

obeler
fenneng:beeteburg:
hunchereng
näerzeng

eis gemeng

: WOU MIR FREED UM LÉIEREN HUNN.

2026 | 2027



BETTEMBOURG.LU

**« L'ÉDUCATION
EST L'ARME
LA PLUS
PUISSANTE
POUR CHANGER
LE MONDE. »**

NELSON MANDELA





01

**DÉCOUVRIR
LE GRAND-DUCHÉ
DE LUXEMBOURG 8**

02

**LANGUE
LUXEMBOURGEOISE 10**

03

**ET SI ON JOUAIT À PARLER
EN LUXEMBOURGEOIS ? 12**

04

TREFF2TALK 16

05

**LANGUE
ANGLAISE 18**

06

**LANGUE
ITALIENNE 20**

07

PARLEZ-VOUS FRANÇAIS ? 24

08

**COURS INDIVIDUELS
DE SMARTPHONE
POUR SENIORS 26**

09

**FORMATION AU
BABY-SITTING 28**

10

ATELIER DE CRÉATIVITÉ 30

11

POTERIE 32

12

SPORTS & LOISIRS 34

13

SECOURISME 36

MENTIONS LÉGALES

© Administration communale de Bettembourg, 2026 // Conception et réalisation : binsfeld //

Images : Sophie Margue, Adobe Stock, Unsplash, iStock // Administration communale de Bettembourg

LIEBE BÜRGERINNEN UND BÜRGER

In der vorliegenden Broschüre finden Sie eine reichhaltige Auswahl an Bildungsangeboten, die wir Ihnen für das Schuljahr 2026/2027 anbieten. Traditionsgemäß liegt ein besonderes Augenmerk auf den luxemburgischen Sprachkursen. Diese haben das Ziel, Menschen mit Migrationshintergrund den Zugang zur luxemburgischen Sprache zu erleichtern und ihre Integration zu fördern. Dabei besteht die Wahl zwischen klassischen Sprech- und Schreibkursen und spielerischen Theaterworkshops. Letztere dienen dazu, Freude am „Lëtzebuergesch Schwätzen“ zu entwickeln, ohne dass Grammatik und Rechtschreibung erlernt werden müssen. Italienisch- und Englischkurse in unterschiedlichen Niveaus ergänzen das Sprachangebot.

Darüber hinaus enthält unser Fortbildungsprogramm eine große Auswahl an Kursen aus den verschiedensten Bereichen, die Sie auf den folgenden Seiten entdecken können.

Als zuständige Schöffin wünsche ich Ihnen viel Erfolg, Motivation und Erfüllung in dem von Ihnen ausgewählten Kurs. Den Leiterinnen und Leitern der Kurse gilt mein besonderer Dank für ihre wohlwollende Haltung und ihre Motivation, unsere Gesellschaft durch Bildung stärker zu machen und den sozialen Zusammenhalt zu fördern.

Josée LORSCHÉ

Schöffin für Weiterbildung

CHÈRES CITOYENNES, CHERS CITOYENS



Vous trouverez dans cette brochure un large choix de formations que la commune vous propose pour l'année scolaire 2026-2027. Comme chaque année, une place importante est accordée aux cours de luxembourgeois. Ceux-ci ont pour objectif de faciliter l'apprentissage de la langue luxembourgeoise aux personnes issues de l'immigration et de favoriser ainsi leur intégration. Vous pourrez opter pour des cours classiques d'expression orale et écrite ou pour des ateliers de théâtre plus ludiques. Ces derniers permettent de prendre plaisir à parler luxembourgeois, sans avoir à apprendre la grammaire et l'orthographe. Notre offre linguistique est complétée par des cours d'italien et d'anglais, proposés à différents niveaux.

Notre programme de formation comprend également un large éventail de cours dans des domaines très variés, que vous pourrez découvrir dans les pages suivantes. En tant qu'échevine en charge de la formation continue, je vous souhaite beaucoup de réussite, de motivation et

d'épanouissement dans le cours que vous aurez choisi. J'adresse également mes plus sincères remerciements aux formatrices et aux formateurs pour leur engagement, leur bienveillance et leur motivation à rendre notre société meilleure par la formation et à promouvoir la cohésion sociale.

Josée LORSCHÉ
*Échevine responsable
de la formation continue*

01

DÉCOUVRIR LE GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG

*Ce cours est organisé dans le cadre du Biergerpakt
(Programme du Vivre-ensemble interculturel) ainsi que
du Contrat d'accueil et d'intégration (CAI).*





DATES & HORAIRES

Les samedis de 9h à 12h

19 et 26 septembre 2026

5 et 12 décembre 2026

23 et 30 janvier 2027 (ces cours auront lieu en ligne)

13 et 20 mars 2027

LIEU DE FORMATION

KulTourhaus, 8, rue de l'École, L-3341 Huncherange

DESCRIPTION DES COURS

Ce cours permet d'avoir un aperçu sur le Luxembourg par la découverte de son histoire, sa géographie, son patrimoine naturel et culturel, ses systèmes politique, éducatif et social ainsi que son contexte multilingue et ses valeurs.

Ce cours est organisé dans le cadre du Biergerpakt (Programme du Vivre-ensemble interculturel).

Ministère de la Famille, des Solidarités, du Vivre ensemble et de l'Accueil

15 C, rue de Bitbourg

L-1278 Luxembourg-Hamm

Infoline gratuite : 8002-0044

E-mail : programme.zesummeliwen@fm.etat.lu

biergerpakt.zesummeliwen.lu

Service à l'égalité des chances de la commune de Bettembourg

T. 51 80 80 2837

E-mail : egalite@bettembourg.lu

PACTE CITOYEN DU VIVRE-ENSEMBLE INTERCULTUREL – « BIERGERPAKT »

Le Biergerpakt (Pacte citoyen) est un engagement moral qui témoigne de la volonté des personnes adhérentes de participer à la démarche du vivre-ensemble interculturel et de promouvoir les valeurs qui y sont associées.

L'adhésion au Biergerpakt se fait sur base volontaire et donne accès au Programme du Vivre-ensemble interculturel.
En savoir plus : biergerpakt.zesummeliwen.lu/#citoyen

02

LANGUE LUXEMBOURGEOISE

Schwätzt Dir Lëtzebuergesch?



DESCRIPTION DES COURS

Les cours de langue luxembourgeoise ont pour objectif de permettre aux adultes d'accéder plus facilement à cette langue. Les cours ont lieu en dehors des horaires de bureau.

Attention : Ce cours n'est pas agréé par le ministère de l'Éducation nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse et ne remplit donc pas les conditions définies à l'article 28 de la loi du 8 mars 2017 sur la nationalité luxembourgeoise. Pour plus d'infos, scannez le QR code ci-contre.



CERTIFICATION

Certification de participation de la commune (condition : 70 % de participation).

INSCRIPTION

Avant le 25 septembre 2026 auprès de l'Administration communale de Bettembourg.

Formulaire à télécharger sur bettembourg.lu/formulaires

Le nombre de participants est limité à 20 personnes.

RENSEIGNEMENTS COMPLÉMENTAIRES

David GUDENDORFF, T. 51 80 80 2283

	Débutants	Intermédiaires	Avancés
Date de début	Groupe A : 5 octobre 2026 Groupe B : 6 octobre 2026	6 octobre 2026	5 octobre 2026
Horaire	Groupe A : lundi et mercredi de 18h15 à 20h15 Groupe B : mardi et jeudi de 18h15 à 20h15 (sauf vacances scolaires)	Mardi et jeudi de 20h15 à 22h15 (sauf vacances scolaires)	Lundi de 20h15 à 22h15 (sauf vacances scolaires)
Durée	Environ 120 heures	Environ 120 heures	Environ 60 heures
Frais	50 €	50 €	37 €
Objectif du cours	Faciliter l'accès à la langue luxembourgeoise aux adultes.	Faciliter l'accès à la langue luxembourgeoise aux adultes ayant déjà quelques notions de base.	Ce cours assure une suite aux cours précédents afin de renforcer les connaissances de la langue luxembourgeoise.
Lieu de formation	École de Huncherange (rue de l'École)	École de Huncherange (rue de l'École)	École de Huncherange (rue de l'École)

03

ET SI ON JOUAIT À PARLER EN LUXEMBOURGEOIS ?

*Diane Catani,
professeure et pédagogue de théâtre indépendante engagée
dans l'intégration et l'apprentissage des langues*





THÉÂTRE, JEU ET INTÉGRATION

Le but de ce cours est de pouvoir s'exprimer en langue luxembourgeoise dans un environnement détendu et créatif.

Le contenu du cours est transmis de manière interactive et orale, sans recourir à un manuel ou à un support pédagogique écrit.

La participation ne requiert aucune compétence préalable. Le cours s'adresse aux jeunes et aux adultes de langue étrangère de tous âges qui souhaitent apprendre le luxembourgeois de façon ludique et pratique. À l'aide de scènes dynamiques de théâtre, les participants enrichissent leur vocabulaire et apprennent à prononcer les mots. Dans des jeux de rôle, ils interprètent des scènes de la vie quotidienne et improvisent des dialogues en luxembourgeois. Une présentation de petites scènes est prévue à la fin de l'année.

Osez le théâtre : on va bien s'amuser !

LA FORMATRICE

Diane Catani, professeure et pédagogue de théâtre indépendante engagée dans l'intégration et l'apprentissage des langues.

QUAND ?

Les lundis à partir du 5 octobre 2026

Cours pour débutants, ayant quelques notions de la langue luxembourgeoise :
18h00-19h30

Cours pour avancés :
19h45-21h15

OÙ ?

Campus scolaire Ëm de Bëchel, 70, rue de la Briqueterie, L-3235 Bettembourg

INSCRIPTION

Avant le 26 septembre 2026 auprès de
l'Administration communale de Bettembourg.
Formulaire à télécharger sur bettembourg.lu/formulaires

PARTICIPATION AUX FRAIS : 30 €





WHAT IF WE PLAYED AT SPEAKING LUXEMBOURGISH?

THEATRE, PLAY, AND INTEGRATION

The aim of this course is to help you express yourself in Luxembourgish in a relaxed and creative environment. No prior knowledge or experience is required.

The course content is delivered interactively and orally, without the use of a textbook or any written teaching materials.

The course is intended for young people and adults of all ages whose first language is not Luxembourgish, and who wish to learn it in a fun and practical way. Through dynamic theatre scenes, participants expand their vocabulary and learn to pronounce words. In role-playing activities, they act out everyday situations and improvise dialogues in Luxembourgish. A presentation of short scenes is planned at the end of the year. Dare to try theatre – it will be fun!

THE TRAINER

Diane Catani, independent theatre teacher and pedagogue, committed to integration and language acquisition.

WHEN?

Every Monday from October 5, 2026

Course for beginners with some knowledge of the Luxembourgish language:

6:00 PM-7:30 PM

Courses for advanced learners:

7:45 PM-9:15 PM

WHERE?

Campus scolaire Ëm de Bëchel, 70, rue de la Briqueterie, L-3235 Bettembourg

REGISTRATION

Before 26 September 2026 with the Bettembourg municipal administration.

Form can be downloaded from bettembourg.lu/formulaires

PARTICIPATION FEE: 30 €



E SE BRINCÁSSEMOS A FALAR EM LUXEMBURGUÊS?

TEATRO, JOGO E INTEGRAÇÃO

O objetivo deste curso é permitir-lhe exprimir-se em luxemburguês num ambiente descontraído e criativo. A participação não requer quaisquer competências prévias.

O conteúdo do curso é transmitido de forma interativa e oral, sem recurso a manual ou a qualquer outro material pedagógico escrito.

O curso destina-se a jovens e adultos falantes estrangeiros de todas as idades que queiram aprender o luxemburguês de uma forma divertida e prática. Através de cenas de teatro dinâmicas, os participantes alargam o seu vocabulário e aprendem a pronunciar as palavras. Na encenação, representam cenas da vida quotidiana e improvisam diálogos em luxemburguês. Está previsto para o final do ano uma apresentação de cenas curtas em luxemburguês. Atreva-se a fazer teatro, vamos divertir-nos!

A FORMADORA

Diane Catani, professora de teatro e educadora freelancer, empenhada na integração e na aquisição de línguas.

QUANDO?

Às segundas-feiras, a partir de 5 de outubro de 2026

Curso para principiantes com alguns conhecimentos da língua luxemburguesa:

18:00-19:30

Curso de nível avançado:

19:45-21:15

ONDE?

Campus scolaire Ëm de Bëchel, 70, rue de la Briqueterie, L-3235 Bettembourg

INSCRIÇÃO

Antes de dia 26 de setembro de 2026 na Junta de Freguesia de Bettembourg.
Formulário disponível para download em bettembourg.lu/formulaires

TAXA DE PARTICIPAÇÃO: 30 €

04

TREFF2TALK

Coaching en langue luxembourgeoise



Loscht, Är Lëtzebuergesch-Kenntnisser an enger entspaanter a flotter Atmosphär weider auszebauen?

Beim Treff2Talk kënnt Dir Är Sproochkenntnisser mat Gespréicher, Spiller a verschiddenen Aktivitéite verdéiwen, méi Sécherheet am Alldag gewannen an nei Leit kenne léieren.

Mir freeën eis op Iech.

Envie de développer davantage vos connaissances en luxembourgeois dans une ambiance détendue et conviviale ?

Lors du Treff2Talk, vous pourrez approfondir vos compétences linguistiques à travers des échanges, des jeux et différentes activités, gagner en aisance dans la vie quotidienne et faire de nouvelles rencontres.

Nous nous réjouissons de vous accueillir.

ËMMER MËTTWOCHS / CHAQUE MERCREDI :

2026 : 16.09. – 30.09. – 14.10. – 28.10. – 11.11. – 25.11. – 09.12. – 16.12.

2027 : 13.01. – 27.01. – 17.02. – 03.03. – 17.03. – 14.04. – 28.04. – 12.05. – 26.05. – 09.06. – 30.06. – 14.07.

19:00–20:30

Gratis / gratuit

ASCHREIWUNGEN / INSCRIPTIONS :

Jeeweils méindes virdrun / chaque lundi précédent

E-mail : egalite@bettembourg.lu

T. : 518080-2265

Ugebuede vum Service fir d'Chancëgläichheet an der Gemenge-Kommissioun fir d'interkulturellt Zesummeliwwen.

An Zesummenaarbecht mat der Senioren- a Inklusiounskommissioun souwéi dem Club Aktiv+ DeForum.

Proposé par le Service à l'égalité des chances et la commission communale du vivre-ensemble interculturel.

En partenariat avec la commission des seniors et de l'inclusion et le Club Aktiv+ DeForum.



05

LANGUE ANGLAISE

Welcome to the world of English



DESCRIPTION DES COURS

Les nouveaux intéressés ou les personnes ayant déjà suivi nos cours de langue anglaise auront la possibilité de choisir entre les différents degrés.

CERTIFICATION

Certification de participation de la commune (condition : 70 % de participation).

INSCRIPTION

Avant le 25 septembre 2026 auprès de l'Administration communale de Bettembourg.

Formulaire à télécharger sur bettembourg.lu/formulaires

Le nombre de participants est limité à 20 personnes.

RENSEIGNEMENTS COMPLÉMENTAIRES

David GUDENDORFF, T. 51 80 80 2283

	A1 Débutants	A2 Débutants	B1 Intermédiaires	Avancés (Conversation)
Date de début	6 octobre 2026	5 octobre 2026	5 octobre 2026	7 octobre 2026
Horaires	Mardi de 18h30 à 20h30 (sauf vacances scolaires)	Lundi de 18h30 à 20h30 (sauf vacances scolaires)	Lundi de 9h30 à 11h30 (sauf vacances scolaires)	Mercredi de 9h30 à 11h30 (sauf vacances scolaires)
Durée	Environ 50 heures	Environ 50 heures	Environ 50 heures	Environ 50 heures
Frais	37 €	37 €	37 €	37 €
Objectif du cours	Communiquer de façon simple dans la vie quotidienne.	Communiquer de façon simple dans la vie quotidienne.	Communiquer dans la vie quotidienne.	Comprendre et parler l'anglais dans la vie de tous les jours.
Lieu de formation	KulTourhaus (rue de l'École)	KulTourhaus (rue de l'École)	École de Huncherange (rue de l'École)	École de Huncherange (rue de l'École)

06

LANGUE ITALIENNE

Parla italiano?



Vu le bon déroulement des cours de langue italienne des dernières années, l'association italo-luxembourgeoise Bettembourg/Dudelange, avec le soutien du ministère de l'Éducation nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse, du Lycée technique Nic-Biever et des communes de Dudelange et de Bettembourg, organisera une 1^{re}, 2^e, 3^e, 4^e et 5^e année et enfin un cours pour avancés avec lecture, vocabulaire, analyse de textes, conversations et discussions sur des textes choisis par le chargé de cours ou par les élèves.

Ainsi, les nouveaux intéressés ou les personnes ayant déjà suivi nos cours de langue italienne auront la possibilité de choisir entre les différents niveaux.

FRAIS D'INSCRIPTION

150 € (21 séances de 2 h)

30€ (coût du livre valable pour les cinq années)

Frais d'inscription : 150 € – paiement sur place

Analyse de textes choisis et discussions au cours de langue italienne pour avancés.

Les personnes débutantes ayant suivi le cours jusqu'à Noël se verront remettre un dictionnaire français/italien gracieusement offert par l'Association italo-luxembourgeoise.

CERTIFICATION

Le certificat du ministère de l'Éducation nationale n'est établi que si la personne ayant suivi le cours a été présente à 70 % des leçons données (soit 15 leçons pour 42 h).

RENSEIGNEMENTS COMPLÉMENTAIRES

Pour tout renseignement supplémentaire, téléphonez au numéro 51 68 52, au +352 621 275 873 le soir après 19h ou écrivez un e-mail à piccomen@pt.lu

RÉUNIONS D'INFORMATION ET D'INSCRIPTION

Date : mercredi 16 septembre 2026 de 18h30 à 20h30

Lieu : KulTourhaus Huncherange, 8, rue de l'École

Date : jeudi 17 septembre 2026 de 18h30 à 20h30

Lieu : Hôtel de Ville, 31, avenue Grande-Duchesse Charlotte, Dudelange



COURS À HUNCHERANGE

KulTourhaus, 8, rue de l'École, L-3341 Huncherange

	Conversation LA-IT-177	Avancé 5 C1 LA-IT-176	Débutant A1 LA-IT-170	Avancé 3 B1 LA-IT-175
Dates	Du 05.10.2026 au 22.03.2027	Du 06.10.2026 au 23.03.2027	Du 07.10.2026 au 24.03.2027	Du 08.10.2026 au 25.03.2027
Horaires	Lundi de 18h00 à 20h00	Mardi de 18h30 à 20h30	Mercredi de 18h30 à 20h30	Jeudi de 18h30 à 20h30
Durée	Environ 42 heures	Environ 42 heures	Environ 42 heures	Environ 42 heures
Frais d'inscription	150 € + 30 € (coût du livre valable pour les cinq années)	150 € + 30 € (coût du livre valable pour les cinq années)	150 € + 30 € (coût du livre valable pour les cinq années)	150 € + 30 € (coût du livre valable pour les cinq années)



COURS À DUDELANGE

Lycée technique Nic-Biever, rue Nic Biever, Bât. Wolkeschdall

	Intermédiaire A2 LA-IT-171	Avancé 4 B2 LA-IT-173	Avancé 3 B1 LA-IT-172	Avancé 5 C1 LA-IT-174
Dates	Du 07.10.2026 au 24.03.2027	Du 07.10.2026 au 24.03.2027	Du 05.10.2026 au 22.03.2027	Du 05.10.2026 au 22.03.2027
Horaires	Mercredi de 18h30 à 20h30	Mercredi de 18h30 à 20h30	Lundi de 18h30 à 20h30	Lundi de 18h30 à 20h30
Durée	Environ 42 heures	Environ 42 heures	Environ 42 heures	Environ 42 heures
Frais d'inscription	150 € + 30 € (coût du livre valable pour les cinq années)	150 € + 30 € (coût du livre valable pour les cinq années)	150 € + 30 € (coût du livre valable pour les cinq années)	150 € + 30 € (coût du livre valable pour les cinq années)
Lieu des cours	Salle W2.1 RDC	Salle des PC	Salle W2.1 RDC	Salle des PC RDC

07

PARLEZ-VOUS FRANÇAIS ?

Cours pour débutant



QUAND ?

Date de début : 6 octobre 2026

Horaire : mardi de 9h30 à 11h30 (sauf vacances scolaires)

Durée : environ 50 heures

Prix : 37 €

OBJECTIFS DU COURS

Comprendre et parler le français dans la vie de tous les jours.

LIEU DE FORMATION

École de Huncherange (rue de l'École)

CERTIFICATION

Certification de participation de la commune (condition : 70 % de participation)

INSCRIPTION

Avant le 25 septembre 2026 auprès de l'Administration communale de Bettembourg.

Formulaire à télécharger sur bettembourg.lu/formulaires

Le nombre de participants est limité à 20 personnes.

RENSEIGNEMENTS COMPLÉMENTAIRES

David GUDENDORFF, T. 51 80 80 2283

08

COURS INDIVIDUELS DE SMARTPHONE POUR SENIORS

Le GSM et ses fonctions





De nos jours, le GSM est un moyen de communication presque indispensable et très utile, notamment pour les personnes âgées.

Cependant, le grand nombre d'applications qu'offre un GSM le rend compliqué à maîtriser. C'est pourquoi la commune offre des formations individuelles pour seniors afin d'explorer votre GSM et d'en découvrir les fonctions.

ORGANISATEUR

Administration communale de Bettembourg

LIEU DE FORMATION

Commune de Bettembourg

INSCRIPTION

Veuillez contacter Marc KÜNTZINGER au 51 80 80 2278 ou au 51 80 80 2871 à partir du 15 septembre 2026 pour fixer un rendez-vous.

09

FORMATION AU BABY-SITTING

Un atout pour garder les tout-petits





DATES

13 au 16 juillet 2027

Mardi-vendredi

LIEU DE FORMATION

KulTourhaus, Huncherange

DESCRIPTION DU COURS

La formation annuelle au baby-sitting propose des informations sur les thèmes suivants :

- Les différentes phases du développement de l'enfant
- Les différents styles d'éducation
- Notions des soins et d'hygiène
- Que faire en cas d'urgence ?
- Domaine d'activités et limites du baby-sitting
- Comment développer les compétences de l'enfant ?

La formation aura lieu en luxembourgeois et s'adresse principalement aux jeunes à partir de 14 ans.

Le Service à l'égalité des chances se réjouirait aussi de participants masculins.

Les personnes intéressées peuvent contacter le :

Service à l'égalité des chances

T. 51 80 80 2264

E-mail : egalite@bettembourg.lu

Délai des inscriptions : 9 juillet 2027

10

ATELIER DE CRÉATIVITÉ

*Peinture et arts plastiques pour
les enfants des cycles 3.2 et 4*





DATES & HORAIRES

Groupe 1 : les mardis de 14h à 15h30

Groupe 2 : les mardis de 15h45 à 17h15

LIEU DE FORMATION

Pavillon d'Art, rue des Cheminots, Bettembourg

L'atelier de créativité sera organisé pour les enfants des cycles 3.2 et 4.

La peinture et les arts plastiques se trouvent au centre des activités.

INSCRIPTION

Une fiche d'inscription sera distribuée dans les classes au début de l'année scolaire.

FRAIS D'INSCRIPTION

20 € (par enfant et par année)

RENSEIGNEMENTS COMPLÉMENTAIRES

Patricia GARCIA, T. 51 80 80 2282

11

POTERIE

Travail de la terre

*Formateur :
Gabriel HEITZ, artisan potier*





DATES & HORAIRES

Les mardis de 19h à 21h

29 septembre 2026

13 et 20 octobre 2026

3 novembre 2026

8, 15 et 22 décembre 2026

5 janvier 2027

LIEU DE FORMATION

Au Pavillon d'Art, rue des Cheminots, Bettembourg

LANGUE

Français

DESCRIPTION DU COURS

S'il y a eu un inventeur de bol, il l'a certainement imaginé en recueillant de l'eau dans ses mains pour boire ou en observant un trou dans un arbre ou dans un rocher après la pluie.

Aujourd'hui, on n'a plus besoin de réinventer les bols, mais on va essayer d'en faire sans l'aide d'une machine, juste avec ses mains, quelques outils en bois et son imagination.

On commencera par la base, c'est-à-dire confectionner des bols, puis on essaiera de réaliser des objets utiles comme des cruches, des vases, des saladiers ou encore des théières.

On fera aussi des choses qui ne servent à rien parce qu'on en a tout autant besoin.

Et après, on va décorer toutes ces pièces pour qu'elles nous plaisent.

FORMATEUR

Gabriel HEITZ, artisan potier

INSCRIPTION

Avant le 18 septembre 2026 auprès de l'Administration communale de Bettembourg.

Formulaire à télécharger sur bettembourg.lu/formulaires

FRAIS D'INSCRIPTION

Prix : 75 €

12

SPORTS & LOISIRS

Sports et mouvements sont devenus une partie essentielle de nos loisirs. Beaucoup de gens retrouvent ici leur équilibre par rapport aux défis du quotidien.



**LIEU**

Centre de natation « An der Schwemm »

10, rue J.H. Polk, Bettembourg

Site Internet : www.schwemm.lu

Webshop : www.sportcoursen.lu

Catégorie	Cours
Cours de natation pour enfants	Level 1, Level 2, Level 3
Cours de natation pour adultes	Level 1, Level 2, Level 3
Cours d'Aquafitness	Aqua Fit, Aqua Jogging, Aqua Gym, Aqua Gym 55+
Kids	Sport for Kids, Hip Hop, Ninja Kids, Vëloschoul, Yoga Kids
Cardio Fitness	Cardio Trampoline, Piloxing, Zumba, Course à pied, Full Body Workout
Functional Training	Mëttesstonn, Soft Gym Stretch, Cross Training Concept, Functional Soft Gym, Cross Training Endurance, Cross Training Strength
Body & Mind	Hatha Yoga, Qi Gong, Pilates Stretch, Yin Yoga, Yoga Pregnancy & Postpartum
Best Ager 55+	Soft Gym 55+, Fitness & Gym 55+, Cross Training 55+, Danse 55+
Divers	Indoor Cycling, Krav Maga
Mindful Bodywork	Core Work, Vinyasa Yoga, Functional Mobility, Pilates, Pilates Concept, FUNctional Balance

RENSEIGNEMENTS COMPLÉMENTAIRES

Pour tout renseignement supplémentaire, veuillez consulter le site schwemm.lu ou contacter l'accueil du centre de natation « An der Schwemm » au 265 295 1.

13

SECOURISME

Apprenez vous aussi les mesures à prendre pour agir correctement en cas d'urgence.





DATES & HORAIRES

Les samedis de 8h à 12h

24 octobre 2026

14, 21 et 28 novembre 2026

LIEU DE FORMATION

KulTourhaus Huncherange, 8, rue de l'École

LANGUE

Française

**LE CGDIS
PROPOSE AUSSI
DES COURS**
Plus d'informations sur :
cours.cgdis.lu

LES PREMIERS SECOURS SONT VITAUX

Les risques d'accident sont partout : à la maison, au travail, sur la route, à l'école et pendant les loisirs. Toute personne prête à apprendre les premiers secours peut réduire considérablement le risque de conséquences graves pour son entourage. Les premiers secours ne sont pas seulement appliqués en cas d'accident, mais aussi en cas de maladie aiguë ou d'intoxication présentant un risque mortel.

AIDER EST UN DEVOIR

Toute personne qui attend une aide appropriée de la part de ses semblables en cas d'urgence devrait elle-même être capable d'aider les autres. Aider en cas d'urgence est un devoir moral et juridique. Celui qui ne porte pas secours en cas d'accident, de danger ou de détresse peut même, dans certains cas, s'exposer à des sanctions.

LES OBJECTIFS DE CE COURS SONT :

- Mise en sécurité du lieu d'incident/appeil d'urgence standardisé et structuré ;
- Reconnaissance et prise en charge primaire d'urgences médicales et traumatologiques ;
- Réanimation cardio-pulmonaire de base moyennant l'utilisation d'un défibrillateur externe automatique (DEA) ;
- Arrêt d'hémorragies critiques, mobilisation de victimes, etc.

DÉLAI D'INSCRIPTION

Avant le 16 octobre 2026 auprès de l'Administration communale de Bettembourg.

Formulaire à télécharger sur bettembourg.lu/formulaires

FRAIS D'INSCRIPTION

La participation à la formation est gratuite.

IMPORTANT

Présence obligatoire durant les 16 heures du cours pour l'obtention du diplôme.



ÉISCHT-HËLLEF-COURS FIR MENTAL GESONDHEET

AM KADER VUN DER SEMAINE DE LA SANTÉ MENTALE

COURSBESCHREIWUNG

Psychesch Gesondheet geet eis all un.

An dëser PSSM-Standardformatioun vu 4 Moduller zu jee 3 Stonne léiert Dir, d'Unzeeche vu psychescher Belaaschtung fréizäiteg z'erkennen, richtig ze reagéieren a betrafte Persounen z'ënnerstëtzen an op passend Hëllefsofferen hinweisen. Mat prakteschen Übungen an Austausch kritt Dir wichteg Outils fir besser ze verstoen an ze hëllefen; am privaten, beruflechen an am gesellschaftlechen Ëmfeld. Kommt, bilt Iech aus an drot Ären Deel bäi fir eng Gesellschaft, déi op mental Gesondheet Uecht gëtt a firenen do ass. Et si keng Viraussetzungen néideg.

DATUMER

5., 7., 12. a 14. Oktober 2026

HORAIRE

17:00–20:00 Auer

PLAZ

KulTourhaus, 8, rue de l'École, L-3341 Hunchereng

ASCHREIWUNG

egalite@bettembourg.lu, 51 80 80 2837

DELAI FIR D'ASCHREIWUNG

1. Oktober 2026

Gratis – Barrierefräi

A Kollaboratioun mat deForum, der Kommissioun fir Chancëgläichheet a sozialem Zesummenhalt an der Ligue Santé Mentale



JACQUINOTSGAART

Jardin communautaire | Gemeinschaftsgaart
Jardinons ensemble

« Du bio, du beau, du durable, des semences reproductibles de la diversité cultivée... Venez vous divertir, apprendre à jardiner, partager les récoltes, partager nos réunions et auberges espagnoles dans la joie et la bonne humeur. » *Les bénévoles qui font vivre le jardin*

Le jardin communautaire est un jardin cultivé et géré par des citoyens en collaboration étroite avec la commune de Bettembourg, en direction d'autres citoyens. Le projet se base sur des valeurs de convivialité, de solidarité, de partage et de respect des êtres vivants. On y trouve un espace de découverte et d'apprentissage. Des formations et des ateliers autour du jardinage écologique, de la permaculture et du bien-être sont régulièrement proposés.

BRUNCH-JARDINAGE :

Tous les premiers et troisièmes mercredis du mois, à partir de 10h, vous serez offerts café, thé, croissants, sandwiches, etc.

AUBERGE ESPAGNOLE :

Rejoignez-nous au Jacquinotsgaard le dernier vendredi de chaque mois à 18h, d'avril à octobre, pour un repas partagé convivial. Chaque participant est invité à apporter un plat et une boisson selon ses moyens. Si la météo est mauvaise, la soirée pourra être reportée ou annulée. Venez nombreux pour partager un moment chaleureux et gastronomique !



Pour toute information concernant la participation au projet,
veuillez prendre contact avec :

Franciane LOUDUN | 621 797 427 | francianeloudun@hotmail.com
Michèle PERRIN-TAILLAT | 621 740 499 | perrin.taillat@gmail.com
Amelia ROGERIO | 621 705 071 | amelia.rogerio25@gmail.com
Didier LÉCAILLON | 621 385 454 | djm.lecaillon@gmail.com

