**

Retour ass méiglech um 16.00 Auer an um 17.00 Auer - bei der Umeldung w.e.g. präziséieren.

i **Begrenzte Plazen am Minibus.**

Mellt iech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Toujours de 15h00 à 17h00

«Cafétéria» dans la buvette de la Jugendfabrik

Notre Cafétéria, mais différente. Venez découvrir avec nous la nouvelle cafétéria dans la Jugendfabrik. Tous les troisièmes jeudis, avec les jeunes, nous vous proposons quelque chose de spécial. Inscrivez-vous svp.

Inscrivez-vous svp.

02.05.24: *Bingo.*
Extra: *Plus quelques bonnes gaufres pour l'ambiance.*

23.05.24: *Venez participer à la construction d'une « boîte de produits hygiéniques » pour offrir à nos demoiselles un accès gratuit et discret à ces produits.*
Extra: *Smoothie*

20.06.24: *tournoi de Pétanque*
Extra: *Tartes aux cerises*

11.07.24: *Jardinage sur la terrasse et BBQ*

01.08.24: *Bingo.*
Extra: *Gâteau aux fruits*

22.08.24: *Atelier Cocktails (accompagnés de fruits exotiques)*

Nous vous proposons un transport aller-retour. Rendez-vous à 14h30 au club

Le retour est possible à 16h00 et 17h00 - à préciser lors de l'inscription.

Places limitées au minibus.

Freides, den 10. Mee
mat de Kanner vun der MR internationale vun Déifferdeng
Freides, de 14. Juni
Freides, de 5. Juli
Freides, de 16. August

Handaarbechten am Club

Sidd Der och begeeschtert vun Handaarbechte wéi z.B.: Heekelen oder Strécken a wëllt dëst a flotter Gesellschaft maachen? Dann sidd Dir bei eis genau richteg. .

14.30 bis 16.30 Auer am Club | Gratis

Vendredi, le 10 mai
avec les enfants de la MR internationale de Differdange
Vendredi, le 14 juin
Vendredi, le 5 juillet
Vendredi, le 16 août

Travaux d'aiguilles au club

Êtes-vous également passionnées par les travaux d'aiguilles: crochet, tricot et vous voulez progresser en bonne compagnie, alors vous êtes au bon endroit.

14h30 à 16h30 au club | Gratuit

Mellt iech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Immer freitags von 10.00 bis 11.00 Uhr im Club Senior

BodyBalance (mit Turnmatte oder Stuhl)

BodyBalance findet zu Musik statt und besteht aus verschiedenen Yoga-, Tai-Chi- und Pilates-Stellungen. Ein kompletter Fitnesskurs, der Spaß macht, weil er abwechslungsreich ist - also ein Kurs für den ganzen Körper.

Kursleiterin: Anna Maria Rocchio

- 10.00 bis 11.00 Uhr
- 84 € | Vom 3. Mai bis 23. August.
- Mellt lech wgl. bei all Broschür nees nei un.

Tous les vendredis de 10h00 à 11h00 au Club Senior

BodyBalance (avec tapis ou chaise)

Le BodyBalance se déroule sur de la musique et se compose de diverses postures de yoga, de Tai Chi et de pilâtes. Un cours de fitness complet et agréable car varié, un cours pour tout le corps.

Prof du Cours: Anna Maria Rocchio

- *10h00 à 11h00*
- *84 € | Du 3 mai au 23 août.*
- *Veuillez svp. vous réinscrire à chaque nouvelle brochure.*

Inscrivez-vous s.v.p. au 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Freides, den 3. Mee
Freides, de 7. Juni
Freides, den 12. Juli
Freides, den 2. August

Sëtzdanz

D'Jennifer huet eng Formatioun am Sëtzdanz gemaach a géif sech freeën Iech des Aktivitéit méi no ze bréngen. Beim Sëtzdanz oder och als Sëtzgymnastik bekannt, ginn déi verschidde Beweegungen, wéi den Numm et scho seet am Sëtzen duerchgefouert. Kommt an trainéiert 1 Mol de Mount Är Beweeglechkeet a Koordinatioun op flott Museke vu fréier.

14.30 bis 15.30 Auer am Club Senior | Gratis
Mellt Iech wgl. bei all Broschür nees nei un.

Vendredi, le 3 mai
Vendredi, le 7 juin
Vendredi, le 12 juillet
Vendredi, le 2 août

Danse assise

Jennifer a suivi une formation en danse assise et elle est impatiente de vous initier à cette activité. La danse assise, également connue sous le nom de gymnastique assise, consiste à effectuer différents mouvements, comme son nom l'indique, en position assise. Une fois par mois, venez entraîner, votre mobilité, votre rythme et votre coordination sur différentes chansons d'antan.

14h30 à 15h30 au Club Senior | Gratuit
Veuillez svp. vous réinscrire à chaque nouvelle brochure.

Mellt iech w.e.g. un 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Freides, de 17. Mee mam Roland Kayser
Freides, den 21. Juni mam Jemp & Jeannot
Freides, de 26. Juli mam Gino Tricarico
Freides, den 23. August mam Marius Romano

Danztreff am Club

Loscht Iech mol nees e bëssen ze beweegen op flott Rhythmen? Ma dann ass dat hei genau dat Richtegt. 1 mol de Mount freides mëttes kënnt Der bei eis d'Danzbeen schwéngen mat verschidden Musiker. **Fir déi Leit déi sech besonnesch fir den argentineschen Tango interesséieren, den Här Camarda Raymond bréngt Iech dee gär méi no jeeweils vu 16.30 bis 17.30 Auer.**

14.30 bis 17.30 Auer

5 €

Vendredi, le 17 mai *avec Roland Kayser*
Vendredi, le 21 juin *avec Jemp & Jeannot*
Vendredi, le 26 juillet *avec Gino Tricarico*
Vendredi, le 23 août *avec Marius Romano*

Rencontre de danse au club

Envie de bouger sur de jolis rythmes? Alors ceci est tout à fait ce qu'il vous faut. Une fois par mois, le vendredi après-midi, vous pourrez vous trémousser sur notre piste de danse avec différents musiciens. ***Pour ceux qui s'intéressent particulièrement au tango argentin, M. Camarda Raymond se fera un plaisir de vous initier de 16h30 à 17h30.***

14h30 à 17h30

5 €

Individuell Couren: Laptop, Handy an Tablet

Der hutt Froen zu Handy (Smartphone), Laptop oder Tablett?
Oder wëllt gären déi wichteg Saache léieren?

- Texter/ SMS schreiwen - am Internet sichen - Maile verschécken- Updates- App eroflueden- Oder benotze vun de Programmer Word, Excel, usw…

Dann huelt Iech een individuelle Rendezvous jee no Disponibilitéit vun eise Mataarbechter.

Ëmmer op Rendez-vous

€ 15 € (fir eng Stonn)

Conseils individuels pour PC, portable, tablette

Vous avez des questions sur les téléphones mobiles (smartphones), les ordinateurs portables ou les tablettes et vous aimeriez en connaître toutes les subtilités:

- *Rédiger des textes/SMS - recherches sur Internet - envoyer des emails - mises à jour - télécharger des applications - Ou utiliser les programmes Word, Excel, etc…*

Prenez un rendez-vous individuel en fonction des disponibilités de nos collaborateurs.

Uniquement sur rendez-vous

€ 15 € (par heure)

Mellt iech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Gitt Member bei eis am Club - 2024

€ 15 Euro (Eenzelpersoun)

€ 20 Euro (Familljekaart fir Koppelen)

Mer wëllen Iech drop opmierksam maachen, dat Dir kënnt bei eis Member ginn, andeems Der eng Cotisatioun vu 15 € fir Eenzelpersounen oder 20 € fir eng Koppel pro Joer bezuelt. Dëse Beitrag gëtt ons d'Méiglechkeet weider vill ze organiséieren, an eventuell ze verbesseren, a beweist datt Dir eist Engagement ze schätze wësst.

Als Member hutt der punktuell verschidde Virdeeler.

Devenez membre chez nous au club - 2024

€ 15 euro (individuelle)

€ 20 euro (carte familiale pour nos couples)

Nous vous rendons attentifs(ves) au fait que vous pouvez également devenir membre chez nous en payant un montant de 15 € (cotisation individuelle) ou de 20 € (cotisation couple) par année. Votre apport nous permet de continuer à améliorer nos activités et de témoigner votre satisfaction pour nos engagements.

Les membres ont accès à des avantages ponctuels.

Aus ekologeschen an ekonomesche Grënn hu mer 2020 fir d'leschte Kéier d'Memberskaarten verschéckt. Si behalen awer hier Validitéit wann d'Cotisatioun bezuelt ass.

Pour des raisons écologiques et économiques, nous avons envoyé les cartes de membre pour la dernière fois en 2020. Toutefois, elles resteront valables dès réception du paiement.

Special Neijoersfeier

Mellt lech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Inscrivez-vous s.v.p. au ✆ 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Zousätzlechen Transport

Eisen Transport bezitt sech am Prinzip op den Aller-Retour vum Club aus. Wann Där net mobil sidd an en zousätzlechen Transport braucht (z.B. bis heem) da verrechne mer e Supplement vu **5 € /Fahrt** bei de Präis vum Bus oder der Aktivitéit derbäi.

Transport supplémentaire

*Notre transport est calculé sur l'aller-retour à partir du club. Si vous n'êtes pas mobiles et si vous avez besoin d'un transport supplémentaire (p. ex. à partir et vers votre domicile) nous devons facturer un supplément de **5 € /par trajet** au prix du bus ou de l'activité.*

Eise Club ass zou | *Jours de Fermeture*

Mëttwochs, den 1. Mee | *Mercredi, le 1er mai*

Donneschdes, den 9. Mee | *Jeudi, le 9 mai*

Méindes, den 20. Mee | *Lundi, le 20 mai*

Mëttwochs, de 26. Juni | *Mercredi, le 26 juin*

Donneschdes, de 15. August | *Jeudi, le 15 août*

Mellt lech w.e.g. un ✆ 26 58 06 60 an iwwerweist nodeems der d'Rechnung kritt hutt, op eise Konto: CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Merci fir Är Ënnerstëtzung

Merci pour votre soutien

Ministère de la Famille et de l'Intégration

Gemengen Déifferdeng, Käerjeng, Péiteng a Suessem

De Foyer de la Femme Differdange

All eisen Donateuren, Memberen, Visiteuren

E grousse Merci un eis Benevollen

Impressum

Paraît 3x par an:	Janvier, mai, septembre
Éditeur:	CLUB SENIOR PRËNZEBIERG
Conception et mise en page:	L'équipe du Club Senior Prënzebierg
Impression:	Imprimerie Heintz, Pétange
Édition:	1.600 exemplaires

PRINTED IN LUXEMBOURG

Agrément Ministère de la Famille
PA/99/05/023

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

Inscrivez-vous s.v.p. au ✆ 26 58 06 60 et faites un virement après réception de la facture, sur notre compte CCPLLULL - IBAN LU91 1111 1007 2640 0000

Ostereiermarkt Schwetzingen

Neijoerschfeier