

Club Uewersauer

Mai - August 2026

Mai - Août 2026



Inter-Actions
Développement & Action Sociale









www.inter-actions.lu

clubaktiv⁺



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

Legende / Légende

	Datum / Date
	Uhrzeit / Horaire
	Preis / Prix
	Treffpunkt / Rendez-vous
	Anmeldeschluss / Délai d'inscription
	Kurssprache / Langue du cours
	KursleiterIn / Formateur/-trice
	Clubübergreifende Aktivitäten / Activités transversales

Kontaktieren Sie uns / Contactez-nous

Tel.: 27 40 27 80 • **GSM / Whatsapp:** 621 82 65 36

E-Mail: clubuewersauer@inter-actions.lu

Postanschrift / Adresse postale :

39, rue Flebour • L-9633 Baschleiden

www.clubuewersauer.lu

  / clubuewersauer

Liebe Leserinnen und Leser,

„Man wird nicht älter, weil man eine bestimmte Anzahl an Jahren gelebt hat, sondern weil man aufhört, sich für Neues zu interessieren.“

(Ruth Westheimer)

Der Sommer lädt uns ein, Zeit miteinander zu verbringen, Neues zu entdecken und aktiv das Leben zu gestalten. Mit unserem Sommerprogramm möchten wir Sie herzlich einladen – insbesondere unsere älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger – dabei zu sein, mitzumachen und frische Impulse für einen gesunden, erfüllten Alltag zu sammeln.

Im Zentrum steht das Konzept des Active Aging: Bewegung, Lernen, soziale Kontakte und kulturelle Aktivitäten schenken Lebensfreude, neue Erfahrungen und wertvolle Begegnungen.

Ein ebenso wichtiges Anliegen ist die Partizipation: Sie sollen nicht nur teilnehmen, sondern Ihre Ideen, Erfahrungen und Talente einbringen und das Programm aktiv mitgestalten können.

In der Rubrik „Aktivitäten von Ihnen für Sie“ können Sie eigene Vorschläge umsetzen – sei es ein Wandertag, ein Sportangebot, kreative Treffen oder eine Gesprächsrunde. So entstehen Begegnungen auf Augenhöhe, neue Freundschaften und lebendiger Austausch.

Um Mitgestaltung noch stärker zu fördern, gibt es zudem unser Club-Comité. Es ist die Plattform, auf der Ihre Ideen, Wünsche und Rückmeldungen direkt Gehör finden und gemeinsam mit dem Organisationsteam in neue Impulse für das Clubleben umgesetzt werden. So wird Partizipation im Alltag spürbar und die Gemeinschaft aktiv gelebt.

Wir freuen uns darauf, den Sommer gemeinsam mit Ihnen zu gestalten – voller Bewegung, Begegnung und unvergesslicher Momente!

PAX Corinne

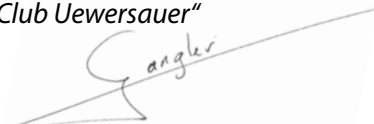
Verantwortliche „Club Uewersauer“



GANGLER Jeff

Präsident des Vorstandes

„Club Uewersauer“





Liebe Leserinnen und Leser,

„Jung, dynamisch, fit und gesund“

Wer möchte nicht auch im gediegenen Alter eine wertige Lebensphase erleben, die einen Menschen nicht ausklammert auf Grund der Lebensjahre, sondern ins gesellschaftliche Leben integriert?

Nach einem erfüllten Berufsleben, das durch die tagtägliche Arbeit geprägt wurde, darf man sich nun etwas zurücklehnen und sich an neuen schönen Dingen des Lebens erfreuen. So wirkt z.B.: der morgendliche Spaziergang im Wald wie ein wahrer Jungbrunnen.

Für viele Mitbürgerinnen und Bürger sieht jedoch der Alltag sehr monoton aus, das Gefühl nicht mehr gebraucht zu werden nagt am Gemüt des Einzelnen. Die Vereinsamung ist mittlerweile zu einem nicht unerheblichen Gesellschaftsproblem geworden.

Um jung, dynamisch, fit und gesund zu bleiben kann unser Club aktiv + maßgeblich dazu beitragen „aktiv“ zu altern. Es war und ist den politischen Verantwortungsträger der Naturparkgemeinden sehr wichtig, zusammen mit Inter-Actions einen offenen Treff zu schaffen.

Menschen, die sich begegnen, Erfahrungen austauschen und gemeinsame Interessen entdecken haben Lust auf mehr. Mehr geselliges Beisammensein, mehr Bewegung, kreative Beschäftigungen, Kultur, Sport und somit mehr Lebensfreude.

Nutzen Sie, liebe Bürgerinnen und Bürger die zahlreichen Angebote, die Sie im Sommerprogramm des Club Uewersauer vorfinden und seien auch Sie Teil einer aktiven Gesellschaft.



Marco Koeune

Bürgermeister der Stauseegemeinde



De Neues Gesicht, neue Energie!

Edwin Seyll startet ab Mai bei uns und bringt jede Menge Kreativität, Herz und Tatkraft mit. Ob kreative Projekte, spannende Herausforderungen oder einfach der tägliche Austausch – mit ihm wird unser Team noch lebendiger!



Fr Un nouveau visage, une nouvelle énergie !

Edwin Seyll rejoint notre équipe à partir de mai et apporte avec lui créativité, cœur et dynamisme. Que ce soit pour des projets passionnants, de nouveaux défis ou simplement les échanges du quotidien, il rendra notre équipe encore plus vivante et inspirante !

De Club Uewersauer Minibus

Ihre Teilnahme ist uns wichtig.

Unser „Uewersauer Club-Bus“ soll Ihnen die Teilnahme an unseren Aktivitäten erleichtern. Wer sich hier angesprochen fühlt und diese Hilfeleistung für sich in Anspruch nehmen möchte, kann ganz einfach und bequem per Telefon bei uns melden.

Fr Club Uewersauer Minibus

Notre service de transport vous assure la participation aux activités.

Si vous vous sentez concerné(e) et souhaitez bénéficier de cette aide, vous pouvez tout simplement nous contacter par téléphone.

Club Uewersauer

Mëllt Iech bei eis!

- Hu Dir Zäit a Loscht?
- Wëll Dir Iech engagéieren?
- Kennt Dir eppes besonnesch gutt a wëllt dat mat aneren deelen?

MIR BRAUCHEN IECH

MIR SICHE BENEVOLE,
dêi eis bei eisen Aktivitéiten ënnerstëtzen
Club Uewersauer: 27 40 27 80

Inter-Actions

Développement & Action Sociale

www.inter-actions.lu



Stauséigemeng



Club am Duerf



De Haben Sie auch manchmal das Bedürfnis sich spontan mit Menschen in einer warmen ruhigen Atmosphäre zu treffen? Sich auszutauschen, gemeinsame Interessen zu entdecken, Hobbys zu pflegen oder Neues auszuprobieren? Regelmässig organisieren wir unseren "Club am Duerf" in unseren Partnergemeinden. Diese **Begegnungen** bieten eine ideale Gelegenheit, uns kennenzulernen, sich zu informieren oder sich in angenehmer Atmosphäre auszutauschen. Es gibt keine Vorgaben, kein „Muss“. Sie entscheiden, wann Sie kommen, wann Sie gehen und was Sie machen! Das macht den Zauber dieser Aktivität aus. Für weitere Informationen kontaktieren Sie uns gerne unter der Nummer 27 40 27 80.

Fr Avez-vous parfois envie de rencontrer spontanément des personnes dans une atmosphère chaleureuse et paisible ? Échanger, découvrir des intérêts communs, partager des loisirs ou essayer quelque chose de nouveau ? Alors passez nous voir ! Afin de renforcer notre proximité avec vous, nous organisons **des rencontres** dans nos communes partenaires. Ces moments d'échange et de convivialité sont l'occasion idéale pour se rencontrer, s'informer et partager ensemble. Vous décidez quand vous venez, quand vous partez et ce que vous souhaitez faire. Pour plus d'information, n'hésitez pas de nous contacter au 2740 2780.

MONTAG /
LUNDI

14:00 - 15:30
Heiderscheid

DIENSTAG /
MARDI

08:00 - 10:00
Heiderscheid

MITTWOCH /
MERCREDI

12:00 - 13:30
Fuissekaul
Esso



Inhalt - Contenu

	Geselligkeit / Convivialité.....	10-26
	Sport & Bewegung / Sport & activité physique	28-40
	Aktivitäten von Ihnen für Sie/ Activités de vous pour vous	42-46
	Wohlbefinden / Bien-Être	48-53
	Workshops & Seminare / Ateliers & séminaires	56-66
	Kultur & Ausflüge / Culture & visites	68-76
	„After Work“	78-81
	Für Gross & Klein / Pour grands & petits	82-88



Geselligkeit / Convivialité

„Gut gelaunt in die neue Woche“	11
„KreativStuff“ bei Kaffee & Kuchen	12
„KeramikTreff“	13
„Oppenen Mëtteg“	14
„Konter & Matt Owend“ & „Konter & Matt Treff“	15
„RestaurantTreff“	16
„ShoppingTour“	17
„Bingo für Alle“	18
Gesellschaftsspiele bei Kaffee und Kuchen	19
Jeux de société avec une bonne tasse de café	
Anfängertraining: Konter & Matt	20
„Konter& Matt“ pour débutants	
Gemütliche Terrassentour durch die Region	21
Visite en terrasse à travers la région	
Gehirn-Jogging – Fitness für die grauen Zellen	22
Entraînement cérébral – un entraînement pour la mémoire	
Kulinarische Runde – Gemeinsam kochen und backen	23
Cuisine conviviale – Cuisiner et pâtisser ensemble	
„Uewersauer Gesangstreff“	24
Bingo Spezial	25

„Gut gelaunt in die neue Woche“



De Perfekt für einen entspannten Start in die Woche. Möchten Sie sich noch Plätze in Aktivitäten sichern, sich anmelden für einen Ausflug? Sei es ein Schlemmer-Frühstück in gemeinsamer Runde oder ein flotter Espresso zwischendurch.

Fr Parfait pour un début de semaine. Vous souhaitez réserver encore des places dans des activités où vous

inscrire à une excursion ? Qu'il s'agisse d'un petit-déjeuner en groupe ou d'un expresso rapide entre les deux.



Mo / Lu & Fr / Ve



09:00- 10:30



"Bäckerei Fischer",
Pommerloch



„KreativStuff“ bei Kaffee & Kuchen



De Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf! Bei dieser gemütlichen Bastelrunde können Sie gemeinsam mit anderen Teilnehmer:innen handwerklich aktiv werden, neue Techniken ausprobieren und eigene Ideen umsetzen. Während Sie basteln, gibt es Gelegenheit zum Plaudern, Kennenlernen und Genießen von Kaffee und Kuchen – für entspannte Stunden voller Inspiration, Austausch und guter Laune.

Fr Laissez libre cours à votre créativité ! Lors de cet atelier convivial, vous pourrez réaliser vos propres créations, découvrir de nouvelles techniques et partager vos idées avec les autres participants. Pendant que vous bricolez, profitez d'un moment de détente pour discuter, faire de nouvelles rencontres et savourer café et gâteau – pour des heures inspirantes, conviviales et pleines de bonne humeur.



Mo/Lu & Do/Je



13:30-17:00



10 €



„Al Schoul“, Heiderscheid

**Fragen Sie nach unserer
WhatsApp KreativGruppe!**

Demandez notre groupe WhatsApp!

„Keramik Treff“



De Sie wollen gerne in Ihrer Freizeit kreativ sein, können aber aus Zeitgründen keine langfristigen Kurse buchen? Dann nutzen Sie unseren Kreativtreff, zum freien Gestalten Ihrer Ideen in gemütlicher Atmosphäre, sowie zum Austausch mit anderen Keramikfans.

Fr Vous aimeriez être créatif pendant votre temps libre, mais vous ne pouvez pas réserver de cours de longue durée en raison de contraintes de temps ? Profitez ensuite de notre lieu de rencontre créatif pour concevoir librement des objets en céramique dans une ambiance cosy, ainsi que pour échanger des idées entre créatifs.



Fr/Ve



17:00 - 21:00



15 €



„Al Schoul“, Heiderscheid

**Fragen Sie nach unserer
WhatsApp Keramikgruppe!**

Demandez notre groupe WhatsApp!

„Oppenen Mëtteg“



De Regelmäßig treffen wir uns zu einem gemütlichen Nachmittag. Das gesellige Treffen bei Kaffee und Kuchen soll zum Gedankenaustausch und zum Knüpfen neuer Kontakte einladen.

Fr Régulièrement, nous organisons un après-midi convivial. Cette rencontre autour d'un café et d'un gâteau a pour but de vous inviter à échanger des idées et à nouer de nouveaux contacts.



14:00 - 18:00



22.05.2026

19.06.2026

03.07.2026 & 17.07.2026

07.08.2026 & 21.08.2026



1 Tag im Vorfeld /
1 jour à l'avance



"An der Gemeng",
Winseler

„Konter & Matt Owend“



19:00 - 21:30



13.05.2026 & 27.05.2026
10.06.2026 & 24.06.2026
08.07.2026 & 22.07.2026
12.08.2026 & 26.08.2026



2 Tage im Vorfeld /
2 jours à l'avance



„Camping Bissen“,
Heiderscheid Grund

„Konter & Matt Treff“



14:00 - 18:00



07.05.2026 & 21.05.2026
04.06.2026 & 18.06.2026
02.07.2026 & 16.07.2026
06.08.2026 & 20.08.2026



2 Tage im Vorfeld /
2 jours à l'avance



Restaurant
„Schumann's -Eck“,
Nothum



„Restaurant Treff“



Restaurant "Schumann's Eck" Nothum

07.05.2026 & 21.05.2026

04.06.2026 & 18.06.2026

02.07.2026 & 16.07.2026

06.08.2026 & 20.08.2026

Restaurant "PizzaHut" Pommerloch

15.05.2026

09.06.2026

14.07.2026

11.08.2026

Restaurant "Deeler Bistro" - Dahl

26.05.2026

30.06.2026

28.07.2026

25.08.2026

Restaurant "An de Gaessen" Eschweiler

28.05.2026

25.06.2026

23.07.2026

27.08.2026



11:30 - 14:00



1 Tag im Vorfeld /
1 jour à l' avance

„Shopping Tour“



De Verbringen Sie gemeinsam mit uns oder auf eigene Faust, einen geselligen Tag bei unseren verschiedenen Shoppingzielen. Wer vom vielen Schauen und Stöbern hungrig geworden ist, kann gerne zusammen mit uns zu Mittag essen.

Fr Venez passer une journée de convivialité avec nous ou à votre rythme dans nos différentes destinations de shopping. Ceux qui ont faim après avoir vu et fouillé, viennent avec nous déjeuner.



**Tagesausflug mit Minibus /
Excursion en minibus**



**1 Tag im Vorfeld /
1 jour en avance**

Massen - 15 €

27.06.2026

29.07.2026

17.08.2026

IKEA - 20€

20.07.2026



„Bingo für Alle“



De Sie glauben Bingo ist langweilig und fade? Nehmen Sie teil und lassen Sie sich vom Gegenteil überzeugen. Für die Gewinner hat sich unser Team kreative Preise ausgedacht.

Fr Vous pensez que le bingo est un jeu ennuyeux et fade ? Participez et laissez-vous convaincre du contraire. Notre équipe s'est fait un plaisir de prévoir des prix créatifs pour les gagnants.



14:00 - 18:00



26.05.2026 & 30.06.2026,
28.07.2026 & 25.08.2026



1 Tag im Vorfeld /
1 jour à l'avance



Restaurant
"Deeler Bistro", Dahl



Gesellschaftsspiele bei Kaffee und Kuchen Jeux de société avec une bonne tasse de café



De Sie spielen gerne Gesellschaftsspiele, aber Ihnen fehlen die Mitspieler? Dann sind Sie bei uns genau richtig. In entspannter Atmosphäre wird gemeinsam gelacht, getüftelt und gespielt – von beliebten Klassikern bis hin zu spannende Neuheiten.

Bringen Sie gerne Ihre eigenen Brett- und Gesellschaftsspiele mit und entdecken Sie neue Lieblingsspiele in netter Runde.

Fr Vous aimez les jeux de société, mais il vous manque des partenaires de jeu ? Alors vous êtes au bon endroit. Dans une ambiance détendue,

nous jouons, réfléchissons et rions ensemble – des grands classiques aux nouveautés passionnantes. N'hésitez pas à apporter vos propres jeux de société et à découvrir de nouveaux jeux favoris dans une agréable compagnie.



14:00 - 17:00



05.05.2026, 02.06.2026,
07.07.2026, 04.08.2026



1 Tag im Vorfeld /
1 jour à l'avance



"Hannert der Kirch",
Baschleiden

Anfängertraining: „Konter & Matt“ „Konter& Matt“ pour débutants



De Einmal pro Woche werden die „Konter & Matt“ Karten gemischt. Gesucht werden stets weitere Mitspielerinnen und Mitspieler, die gerne in geselliger Runde spielen möchten. Melden Sie sich an und erhalten Sie Tipps & Strategien rund um das beliebte Kartenspiel.

Fr Une fois par semaine, les cartes de „Konter & Matt“ sont mélangées. Nous recherchons toujours d'autres joueuses et joueurs qui souhaitent jouer dans une ambiance conviviale. Inscrivez-vous et recevez des conseils et des stratégies autour de ce jeu de cartes populaire



Do/Je: 14:00-18:00
Mi/Me: 19:00-21:00



Jeden ersten und dritten Donnerstag und jeder zweite und vierte Mittwoch im Monat



**2 Tage im Vorfeld /
2 jours à l'avance**



Do/Je :
Restaurant „Schumman's Eck“, Nothum
Mi/Me :
„Camping Bissen“, Heiderscheid-Grund

Gemütliche Terrassentour durch die Region Visite en terrasse à travers la région



De Die ersten Sonnenstrahlen laden im Frühling zum Verweilen auf einer Terrasse ein. Gemeinsam mit Ihnen, entdecken wir die schönsten Restaurants in der Region. Gerne können Sie auch ihre Vorschläge machen. Welche Terrasse wir besuchen, wird zusammen entschieden.

Fr Nous découvrons avec vous les plus beaux restaurants avec terrasse de la région. Vous êtes également invités à faire vos propres suggestions. Le choix de la terrasse que nous allons visiter sera choisie une semaine à l'avance.



16:00 - 19:30



11.05.2026 & 29.05.2026
08.06.2026 & 29.06.2026
13.07.2026 & 27.07.2026
10.08.2026 & 31.08.2026



Gehirn-Jogging – Fitness für die grauen Zellen Entraînement cérébral – un entraînement pour la mémoire



De Bei unserem Gedächtnistraining bringen wir Ihre grauen Zellen in Bestform! Mit Spaß statt Stress, mit Lachen statt Leistungsdruck und mit Spielen, Rätseln & verblüffenden Tricks trainieren wir Ihr Gehirn wie ein echtes Fitnessprogramm. Es erwarten Sie spielerische Herausforderungen, knifflige Übungen, gute Laune und natürlich eine gemütliche Atmosphäre.

Fr Avec notre entraînement cérébral, mettez vos neurones en pleine forme ! Avec plaisir plutôt que stress, avec rires plutôt que pression, et grâce à des jeux, des énigmes et des

astuces surprenantes, nous entraînons votre cerveau comme un véritable programme de fitness. Au programme : Des défis ludiques, des exercices stimulants, de la bonne humeur et, bien sûr, une atmosphère chaleureuse et conviviale.



13.05.2026 & 27.05.2026
10.06.2026 & 24.06.2026
08.07.2026 & 22.07.2026
11.08.2026 & 25.08.2026



1 Tag im Vorfeld /
1 jour à l'avance



“Al Schoul”, Heiderscheid



Kulinarische Runde – Gemeinsam kochen und backen Cuisine conviviale – Cuisiner et pâtisser ensemble



De Hier geht es nicht um Kochen auf Sternekoch-Niveau, sondern um die Freude am gemeinsamen Zubereiten von Speisen. Zusammen sammeln wir traditionelle Rezepte, kochen und backen in entspannter Atmosphäre. Jede und jeder bringt eigene Erfahrungen und Lieblingsrezepte mit – so entstehen immer wieder neue kulinarische Ideen und schöne gemeinsame Momente.

Fr Il ne s'agit pas de cuisiner au niveau d'un chef étoilé, mais de partager le plaisir de préparer des plats ensemble. Dans une atmosphère conviviale, nous rassemblons des recettes traditionnelles, cuisinons et préparons des

pâtisseries. Chacun apporte ses propres expériences et recettes préférées – ainsi naissent de nouvelles idées culinaires et de beaux moments de partage.



20.05.2026, 15.07.2026



„Paalsbau », Noertrange



03.06.2026, 05.08.2026



« Centre Culturel »,
Kaundorf



10:00 - 14:00



2 Tage im voraus /
2 jours en avance



25 €



„Uewersauer Gesangstreff“



De Wir können nicht sehr gut singen, aber trotzdem wagen wir es, denn es ist der Spaß an der Sache der zählt. Unser Gesangstreff ist also für jedermann, egal ob AnfängerIn, Hobby-sängerInnen oder diejenigen die unter der Dusche singen. Gesungen werden Lieder aus aller Welt, gerne können Sie Ihre Vorschläge mit einbringen. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.

Fr Nous ne savons pas très bien chanter, mais le faisons quand même, car c'est le plaisir qui compte. Notre « Uewersauer Gesangstreff » s'adresse à tous, que vous soyez un débutant, un chanteur amateur ou quelqu'un qui

chante sous la douche. Des chansons du monde entier sont chantées et vous pouvez aussi proposer des chants. La connaissance de la musique n'est pas requise.



14:00 - 17:00



04.05.2026
01.06.2026
06.07.2026
03.08.2026



1 Tag im Vorfeld/
1 jour en avant



„Al Schoul“, Heiderscheid

Bingo Spezial



De Ganz neu und ganz beliebt- das ist unser „Bingo Spezial“. Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich an diesem Nachmittag, von unserem Bingo der besonderen Art und Weise überraschen. Gewinnen Sie Preise, bei denen Sie nicht dachten, dass es sie gibt.

Fr Tout nouveau et incroyablement populaire : voici notre « Bingo Spécial » ! Venez-vous laisser surprendre cet après-midi par notre version unique du bingo. Gagnez des prix insoupçonnés !



14:00 - 18:00



15.05.2026
12.06.2026
10.07.2026
10.08.2026



1 Tag im Vorfeld/
1 jour en avant



"Op der Flebour",
Baschleiden

 Fotogalerie: Geselligkeit







Sport & Bewegung / Sport & activité physique

„Jewersauer Wandergrupp“	29
Kegelnachmittag	30
Après-midi aux quilles	
„Jewersauer Spadséiergrupp“.....	31
„LineDance“ Anfängerkurs.....	32
« LineDance » pour débutants	
Tabata Intervalltraining.....	33
Tabata-entraînement fractionné	
Zumba - Fortgeschrittene.....	34
Zumba – Avancés	
Intensives Faszientraining	35
Entraînement intensif des fascias	
„AquaGym“	36
Intensives Bauchmuskeltraining	37
Entraînement intensif des muscles abdominaux	
E-Bike-Tour - Erlebnistour mit Sören Niessen	38
Circuit en vélo électrique - aventure avec Sören Niessen	
Pétanque	39
Bowling & Billard (6+)	40



„Uewersauer Wandergrupp“



De Sie sind auf der Suche nach Wanderbegleitern in der Nähe? Dann sind Sie hier richtig: Einfach anmelden und nette Leute in Ihrer Nähe zum Wandern treffen. Gerne können Sie auch Ihre Nordic-Walking Stöcke mitbringen oder Ihre 4-beinigen Begleiter.

Fr Vous cherchez des compagnons de randonnée dans le coin ? Alors, inscrivez-vous et rencontrez des gens sympas près de chez vous. Vous pouvez aussi apporter vos bâtons de marche nordique ou votre chien



Mi / Me



14:00 - 16:30



10 km



Fr / Ve



09:30 - 11:30



8 km



Kegelnachmittag Après-midi aux quilles



De Verbringen Sie einen Kegelnachmittag in geselliger Runde. Egal ob Profi oder Anfängerin.

Fr Passez, mensuellement un après-midi de quilles en bonne compagnie. Même si vous êtes débutant, vous êtes les bienvenus.



14:00 - 18:00



28.05.2026 & 25.06.2026
23.07.2026 & 27.08.2026



2 Tage im Vorfeld /
2 jours à l'avance



Restaurant
"An de Gaessen", Eschweiler



„Uewersauer Spadséiergrupp“



De Mit maximal 5 Kilometern Länge sind diese Wanderwege perfekt für einen gemütlichen Spaziergang geeignet.

Fr D'une longueur maximale de 5 kilomètres, ces randonnées sont parfaites pour une balade tranquille.



Di/Ma



10:30 - 11:30



5 km



„LineDance“ Anfängerkurs « LineDance » pour débutants



De Line Dance wird allein, ohne festen Partner, in Reihen hinter- und nebeneinander getanzt. Die Schrittfolgen sind einfach und schnell zu erlernen – perfekt für alle, die neu dabei sind! Line Dance stärkt Konzentration und Koordination, ist ein tolles Fitnessprogramm und macht vor allem jede Menge Spaß.

Fr Le Line Dance se pratique seul, sans partenaire fixe, en rangées derrière et à côté des autres. Les pas sont simples et rapides à apprendre – parfait pour tous ceux qui débutent ! Le

Line Dance stimule la concentration et la coordination, constitue un excellent programme de fitness et, surtout, procure beaucoup de plaisir.



18 :30 - 19 :00



04.05.2026 - 13.07.2026



30.04.2026



45 € (10 Einheiten / séances)



“Centre Culturel”,
Büderscheid



FR



Alexandra Esnault

Schnuppern / Essayer
04.05.2026



„Tabata-Intervalltraining“



De Tabata ist eine Form des Intervalltrainings, bei der kurze, hochintensive Intervalle von Bewegungen mit kurzen Pausen dazwischen abwechseln. In einem 30-minütigen Training werden Kraft und Ausdauer trainiert. Anschließend folgen 30 Minuten sanfte Übungen auf der Matte.

Fr Tabata est une forme d'entraînement fractionné, qui alterne des intervalles courts et intenses entrecoupés de courtes pauses. Une séance de 30 minutes développe la force et l'endurance, suivie de 30 minutes d'exercices doux sur tapis.



19:00 - 20:00



05.05.2026 - 30.06.2026



30.04.2026



52 € (4 Einheiten/ séances)



„Hall Sportif“, Nocher



Julie Wagner

Schnuppern / Essayer
05.05.2026



„Zumba “ für Fortgeschrittene « Zumba » pour avancées



De Haben Sie Spaß an Bewegung und Tanz? Dann ist unser Zumba Kurs genau das Richtige für Sie. Es ist eine Mischung von lateinamerikanischen Tänzen und Aerobic, und kombiniert somit perfekt Ausdauertraining, Beweglichkeit und Koordination. Zudem schert es noch gute Laune. Es geht vor allem um den Spaß dabei.

Fr Aimez-vous le mouvement et la danse ? Alors notre cours de zumba est fait pour vous. C'est un mélange de danses latino-américaines et d'aérobic qui combine parfaitement entraînement d'endurance, agilité et coordi-

nation. De plus, la bonne humeur est importante, surtout pour le plaisir.



19:30 - 20:30



07.05.2026 - 02.07.2026



30.04.2026



90 € (9 Einheiten/ séances)



„Hall Sportif“,
Harlange



Isabelle Engels

Schnuppern / Essayer
07.05.2026



Intensives Faszientraining Entraînement intensif des fascias



De In einem 45-minütigen intensiven Training werden verklebte und verhärtete Faszien gelockert und mobilisiert, um die Beweglichkeit zu verbessern, Schmerzen zu lindern und die Elastizität zu fördern. Dabei kommen Techniken wie das Rollen über eine Faszienrolle, federnde Bewegungen und Dehnen zum Einsatz, um das gesamte Bindegewebe zu trainieren.

Fr Lors d'un entraînement intensif de 45 minutes, les fascias contractés et tendus sont détendus et mobilisés pour améliorer la mobilité, soulager la douleur et favoriser l'élasticité. Des techniques telles que le roulement sur un rouleau à fascia, les mouvements

à ressort et les étirements sont utilisés pour solliciter l'ensemble du tissu conjonctif.



18:45 - 19:30



07.05.2026-02.07.2026



30.04.2026



44 € (4 Einheiten/séances)



„Hall Sportif“,Nocher



Julie Wagner

Schnuppern / Essayer
07.05.2026

„Aquagym“



De Wassergymnastik ist besonders für Personen geeignet, die nicht unbedingt große Sportler sind. Ein Minimum an Anstrengungen mit einem Maximum an Ergebnissen!

Fr L'aquagym est particulièrement destinée aux personnes qui ne sont pas nécessairement de grands athlètes. Un minimum de travail avec un maximum de résultats !



Di / Ma 05.05. - 07.07.2026
Do / Je 07.05. - 09.07.2026



Di / Ma
Groupe A: 18:45 - 19:30
Groupe B: 19:45 - 20:30

Do / Je
Groupe C: 19:00 - 19:45
Groupe D: 19:45 - 20:30



30.04.2026



60 € (8 Einheiten/ séances)



„Lycée du Nord Wiltz“,
Wiltz



FR



Cercle de natation
de Wiltz



Intensives Bauchmuskeltraining

Entraînement intensif des muscles abdominaux



De In einem 45-minütigen intensiven Training wird die gesamte Bauch- und Rumpfmuskulatur gestärkt, Bauchfett reduziert und die Körpermitte stabilisiert.

Fr Au cours d'une séance d'entraînement intensive de 45 minutes, tous les muscles abdominaux et centraux sont renforcés, la graisse du ventre est réduite et le tronc est stabilisé.

Schnuppern / Essayer
21.05.2026



18:45 - 19:30



21.05.2026-09.07.2026



11.05.2026



44 € (4 Einheiten/ séances)



"Hall Sportif", Nocher



Julie Wagner



E-Bike-Tour - Erlebnistour mit Sören Niessen



De Erleben Sie individuell gestaltete E-Bike-Touren, begleitet von einem ehemaligen Weltcup-Sieger. Die E-Bikes werden bequem direkt zu Ihnen gebracht – so kann das gemeinsame Abenteuer ganz entspannt beginnen. Freuen Sie sich auf eine geführte Tour durch die malerischen Landschaften Luxemburgs, kombiniert mit einem gemütlichen Restaurant- oder Kaffee-stopp.

Fr Découvrez des excursions en E-bike personnalisées, accompagnées par un ancien vainqueur de la Coupe du monde. Les vélos électriques sont livrés directement chez vous, pour

commencer l'aventure en toute simplicité. Profitez d'une sortie guidée à travers les paysages pittoresques du Luxembourg, agrémentée d'une pause conviviale au restaurant ou autour d'un café.



27.06.2026



12.06.2026



09 :00 – 12 :00



45 €



Wiltz



Sören Niessen



Pétanque



De Bei diesem Spiel zählen Geschick und Strategie – vor allem aber die gute Stimmung. Ziel ist es, die eigene Kugel möglichst nah an der kleinen Zielkugel zu platzieren. Egal ob Anfänger oder Profi: Kommen Sie vorbei und spielen Sie mit.

Fr Dans ce jeu, l'adresse et la stratégie comptent, mais surtout la bonne humeur. Le but est de placer sa boule le plus près possible du petit

cochonnet. Débutant ou joueur expérimenté, tout le monde est le bienvenu – venez participer !



16:00-18:00



12.05.2026 & 09.06.2026
14.07.2026 & 11.08.2026



1 Tag im voraus /
1 jour en avant



„Am Park“, Kaundorf



Bowling & Billard (6+)



De Ob geübter Striker oder Gelegenheitsspieler – alle sind willkommen! Freuen Sie sich auf einen geselligen Bowlingabend mit guter Stimmung, netter Gesellschaft und vielleicht der einen oder anderen lustigen Challenge.

Fr Que vous soyez un striker expérimenté ou un joueur occasionnel, tout le monde est le bienvenu ! Réjouissez-vous d'une soirée bowling conviviale, dans une ambiance détendue, avec de la bonne compagnie et peut-être l'un ou l'autre défi amusant.



17:00 - 19:00



19.05.2026 & 16.06.2026
21.07.2026 & 18.08.2026



1 Tag im Voraus /
1 jour en avance



15 €



All In Center,
Heiderscheid

 Fotogalerie: Sportlich unterwegs





Aktivitäten von Ihnen für Sie Activités par vous, pour vous

Tageswanderungen	43
Randonnées d'une journée	
LineDance - Kurs für Fortgeschrittene.....	44
Line Dance - Cours pour avancés	
Geführte Besichtigungen der Abtei Maredsous.....	45
Visites guidées de l'Abbaye de Maredsous	
Zumba für Anfänger: Die ersten Schritte.....	46
Zumba pour débutants : Les premiers pas	

⇒ Tageswanderungen Randonnées d'une journée



De Bei unseren Tageswanderungen machen wir uns gemeinsam auf den Weg, um die Region mit ihren schönen Landschaften und interessanten Orten zu entdecken. Unterwegs legen wir eine gemütliche Pause in einem Restaurant ein und genießen regionale Spezialitäten in einer entspannten Atmosphäre.

Routen und Termine für die Tageswanderungen bestimmen wir gemeinsam bei unseren wöchentlichen Wanderungen.

Fr Lors de nos randonnées d'une journée, nous partons ensemble à la découverte de la région avec ses beaux paysages et ses lieux intéressants. En chemin, nous faisons une pause conviviale dans un restaurant et dégustons des spécialités régionales dans une atmosphère détendue.

Nous déterminons ensemble les itinéraires et les dates de nos randonnées à la journée lors de nos randonnées hebdomadaires.

⇒ „LineDance“ - Kurs für Fortgeschrittene « Line Dance » – Cours pour avancés



De Ob klassisch, modern oder mit Country-Vibes – dieser Workshop sorgt für Abwechslung, Schwung und jede Menge Tanzfreude. Der Kurs richtet sich an Fortgeschrittene und baut auf dem Anfängerkurs auf. Leichte Vorkenntnisse sind daher erforderlich, und einige grundlegende Line-Dance-Schritte sollten bereits bekannt sein.

Fr Qu'il soit classique, moderne ou avec des accents country – cet atelier apporte variété, dynamisme et beaucoup de plaisir à danser. Ce cours s'adresse aux participants avancés et fait suite au cours pour débutants. Des

connaissances de base sont donc nécessaires et certains pas de base du line dance doivent déjà être connus.



19:00 - 20:00



04.05.2026 - 13.07.2026



30.04.2026



110€ (13 Einheiten / séances)



"Centre Culturel",
Büderscheid



FR



Alexandra Esnault

➔ Geführte Besichtigungen der Abtei Maredsous Visites guidées de l'Abbaye de Maredsous



De Entdecken Sie die Abtei und ihr privates Gelände: Gärten, Mönchsfriedhof und spannende Geheimnisse der Geschichte.

Anschließend können Sie Ihre Geschmacksknospen im „Musée de la fromagerie“ verwöhnen lassen. Die Führung endet mit einer Verkostung der verschiedenen Biere, begleitet von Käse. Im Preis inbegriffen sind Transport, Verkostung und ein kleines Geschenk

Fr Partez à la découverte de l'abbaye et de son domaine privé : jardins, cimetière des moines et secrets

de l'histoire. Puis laissez vos papilles s'émerveiller au « Petit Musée de la fromagerie ». Le tout se terminera par une dégustation des différentes bières accompagnées de fromage. Le prix inclus le transport, la dégustation et un petit cadeau.



Tagesausflug mit Minibus /
Excursion en minibus



20.06.2026



12.06.2026



40 €

Zumba für Anfänger: Die ersten Schritte Zumba pour débutants : Les premiers pas



De Tauchen Sie ein in die Welt von Zumba – speziell für Anfänger! Bei diesem Kurs lernen Sie die Grundschritte in Ihrem eigenen Tempo, haben Spaß an rhythmischer Bewegung und tanken Energie. Zumba fördert Ausdauer, Koordination und gute Laune – ideal, um fit zu bleiben und gleichzeitig den Alltag hinter sich zu lassen.

Fr Plongez dans l'univers du Zumba – spécialement conçu pour les débutants ! Dans ce cours, vous apprendrez les pas de base à votre rythme, prendrez plaisir à bouger en rythme et ferez le plein d'énergie. Le Zumba

améliore l'endurance, la coordination et la bonne humeur – idéal pour rester en forme tout en laissant le quotidien derrière soi.



18:45 - 19:15



30.04.2026 - 16.07.2026



29.04.2026



50€ (10 Einheiten / séances)



« Hall Sportif », Harlange



Isabelle Engels



Aufruf zur Mitarbeit im Club Uewersauer

Der Club Uewersauer sucht motivierte Mitglieder, die sich im Club-Uewersauer-Comité engagieren möchten.

Wenn Sie Lust haben, neue Ideen einzubringen und bei der Planung sowie Organisation von Veranstaltungen mitzuwirken, sind Sie herzlich eingeladen, sich einzubringen.

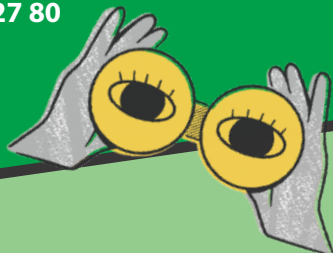
Als Mitglied des Comité helfen Sie dabei, gemeinsame Aktivitäten vorzubereiten, Projekte umzusetzen und das Vereinsleben aktiv mitzugestalten. Dabei stehen Teamarbeit, Austausch und gemeinsames Engagement im Vordergrund.

Die Mitarbeit erfolgt auf ehrenamtlicher Basis und bietet vielfältige Möglichkeiten, sich einzubringen – von der Entwicklung neuer Ideen über die Organisation von Aktivitäten bis zur Unterstützung bei Veranstaltungen.

Wenn Sie Interesse haben und sich gerne für die Gemeinschaft engagieren möchten, freuen wir uns sehr über Ihre Mitarbeit im Club Uewersauer.

Kontaktieren Sie uns!

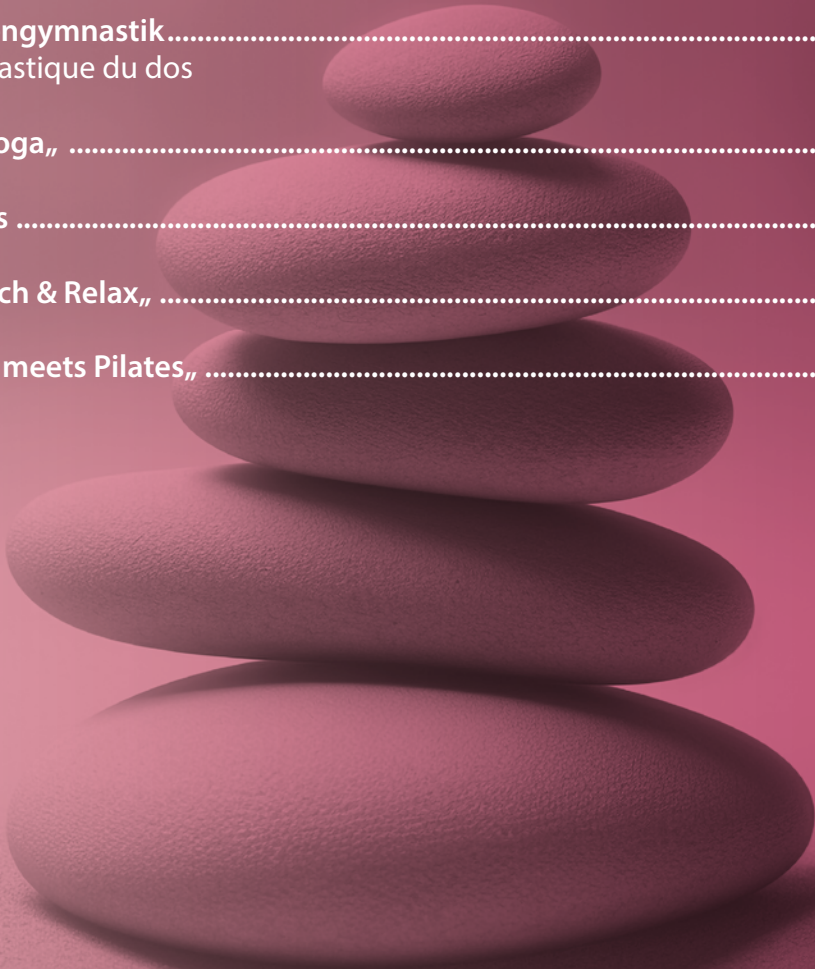
Tel.: 27 40 27 80





Wohlbefinden / Bien-Être

Rückengymnastik.....	49
Gymnastique du dos	
„Yin Yoga,“	50
Pilates	51
„Stretch & Relax,“	52
„Yoga meets Pilates,“	53



Rückengymnastik Gymnastique du dos



De Rückengymnastik hilft die Muskeln rund um die Wirbelsäule zu kräftigen, die Durchblutung zu fördern und die Flexibilität zu verbessern. Dies kann Rückenschmerzen vorbeugen und bestehende Beschwerden lindern.

Fr Les exercices pour le dos aident à renforcer les muscles autour de la colonne vertébrale, favorisent la circulation sanguine et améliorent la flexibilité. Cela peut prévenir les maux de dos et soulager les symptômes existants.



10:00 - 12:00



08.05.2026- 03.07.2026



30.04.2026



104 € (8 Einheiten/séances)



"Centre Culturel",
Heiderscheid



Julie Wagner

Schnuppern / Essayer
08.05.2026



Yin Yoga- Der sanfte Weg zu innerer Ruhe

Yin Yoga – Le chemin doux vers le calme intérieur



De Im Gegensatz zu den meisten Yoga-Stilen, bei denen die Muskulatur aktiviert wird, zielt Yin Yoga darauf ab, die Muskeln zu entspannen und das Bindegewebe zu dehnen. Die Übungen werden überwiegend am Boden ausgeführt und länger gehalten.

Fr Contrairement à la plupart des styles de yoga, où les muscles sont activés, le Yin Yoga vise à relâcher les muscles et à étirer les tissus conjonctifs. Les exercices se pratiquent principalement au sol et les positions sont maintenues plus longtemps.



Di/Ma: 09:30 - 10:45

Me/Mi: 18:30-19:45



Di/Ma:

05.05.2026 - 07.07.2026

Me/Mi:

07.05.2026 - 09.07.2026



30.04.2026



120 € (9 Einheiten/séances)



“Hannert der Kierch”,
Baschleiden



David Stephany

Schnuppern / Essayer

05.05.2026

„Pilates“



De Pilates ist ein sanftes ganzheitliches Ganzkörpertraining, bei dem Atmung und Bewegung in Einklang gebracht werden. Durch die Anspannung der tiefen Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskulatur wird der Rumpf stabilisiert und damit das Powerhouse (Körpermitte) aktiviert.

Fr Le Pilates est un entraînement doux et holistique de tout le corps qui équilibre la respiration et le mouvement. En contractant les muscles profonds de l'abdomen, du dos et du plancher pelvien, le tronc est stabilisé

et le "Powerhouse" (milieu du corps) activée.



19:00 - 20:00



12.05.2026-07.07.2026



07.05.2026



52€ (4 Einheiten/séances)



"Hall Sportif", Nocher



Julie Wagner

Schnuppern / Essayer
12.05.2026

„Stretch & Relax“



De Eine Stunde mit Dehn- und Flexibilitätsübungen, die Ihnen dabei helfen können, körperliche Anspannungen zu mindern. Lernen Sie nicht nur ihren Körper, sondern auch ihren Geist zu entspannen. Konzentrieren Sie sich ganz auf ihren Körper und ihren Atem und gelangen Sie so zu einer tiefen körperlichen und geistigen Entspannung.

Fr Une heure d'exercices d'étirement et de flexibilité qui peuvent vous aider à réduire les tensions physiques. Apprenez à détendre non seulement votre corps, mais aussi votre esprit. Concentrez-vous entièrement sur votre

corps et votre respiration et réalisez une relaxation physique et mentale profonde.



18:30 - 19:30



04.05.2026- 06.07.2026



30.04.2026



104 € (8 Einheiten/séances)



„Centre Culturel“,
Heiderscheid



Julie Wagner

Schnuppern / Essayer
04.05.2026

„Yoga meets Pilates“



De Der Kurs vereint die fließenden Bewegungen und die Achtsamkeit des Yogas mit der kraftvollen Stärkung der Körpermitte aus dem Pilates. Atemübungen, Dehnungen und sanfte Kräftigungsübungen fördern Beweglichkeit, Stabilität und innere Balance. Ein ganzheitliches Training für Körper und Geist.

Fr Ce cours combine les mouvements fluides et la pleine conscience du yoga avec le renforcement ciblé du centre du corps issu du Pilates. Des exercices de respiration, des étirements et un renforcement en douceur favorisent la mobilité, la stabilité et l'équilibre intérieur. Un entraînement complet pour le corps et l'esprit.



10:30 - 11:30



06.06.2026 - 04.07.2026



18.05.2026



60 € (4 Einheiten/séances)



"Centre Culturel",
Heiderscheid



Julie Wagner

Schnupperen / Essayer
06.06.2026

SCHNUPPERKURSE / COURS D'ESSAI

Wir bieten neuen Teilnehmer/innen die Möglichkeit an einigen der ersten Einheiten der Sportkurse der jeweiligen Kursreihe gratis teilzunehmen.

Bitte halten Sie Ausschau nach diesem Sticker (Bsp.).

Schnuppern / Essayer
30.02.2026

(Beispielsdatum)

Teilnahme nur nach Anmeldung.

Nous offrons aux nouveaux participants la possibilité d'essayer gratuitement certains cours de sport lors des premières unités d'une série.

S.v.p. cherchez ce sticker (ex.).

Schnuppern / Essayer
30.02.2026

(date en exemple)

Participation uniquement après inscriptions.

RÜCKEN-
GYMNASTIK

LINEDANCE

TABATA
FASZIEN TRAINING
ZUMBA

YINYOGA
PILATES

...

"STRETCH & RELAX"

Wichtige Hinweise zur Anmeldung und Teilnahme an unseren Veranstaltungen



Um den reibungslosen Ablauf unserer Veranstaltungen sicherzustellen, gelten folgende verbindliche Regeln:

- ➔ **Anmeldungen zu unseren Aktivitäten und Kursen sind ausschließlich möglich per**
 - E-Mail: clubuewersauer@inter-actions.lu
 - Telefon: 2740 2780
 - Handy: 621 82 65 36
- ➔ **Die Anmeldung erfolgt jeweils pro Broschüre.** Möchten Sie weiterhin, nach Ablauf des Programmheftes, an einem Kurs teilnehmen, ist eine erneute Anmeldung erforderlich.
- ➔ **Bitte beachten Sie, dass die Teilnahme an einer Aktivität nur garantiert werden kann, wenn Sie angemeldet sind und Ihre Rechnung beglichen haben.** Ohne Anmeldung, resp. Zahlung übernehmen wir keine Teilnahmegarantie.

Informations importantes concernant l'inscription et la participation à nos événements

Pour assurer le bon déroulement de nos événements, les règles suivantes sont obligatoires :

- ➔ **Les inscriptions à nos activités et cours se font uniquement par**
 - e-mail : clubuewersauer@inter-actions.lu
 - téléphone : 2740 2780
 - GSM : 621 82 65 36
- ➔ **L'inscription est toujours valable par programme.** Si vous souhaitez continuer un cours, une nouvelle inscription est nécessaire à chaque trimestre.
- ➔ **Veuillez noter que la participation à une activité n'est garantie que si vous êtes inscrit(e) et avez payé la facture.** Sans inscription et paiement, nous ne pouvons garantir votre participation.



Workshops & Seminare / Ateliers & séminaires

Nähkurs : Für Anfänger und Fortgeschrittene	57
Cours de couture pour débutants et avancés	
KI Workshop – Basiskurs	58
IA Séminaire- cours de base	
Keramikurs: Clown	59
Cours de céramique : clown	
KI und Ethik: Was sind die Herausforderungen?	60
IA et éthique : quels sont les défis	
Workshop: Sommerliche Tischlaterne	61
Atelier: lanterne estivale	
Künstliche Intelligenz im Alltag	62
IA dans notre quotidien	
Wildkräuterkochkurs	63
Cours de cuisine aux plantes sauvages	
Kreativität künstlicher Intelligenz	64
Créativité de l'intelligence artificielle	
Workshop: Herbstliche Blumenkomposition	65
Atelier : composition florale automnale	

Nähkurs: Für Anfänger und Fortgeschrittene Cours de couture pour débutants et avancés



De In unserem Nähkurs erhalten Sie Näh-Tipps, wie man den Stoffbedarf berechnet und worauf man beim Stoffeinkauf besonders achten muss. Verschiedene Näh- und Verarbeitungstechniken werden im Kurs thematisiert. Am Ende des Nähkurses können Sie fachgerecht zuschneiden, Schnittmuster auflegen, Fadenlauf beachten usw.

Fr Dans notre cours de couture, vous recevez des conseils de couture sur la façon de calculer les besoins en tissu et à quoi vous devez faire particulièrement attention lors de l'achat de tissu. Différentes techniques de couture et de traitement sont thématiques dans

le cours. À la fin du cours, vous pouvez couper correctement, appliquer des motifs de couture, observer le parcours du fil, etc.



09:00 - 11:30



04.05.2026 - 13.07.2026



30.04.2026



108 € (8 Einheiten/séances)

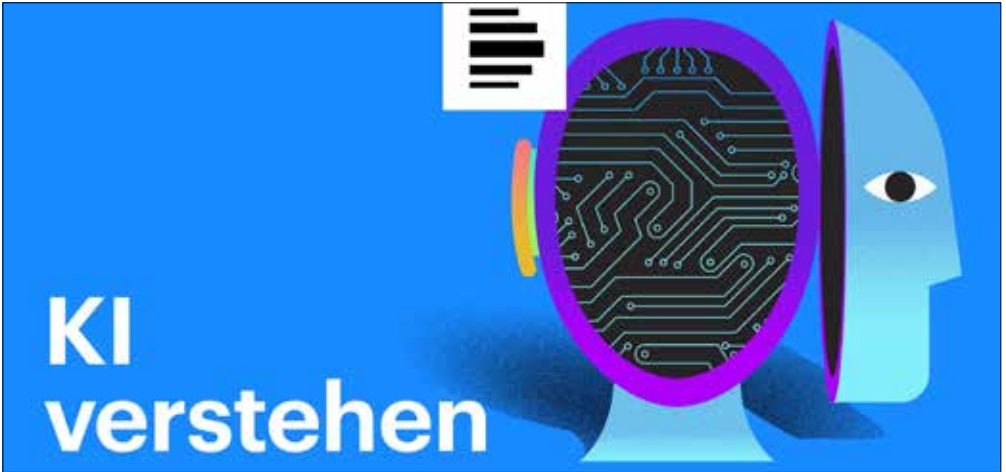


“Al Schoul”, Heiderscheid



Fabienne Streng-Darquenne

KI Workshop – Basiskurs IA Séminaire- cour de base



De Künstliche Intelligenz (KI) ist längst Teil unseres Alltags. In den Kursen lernen Sie Chancen, Anwendungsmöglichkeiten und den sicheren Umgang mit KI kennen. In entspannter Runde werden grundlegende Begriffe erklärt und Anwendungen ausprobiert. Der Basiskurs wird empfohlen, um optimal an den Aufbaukursen teilnehmen zu können.

Fr L'intelligence artificielle (IA) fait désormais partie de notre quotidien. Dans ces cours, vous découvrirez ses opportunités, ses applications et comment l'utiliser en toute sécurité. Les notions de base seront expliquées

et des applications seront testées ensemble. Le cours de base est recommandé comme préparation aux cours avancés.



17:00 - 19:00



12.05.2026



07.05.2026



20 €



« Centre Culturel »,
Kaundorf



Team Lux Tech School

Keramikkurs: Clown Cours de céramique : clown



De Unter professioneller Anleitung gestalten die Teilnehmer lustige Clownfiguren aus Ton. Am ersten Kurstag lernen sie, wie sich aus einfachen Tonformen ausdrucksstarke Figuren modellieren lassen. Nach dem ersten Brand können die entstandenen Figuren am 2. Kurstag dann mit bunten Engoben oder Glasuren farbenfroh gestaltet und individuell verziert werden.

Fr Sous la direction d'un professionnel, les participants réalisent de joyeuses figures de clowns en argile. Lors de la première journée de cours, ils apprennent comment créer des personnages expressifs à partir de formes simples d'argile. Après la première cuisson, les figurines réalisées pourront être décorées lors de la deuxième journée avec des engobes colorés ou des émaux, afin de leur donner des couleurs vives et un caractère unique.



08:00 - 12:00



06.06.2026 & 04.07.2026



29.05.2026



85€



„Al Schoul“ , Heiderscheid



Carine Boentges-Reckinger

KI und Ethik: Was sind die Herausforderungen? IA et éthique : quels sont les défis



De Die Integration von KI in verschiedene Bereiche wie Medizin, Bildung und Sicherheit eröffnet viele spannende Perspektiven. Es wirft aber auch wichtige Fragen auf: Welche Auswirkungen hat der Einsatz von KI auf unsere Privatsphäre? Diese und viele andere Fragen werden in diesem Workshop beleuchtet, der Ihnen eine allgemeine Einführung in die Welt der künstlichen Intelligenz gibt.

Fr L'intégration de l'IA dans des domaines tels que la médecine, l'éducation et la sécurité ouvre de nombreuses perspectives passionnantes. Elle soulève toutefois aussi des ques-

tions importantes : quelles sont les conséquences de l'utilisation de l'IA sur notre vie privée ? Ces questions, et bien d'autres, seront abordées dans cet atelier qui vous propose une introduction générale au monde de l'intelligence artificielle.



17:00- 19:00



09.06.2026



02.06.2026



« Centre Culturel »,
Kaundorf



Team Lux Tech School

Workshop: Sommerliche Tischlaterne Atelier: lanterne estivale



De Entdecken Sie die vielseitige Welt der Trockenblumen und gestalten Sie unter fachkundiger Anleitung Ihre eigene sommerliche Laterne- eine stilvolle Tischdekoration für warme Sommertage.

Fr Découvrez le monde fascinant et varié des fleurs séchées. Sous la direction d'une experte et avec beaucoup d'espace pour votre créativité personnelle, vous réaliserez une lanterne estivale unique – une décoration de table élégante pour les beaux jours d'été.



19:00 - 21:00



25.06.2026



18.06.2026



80 €



„Al Schoul“ , Heiderscheid



Nadège Decker



Wildkräuter Kochkurs

Cours de cuisine aux plantes sauvages



De Entdecken Sie die Vielfalt der essbaren Wildkräuter! In diesem Workshop lernen Sie, Kräuter in der Natur zu erkennen, zu sammeln und daraus einfache, leckere Gerichte zuzubereiten. Lassen Sie sich von den Aromen der Natur inspirieren.

Fr Découvrez la diversité des plantes sauvages comestibles ! Lors de cet atelier, vous apprendrez à reconnaître, cueillir et cuisiner des plantes de la nature pour préparer des plats simples et savoureux.



10:00 - 14:00



11.07.2026



06.07.2026



85 €



“Op der Flebour”,
Baschleiden



Mareilke Steng

Künstliche Intelligenz im Alltag IA dans notre quotidien



De Mittlerweile ist KI aus dem Alltag nicht mehr wegzudenken. Doch was genau steckt hinter dieser Technologie und wie leistungsfähig ist sie wirklich? Wo begegnet uns KI heute schon und wie wird sie unser Leben in Zukunft beeinflussen?

Fr L'IA fait désormais partie intégrante de notre quotidien. Mais que se cache-t-il réellement derrière cette technologie et à quel point est-elle performante ? Où rencontrons-nous

déjà l'IA aujourd'hui et comment influencera-t-elle notre vie à l'avenir ?



19:00 - 21:00



14.07.2026



07.07.2026



« Centre Culturel »,
Kaundorf



Team Lux Tech School

Workshop: Herbstliche Blumenkomposition Atelier : composition florale automnale



De Gestalten Sie eine herbstliche Blumenkomposition mit frischen Blumen in einer klaren, strukturierten Form. Unter fachkundiger Anleitung entsteht ein dekoratives Arrangement, das den Übergang vom Sommer zum Herbst auf stilvolle Weise widerspiegelt.

Fr Réalisez une composition florale d'automne avec des fleurs fraîches, travaillées dans une forme structurée. Sous la direction d'une experte, vous créez un arrangement

élégant qui marque la transition entre la fin de l'été et l'arrivée de l'automne.



19:00 - 21:00



27.08.2026



18.08.2026



50€



„Al Schoul“, Heiderscheid



Nadège Decker

Kreativität künstlicher Intelligenz Créativité de l'intelligence artificielle



De Möchten Sie eigene visuelle oder audiovisuelle Inhalte erstellen, die realistisch wirken, aber vollständig künstlich erzeugt sind? Mit KI-Technologien ist das heute auch ohne viel Erfahrung oder spezielle Ausrüstung möglich. Dieser Workshop richtet sich an alle, die sich für kreative Gestaltung und einen kritischen Umgang mit Medien interessieren.

Fr Souhaitez-vous créer vos propres contenus visuels ou audiovisuels, réalistes mais entièrement générés artificiellement ? Grâce aux technologies

d'IA, cela est désormais possible sans grande expérience ni équipement particulier. Cet atelier s'adresse à toutes les personnes intéressées par la créativité et par un regard critique sur les médias.



17:00 - 19:00



11.08.2026



04.08.2026



« Centre Culturel »,
Kaundorf



Team Lux Tech School



Sprechstunde PC, Smartphone & Co.

Consultaion pour ordinateur, smartphone & co.



De Wir unterstützen Sie beim Kennenlernen und der Installation Ihrer neuen Geräte. Wir behandeln die Grundlagen sowie die Bedienung der Geräte und halten einige Tipps für die Bedientasten bereit und zeigen Ihnen vor allem, wie Fotos, Videos und Kontakte vom alten auf das neue Gerät übertragen werden.

Fr Nous vous aidons à découvrir et à installer vos nouveaux appareils. Nous allons vous expliquer les bases et le fonctionnement des appareils. Nous vous donnerons des conseils sur les touches de commande, et surtout nous vous montrerons comment transférer des photos, vidéos et contacts de l'ancien appareil vers le nouveau.



**Nach Terminabsprache /
Sur rendez-vous**

Fotogalerie: Workshops & Infoveranstaltungen





Kultur & Ausflüge / Culture & visites

Weingut von Othegraven – Zuhause bei Günther Jauch.....	69
Domaine viticole von Othegraven – Chez Günther Jauch	
Orscholz Saarschleife.....	70
Ein Tag in Saarburg.....	71
Une journée à Saarburg	
Rackesmillen & Champignons aus Knapphoscheid.....	72
Visite du moulin Rackesmillen et des champignons de Knapphoscheid	
Tagesausflug Idar-Oberstein.....	73
Excursion d’une journée vers Idar-Oberstein	
Tagesausflug nach Durbuy.....	74
Excursion d’une journée à Durbuy	
Biohaff Baltes & Haff Ditgesbaach.....	75



Weingut von Othegraven – Zuhause bei Günther Jauch Domaine viticole von Othegraven – Chez Günther Jauch



De Wir beginnen mit einer Führung durch das Weingut Othegraven, das der Familie von Günther Jauch gehört und zu den ältesten Weingütern der Region zählt. Es erwartet Sie eine Verkostung von sechs Weinen mit etwas Baguette sowie ein geführter Spaziergang durch den Park mit historischem Baumbestand.

Am Nachmittag widmen wir uns der Welt von Villeroy & Boch in der alten Abtei von Mettlach. Auf 2.000 m² präsentiert die Ausstellung verschiedene Inszenierungen und bietet einen Einblick hinter die Kulissen dieses traditionsreichen Unternehmens.

Fr Nous commençons par une visite guidée du domaine viticole d'Othegraven, propriété de la famille de Günther Jauch et l'un des plus an-

ciens domaines de la région. Une dégustation de six vins, accompagnée de baguette, ainsi qu'une promenade guidée dans le parc aux arbres historiques vous y attend.

L'après-midi sera consacré à la découverte de l'univers de Villeroy & Boch dans l'ancienne abbaye de Mettlach. Sur 2 000 m², l'exposition propose différentes mises en scène et offre un aperçu des coulisses de cette entreprise emblématique.



Tagesausflug mit Bus/
Excursion en bus



26.06.2026



15.06.2026



45 €



Orscholz Saarschleife



De Profitieren Sie von der Sonne und entdecken Sie gemeinsam mit uns die Schätze der Saarschleife, hier gibt es viele schöne Plätze, um die Aussicht auf die Saarschleife zu genießen.

Der Morgen enthält eine Gemeinsame Wanderung von 8 km. Im Anschluss haben wir uns dann ein gutes Essen auf der Mosel verdient.

Fr Profitez du soleil et découvrez avec nous les trésors de la boucle de la Sarre ; il y a ici de nombreux beaux endroits pour admirer la vue sur la Saarschleife.

Le matin prévoit une randonnée commune de 8 km. Ensuite, nous aurons bien mérité un bon repas au bord de la Moselle.



Tagesausflug mit Bus/
Excursion en bus



20.08.2026



06.08.2026



32 €

Transport / transport

Equipe / Team

Club Uewersaurer
Nordstad Aktiv+





Ein Tag in Saarburg Une journée à Saarburg



De In Saarburg und Umgebung gibt es viel zu entdecken. Ein besonderes Erlebnis für Jung und Alt ist eine Fahrt auf der Sommerrodelbahn. Mit dem Sessellift geht es zunächst hinauf auf den Warsberg – dabei genießen Sie einen herrlichen Blick über das Saartal. Ob rasant oder gemütlich: Schon nach wenigen Abfahrten haben Sie den Dreh raus. Alternativ können Sie die Zeit auch nutzen, um auf eigene Faust durch die charmante Altstadt zu bummeln und sich anschließend zum gemeinsamen Mittagessen wieder der Gruppe anzuschließen.

Fr À Saarburg et dans ses environs, de nombreuses découvertes vous attendent. Une expérience particulièrement appréciée des petits comme des

grands est la piste de luge d'été. Le télésiège vous emmène d'abord jusqu'au Warsberg, tout en offrant une magnifique vue sur la vallée de la Sarre. Que vous préfériez une descente rapide ou plus tranquille, vous prendrez vite plaisir à la luge après quelques essais.

Vous pouvez également profiter de ce moment pour flâner librement dans la charmante vieille ville avant de retrouver le groupe pour le déjeuner.



Tagesausflug mit Minibus /
Excursion en minibus



01.07.2026



22.06.2026



35 €



Rackesmiller & Champignons aus Knapphoscheid

Visite du moulin Rackesmiller et des champignons de Knapphoscheid



De Erleben Sie einen abwechslungsreichen Tag: Zuerst entdecken wir die Geschichte der alten Mühle „Rackesmiller“ in Enscherange, danach genießen wir ein gemeinsames Mittagessen vor Ort. Am Nachmittag steht eine spannende, geführte Besichtigung der Champignonszucht der Familie Rossler in Knapphoscheid auf dem Programm.

Fr Vivez une journée variée et passionnante : nous commencerons par découvrir l'histoire de l'ancienne moulin « Rackesmiller » à Enscherange,

puis nous partagerons un déjeuner convivial sur place. L'après-midi, nous visiterons la culture de champignons de la famille Rossler à Knapphoscheid, accompagnés d'une visite guidée captivante.



Tagesausflug mit Minibus /
Excursion en minibus



11.06.2026



05.06.2026



35€



Idar-Oberstein und seine funkelnden Geheimnisse Idar-Oberstein et ses secrets étincelants



De Lassen Sie sich in der Edelsteinminen im Steinkaulenberg – der als einzigen europaweit zugänglichen Mine dieser Art – in die glitzernde Welt der Edelsteine hineinziehen und erkunden Sie nachmittags Idar-Oberstein mit seinen Schmuckwerkstätten, Edelsteinschleifereien, sowie der geheimnisvollen Felsenkirche.

Fr Laissez-vous entraîner dans le monde scintillant des pierres précieuses à la mine Edelsteinminen im Steinkaulenberg - la seule mine de ce type ouverte au public en Europe - et

explorez l'après-midi Idar-Oberstein avec ses ateliers de joaillerie, ses ateliers de taille de pierres précieuses et sa mystérieuse église rupestre.



Tagesausflug mit Bus/
Excursion en bus



27.07.2026



29.06.2026



65 €



Club Uewersauer,
Club Nordstad Aktiv+ &
Club Welle Wäin



Tagesausflug nach Durbuy

Excursion d'une journée à Durbuy



De Der Besuch der Stadt selbst ist ein wahrhaftes historisches Stadterlebnis. Versteckt im Herzen der Ardennen verzaubert sie mit mittelalterlichem Charme. Begleiten Sie uns zu einem entspannenden Tag in die kleinste Stadt der Welt (mit geführter Besichtigung).

Fr Visiter cette ville est une véritable immersion dans son histoire urbaine. Nichée au cœur des Ardennes, elle enchante par son charme médié-

val. Venez passer une journée de détente dans la plus petite ville du monde (avec une visite guidée).



Tagesausflug mit Minibus /
Excursion en minibus



22.06.2026



15.06.2026



45€



Biohaff Baltes & Haff Ditgesbaach



De Zunächst entdecken wir in Stegen den Familienbetrieb Bio-Haff Baltes und erfahren alles über die haus-eigene Herstellung von Käse. Nach einem gemeinsamen Mittagessen geht es am Nachmittag weiter mit einer spannenden, geführten Besichtigung des „Ditgesbaach“.

Im Preis inbegriffen sind der Transport, geführte Besichtigungen sowie Verkostungen der hauseigenen Produkte.

Fr Nous commencerons par découvrir la ferme familiale Bio-Haff Baltes à Stegen et tout apprendre sur

leur fabrication de fromage artisanale. Après un déjeuner convivial, l'après-midi se poursuivra par une visite guidée du "Ditgesbaach".

Inclus au prix sont le transport, les visites guidées et des dégustations.



Tagesausflug mit Minibus /
Excursion en minibus



20.07.2026



15.07.2026



45€

Fotogalerie: Geführte Besichtigungen



Club Uewersauer • Club Wëlle Wäin • Nordstad Aktiv+

Podcast

**LIEGEN IHNEN THEMEN WIE
GLEICHBERECHTIGUNG,
BILDUNG UND BERUF
(FRÜHER UND HEUTE)
AM HERZEN?**

**WIR SUCHEN SPANNENDE
PERSÖNLICHKEITEN ALS
GÄSTE FÜR UNSEREN
PODCAST!**

**KONTAKTIEREN SIE
UNS FÜR WEITERE
INFORMATIONEN.**



Inter-Actions

Développement & Action Sociale

www.inter-actions.lu

Club Uewersauer

T. : 27 40 27 80

clubuewersauer@inter-actions.lu

Club Wëlle Wäin

T. : 28 13 74

clubwellewain@inter-actions.lu

Nordstad Aktiv+

T. : 26 81 37 43

clubnordstad@inter-actions.lu



„After Work“

Vorsorgevollmacht: Rechtliche Vertretung im Notfall 79
Procuration pour l'avenir : représentation juridique en cas d'urgence

Selbstbestimmung am Ende des Lebens 80
Autodétermination en fin de vie

Patientenvertretung in Luxemburg 81
Représentation des patients du Luxembourg



Vorsorgevollmacht: Rechtliche Vertretung im Notfall Procuration pour l'avenir : représentation juridique en cas d'urgence

Mein letzter Wille...

De Maître Jean Jacques Schonckert erklärt Ihnen, welche juristische Vorsichtsmaßnahmen Sie treffen können, für den Fall, in dem Sie krankheits-, alters- oder unfallbedingt, Ihren Willen ganz oder teilweise nicht mehr ausdrücken können. In dem Vortrag werden Ihnen Begriffe wie Vertrauensperson, Bevollmächtigung, Vormundschaft, Patientenverfügung, Bestimmungen zum Lebensende usw. näher erläutert.

Fr Maître Jean-Jacques Schonckert vous expliquera quelles précautions juridiques vous pouvez prendre pour le cas où, en raison d'une maladie, de l'âge ou d'un accident, vous ne seriez plus en mesure d'exprimer votre

volonté, en tout ou en partie. Lors de cette conférence, des notions telles que la personne de confiance, la procuration, la tutelle, les directives anticipées et les dispositions relatives à la fin de vie vous seront expliquées.



19:00 - 21:00



26.06.2026



22.06.2026



Gratis/gratuit



« Centre Culturel »,
Eschdorf



Maître Jean-Jacques
Schonckert



Selbstbestimmung am Ende des Lebens Autodétermination en fin de vie



De Die Frage der Selbstbestimmung am Lebensende betrifft jeden Menschen. Wie kann ich meine Wünsche zu medizinischen Behandlungen festhalten, wenn ich selbst nicht mehr entscheiden kann? In diesem Vortrag erfahren Sie, welche Möglichkeiten es gibt, den eigenen Willen frühzeitig festzuhalten, zum Beispiel durch eine Patientenverfügung oder eine Vorsorgevollmacht. Die wichtigsten rechtlichen und praktischen Aspekte werden verständlich erläutert und geben Orientierung für eine selbstbestimmte Vorsorge.

Fr La question de l'autodétermination en fin de vie concerne chacun. Comment puis-je exprimer à l'avance mes souhaits concernant les traitements médicaux si je ne suis plus

en mesure de décider moi-même ? Lors de cette conférence, vous découvrirez quelles possibilités existent pour consigner leurs volontés, par exemple au moyen de directives anticipées ou d'une procuration. Les aspects juridiques et pratiques les plus importants seront expliqués de manière compréhensible, afin d'aider chacun à réfléchir à ses propres souhaits et à prendre des décisions éclairées.



18:30 - 21:00



10.06.2026



02.06.2026



Gratis/gratuit



« Centre Culturel »,
Harlange



Mäi Welle Mäi Wee



Patientenvertretung in Luxemburg Représentation des patients du Luxembourg



De Wissen Sie, welche Rechte Sie als PatientIn haben? Wo können Sie Unterstützung erhalten, wenn es zu Problemen oder Unklarheiten im Gesundheitswesen kommt?

Kommen Sie zu unserer spannenden Informationsveranstaltung in Zusammenarbeit mit der Patientenvertretung Luxemburg.

Fr Savez-vous quels sont vos droits en tant que patient(e) ? Où pouvez-vous obtenir de l'aide en cas de problèmes ou d'incertitudes dans le

système de santé ? Rejoignez-nous pour une réunion d'information intéressante organisée en collaboration avec la Représentation des patients du Luxembourg.



19:00- 21:00



20.05.2026



15.05.2026



Gratis/gratuit



« Am Paalsbau »,
Noertrange



Für Groß & Klein / Pour grands & petits

- Lust Forellen zu Angeln? 83**
Intéressé par la pêche à la truite ?
- Minigolf für jung und alt 84**
Après-midi minigolf pour petits et grands
- Der Natur auf der Spur (6+) 85**
Sur les traces de la nature
- Naturexperimente(8+) 86**
Expérimentations dans la nature
- Entdecke die Welt der Insekten (6+) 87**
Découvrez le monde des insectes
- Interaktive Erlebnisgeschichte (6+) 88**
Récit interactif (6+)



Lust Forellen zu Angeln?

Intéressé par la pêche à la truite ?



De Begleiten Sie uns zu einem gemütlichen Tag an den Fischweiher in Bauschleiden. Gemeinsam werfen wir die Angel aus. Egal ob Anfänger oder nicht, hier gilt der Spaßfaktor. Im Preis inbegriffen: Mittagessen und Fische.

Fr Partagez une journée agréable à l'étang de poissons de Boulaide. Si vous êtes débutant ou non, il ne s'agit pas d'une compétition. Inclus

dans le prix : le déjeuner et les poissons pêchés.



23.05.2026 ; 11.07.2026



03.07.2026



50 €



Etangs de Boulaide,
Boulaide



Minigolf für jung und alt Après-midi minigolf pour petits et grands



De Ein unterhaltsamer Mini-golf-Nachmittag für alle Generationen! Auf 14 abwechslungsreichen Bahnen kann jeder sein Glück versuchen. Dabei stehen Spaß, Bewegung und geselliges Beisammensein im Mittelpunkt – ganz unabhängig vom Spielergebnis.

Fr Un après-midi minigolf divertissant pour toutes les générations! Sur 14 pistes variées, chacun peut tenter sa chance. Le plaisir du jeu, le mou-

vement et la convivialité sont au centre de cette activité – indépendamment du résultat.



14:00 - 17:00



30.05.2026



22.05.2026



20 €



„MiGo“, Eschweiler



Der Natur auf der Spur (6+)

Sur les traces de la nature (6+)



De Vieles in der Natur ist für uns Menschen nicht sofort sichtbar. Doch alles hinterlässt Spuren – zum Beispiel den Abdruck einer Tierpfote im Boden. Bei dieser Aktivität lernen Kinder, die Natur spielerisch und mit offenen Augen zu erkunden. Sie entdecken und deuten Spuren, beobachten Tiere an Land und im Wasser und erfahren dabei viel über ihre Umgebung.

Fr Beaucoup de choses dans la nature ne sont pas immédiatement visibles pour nous, les humains. Pourtant, tout laisse des traces, comme l’empreinte d’une patte d’animal. Lors de

cette activité, les enfants apprennent à explorer la nature de manière ludique et avec les yeux bien ouverts. Ils découvrent et interprètent des traces, observent les animaux sur terre et dans l’eau, et bien plus encore.



14:00 - 17:00



13.06.2026



10.06.2026



35 € (Kind&Erwachsener)



Elukka, Heiderscheid



Naturexperimente (8+)

Expérimentations dans la nature (8+)



De Dieser Nachmittag steht unter dem Motto „Entdecken, Erforschen und Experimentieren“. Anhand verschiedener spannender Experimente und Spiele erleben Kinder die Natur mit allen Sinnen und lernen, Naturphänomene besser zu verstehen.

Fr Cet après-midi est placé sous le thème « Découvrir, explorer et expérimenter ».

À travers différentes expériences et jeux passionnants, les enfants dé-

couvrent la nature avec tous leurs sens et apprennent à mieux comprendre les phénomènes naturels.



14:00 - 17:00



18.07.2026



13.07.2026



35 € (Kind & Erwachsener)



Elukka, Heiderscheid



Entdecke die Welt der Insekten (6+) Découvrez le monde des insectes (6+)



De Zusammen mit dem Käfer-Spezialisten Carlo Braunert wollen wir uns bei diesem Entdecker-Nachmittag gemeinsam auf eine spannende Reise in die interessante Welt der Käfer begeben. Klein und Groß lernen gemeinsam die Vielfalt der Käfer spielerisch kennen. Bei der Herstellung einer „Seedbomb“ können sie ihr handwerkliches Können auf die Probe stellen und dabei lernen, worauf es bei der Herstellung ankommt.

Fr En compagnie de Carlo Braunert, spécialiste des coléoptères, nous vous proposons un voyage passionnant au cœur de leur univers fascinant

lors de cet après-midi découverte. Petits et grands apprendront de manière ludique la diversité des coléoptères. Ils pourront mettre leurs talents créatifs à l'épreuve en fabriquant une « bombe à graines » et découvrir les étapes clés de sa production.



14:00 - 17:00



14.06.2026



01.06.2026



Gratis/ gratuit



„Dreamland“, Wiltz



Interaktive Erlebnisgeschichte (6+)

Récit interactif (6+)



De Bist du bereit für eine spannende Reise durch Wälder, Wiesen und geheimnisvolle Orte? In unserer interaktiven Geschichte wirst du selbst Teil des Abenteurers!

Gemeinsam entdecken wir die Natur mit all ihren Wundern:

Mitmachen, raten und bewegen ist ausdrücklich erlaubt! Diese Geschichte zeigt dir, wie wichtig es ist, die Natur zu schützen und gut auf sie aufzupassen. Denn: Jeder kann ein kleiner Naturheld sein!

Fr Es-tu prêt pour un voyage passionnant à travers forêts, prairies et lieux mystérieux ? Dans notre histoire interactive, tu deviendras toi-

même partie de l'aventure !

Ensemble, nous découvrons la nature avec toutes ses merveilles : Participer, deviner et bouger est expressément permis ! Cette histoire te montre à quel point il est important de protéger la nature et d'en prendre soin. Car : Chacun peut être un petit héros de la nature !



14 :00-16 :00



08.08.2026



01.08.2026



25 € (Kind & Erwachsener)



Elukka, Heiderscheid

Werde Spielplatz-Tester!

Liebe Kinder, Eltern und Großeltern,
habt ihr Lust die coolsten Spielplätze in eurer Gemeinde zu entdecken?
Dann macht mit und werdet Spielplatz-Tester!

Was macht ein Spielplatz-Tester?

- Er probiert Spielplätze aus – Rutschen, Schaukeln, Klettergerüste und vieles mehr.
- Er sagt uns, was ihm gut gefällt und was nicht.
- Er sagt uns auch, was man besser machen kann.

Neugierig?

Dann meldet euch
zusammen mit euren Eltern
oder Großeltern bei uns an.

Tel.: 27 40 27 80 oder Email:
clubuewersauer@inter-actions.lu



Teilnahmebedingungen

Der Club Uewersauer wurde in erster Linie für die Einwohner aus den Gemeinden Boulaide, Goesdorf, Esch-Sauer, Winseler und der Stauseegemeinde geschaffen. Aber auch Bürger aus anderen Gemeinden sind herzlich willkommen.

Teilnahme an den Aktivitäten

Für die Teilnahme an den Aktivitäten brauchen Sie keine Mitgliedskarte des Club Uewersauer. Die Teilnahme an Aktivitäten erfolgt auf eigene Verantwortung und auf eigenes Risiko. Bei gesundheitlichen Problemen nehmen Sie bitte vor den Aktivitäten, Ausflügen oder Reisen Rücksprache mit Ihrem Hausarzt.

Des Weiteren übernimmt der Club keine Haftung für eventuell entstandene Schäden. Der Club lehnt auch jede Verantwortung im Falle eines Unfalls oder Diebstahls im Rahmen einer vom Club organisierten Aktivität ab.

Bei Teilnahmen an spezifischen Aktivitäten bitte entsprechende Ausstattung oder vorgegebene Materialien mitbringen. Aus Rücksicht auf alle TeilnehmerInnen beginnen wir unsere Aktivitäten pünktlich bzw. pflegen bei Ausflügen und Reisen pünktlich abzufahren. Da unsere MitarbeiterInnen keine medizinische Ausbildung haben, sind sie nicht berechtigt Hilfestellungen bei medizinischen Problemen zu leisten. Falls Sie gesundheitliche Einschränkungen haben und pflegende Unterstützung brauchen, müssen Sie eine Begleitperson mitbringen.

Anmeldungen

Anmeldungen für Aktivitäten sind möglich per Telefon **2740 2780** oder per Mail **clubuewersauer@inter-actions.lu**

Wenn Sie sich angemeldet haben, müssen diese Anmeldungen von uns bestätigt werden. Mit der Anmeldung erklären Sie sich mit dem Ablauf der Aktivität, den internen Teilnahmebedingungen des Club Uewersauer und Teilnahmegebühr einverstanden. Die Reihenfolge der Anmeldungen ist ausschlaggebend. Falls eine Aktivität bereits ausgebucht ist, könne wir Sie auf eine Warteliste setzen.

Zahlung

Für alle Aktivitäten erhalten Sie eine Rechnung. Nach Erhaltung überweisen Sie bitte den Teilnehmerbetrag mit Angabe der Referenz des Schreibens auf die Kontonummer **LU58 0030 6268 0626 0000** (BGLLLULL).

Der Club behält sich vor Teilnehmer bei gebührenpflichtigen Aktivitäten abzulehnen, wenn die Teilnahmegebühr nicht entrichtet, ist resp., wenn der Teilnehmer sich weigert die Teilnahmegebühr zu bezahlen. Die Kosten für unsere Kurse gelten für jeweils ein Trimester und werden nach Kursbeginn nicht mehr zurückerstattet.

Bei Reisen oder Urlauben mit einem Reiseveranstalter gelten die Fristen und Rückzahlungsbedingungen des Reiseunternehmers. Die Teilnehmer sind eigens verantwortlich eine Reiserücktrittsversicherung abzuschließen. Weitere Informationen zum Datenschutzgesetz erhalten Sie auf unserer Homepage. **www.clubuewersauer.lu**.

Datenschutz

Während den Aktivitäten können Sie fotografiert oder gefilmt werden. Der Club Uewersauer nutzt dieses Bildmaterial zu Publikationszwecken. Mit Ihrer Anmeldung erklären sie sich mit dieser Nutzung einverstanden. Falls Sie nicht damit einverstanden sind, bitten wir sie uns dies schriftlich mitzuteilen.

Der Club Uewersauer legt Wert auf die regelkonforme Beachtung des „Réglement Grand-ducal de la Protection des Données“. Für die Anmeldung zu verschiedenen Aktivitäten benötigen wir aus organisatorischen oder statistischen Gründen verschiedene persönliche Daten von Ihnen. Wir versichern Ihnen, damit vertraulich umzugehen und Ihre Daten nur in Bezug auf die Organisation der Aktivitäten zu nutzen.

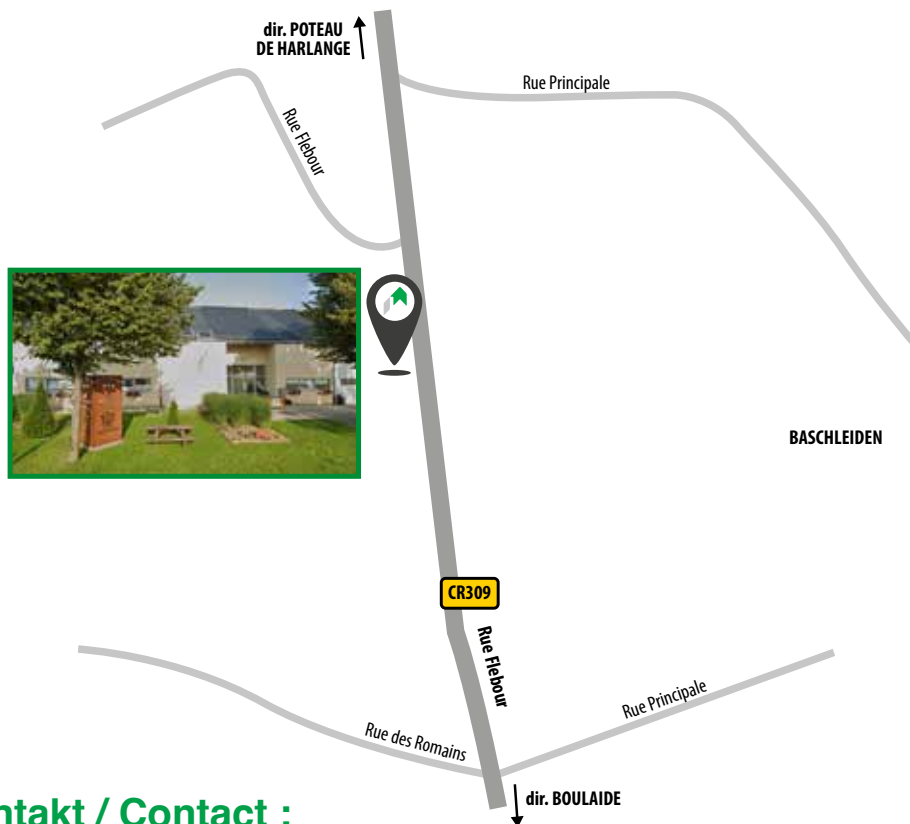
Abmeldungen

Falls Sie Ihre Teilnahme an einer Aktivität rückgängig machen müssen, bitte schnellstmöglich Bescheid sagen (per Mail, per Telefon oder persönlich), damit eventuell ein anderer Teilnehmer gefunden werden kann. Ist dies nicht der Fall, können wir entstandene Unkosten (Reservierung, Essen, Tickets, usw.) nicht rückerstatten.

Bei Abwesenheit ohne Abmeldung oder falls Sie eine Aktivität abbrechen müssen, müssen Sie trotzdem den gesamten Unkostenbeitrag bezahlen. Einzelne verpasste Kurseinheiten, sowie Teilleistungen einer Tagesfahrt oder Reisen werden nicht erstattet.

Absage einer Aktivität



Der Club Uewersauer behält es sich vor Aktivitäten abzusagen oder zu verschieben. Bei vollständiger Absage bzw. falls Ihnen der neue Termin nicht passt, wird Ihnen die vollständige Teilnahmegebühr rückerstattet.



Kontakt / Contact :

Club Uewersauer

39, rue Flebour
L-9633 Baschleiden

-  27 40 27 80
-  621 82 65 36
-  clubuewersauer@inter-actions.lu

www.clubuewersauer.lu

Folgen Sie uns auch auf Facebook!

  /clubuewersauer



Inter-Actions

Développement & Action Sociale

www.inter-actions.lu



Stauséigemeng

