

Cours collectifs 2023 - 2024

Septembre - Juillet



Horaire d'ouverture du secrétariat

Lundi	08.00 - 11.30 & 13.00 - 16.00
Mardi	07.00 - 11.30 & 13.00 - 16.00
Mercredi	08.00 - 11.30 & 13.00 - 16.00
Jeudi	08.00 - 11.30 & 13.00 - 18.30
Vendredi	08.00 - 11.30

	Lundi	Mardi	Mercredi
09:30			
10:00			Zumba Fitness ①h H ⑧
11:15			
14:00		Randonnées VTT ②h F ⑬	
15:00		Zumba Kids ①h F ⑨	
16:30			Yoga du dos (débutant) ①,5h F ⑦
17:30		Danse assise ①h A ⑪	
18:00			Sivananda (connaisseur) ①,5h F ⑦
19:00	Zumba Fitness ①h H ⑧	Zumba Fitness ①h H ⑧	
	Couture (débutant) ②h A ⑫	Couture (intermédiaire) ②h A ⑫	
		Cours de Lux. (avancé) ②h H ⁺ ⑭	
19:30			Yin Yoga (doux & profond) ①,5h F ⑦
20:00	Pilates (tous niveaux) ①h F ④		

○ Durée du cours

○ N° de page de la présentation du cours

Calendrier

Jeudi	Vendredi	Samedi	
	Gym douce pour 3 ^{ième} âge ①h H ⑩		09:30
		Bodyshape & Pound Fitness ①h F ⑥	10:00
		Randonnées VTT ②h F ⑬	
		Pilates (int.) ①h F ④	11:15
			14:00
			15:00
			16:30
			17:30
	Gymnastique ①h H ⑤		18:00
	Cours de Luxembourgeois (débutant) ②h H ^P ⑭		19:00
			19:30
			20:00

F Frisange – Hall sportif
« Romain Schroeder » derrière la mairie

A Aspelt – Centre polyvalent (Kultursall)
Schoulstrooss

H Hellange – Centre polyvalent
Crauthemerstrooss

H^P Hellange – Pavillon
Crauthemerstrooss

Lu

20:00 - 21:00

Sa

11:15 - 12:15



Pilates

Pilates est une méthode douce visant à renforcer les chaînes musculaires profondes du corps. On entend par les muscles profonds, l'ensemble des muscles qui participe au maintien de la colonne vertébrale.

L'objectif premier de ce cours est de ramener le corps dans un alignement idéal. Cet alignement créera ainsi une forte stabilité pour limiter les douleurs et blessures permanentes.

Les bénéfices sont d'harmoniser la silhouette et d'accroître la force intérieure.

Cours « Pilates » – tous niveaux :

Lundi | 20:00-21:00

Hall sportif « Romain Schroeder » à Frisange

Cours « Pilates » – intermédiaire :

Samedi | 11:15-12:15

Hall sportif « Romain Schroeder » à Frisange

Le 1^{er} cours aura lieu le **18 septembre**, resp. le **23 septembre 2023**. Les cours n'auront pas lieu pendant les vacances scolaires. Attention : max. 30 places/cours.

Conditions d'inscription :

Âge minimum : 16 ans

Frais d'inscription : 50,00 €

Date limite d'inscription : **3 septembre 2023**
(formulaire d'inscription aux pages 15 et 17)

Organisation :

La Commune de Frisange ensemble avec la Commission Culturelle et Sportive.



Je

18:00 - 19:00

Gymnastique

Cours « gymnastique » :

Jeudi | 18:00 - 19:00

Centre polyvalent à Hellange

Le 1^{er} cours aura lieu le **21 septembre 2023**.

Les cours n'auront pas lieu pendant les vacances scolaires. Attention : max. 30 places/cours.

Conditions d'inscription :

Âge minimum : 16 ans

Frais d'inscription : 50,00 €

Date limite d'inscription : **3 septembre 2023**
(formulaire d'inscription aux pages 15 et 17)

Organisation :

La Commune de Frisange ensemble avec la Commission Culturelle et Sportive.

La gymnastique est un sport consistant à travailler son corps par divers mouvements au sol ou avec des agrès spécifiques.

La gymnastique est une discipline qui présente des nombreux atouts. Voici quelques uns :

- elle renforce les muscles et assouplit les articulations,
- elle apporte aussi tonus, souplesse et énergie,
- elle favorise la relaxation et le bien être.

Sa

10:00 - 11:00



Bodyshape & Pound Fitness

Le Pound fitness est un cours collectif cardio musculaire qui consiste à faire des enchaînements d'exercices tout en battant au rythme d'une playlist rock n' roll avec une baguette dans chaque main. L'objectif : se dépenser intensément tout en relâchant la pression.

En utilisant des bâtons de batterie appelé « ripstix », on marque le tempo de la musique et augmente l'intensité du cours.

Avantages et bienfaits de ce cours de sport :

- Pound augmente la souplesse
- Pound est un cours similaire à un cours de FAC (fesses abdos cuisses)
- Pound augmente l'endurance

Rejoignez-nous et faites vivre la rock star qui est en vous.

Cours « Bodyshape & Pound Fitness » :

Samedi | 10:00-11:00

Hall sportif « Romain Schroeder » à Frisange

Le 1^{er} cours aura lieu le **23 septembre 2023**.
Les cours n'auront pas lieu pendant les vacances scolaires.

Attention : max. 30 places/cours.

Conditions d'inscription :

Âge minimum : 16 ans

Frais d'inscription : 50,00 €

Date limite d'inscription : **3 septembre 2023**
(formulaire d'inscription aux pages 15 et 17)

Organisation :

La Commune de Frisange ensemble avec la Commission Culturelle et Sportive.



Yoga

Cours « Yoga du dos » – débutant :

Mercredi | 16:30 - 18:00

Cours « Sivananda » – connaisseur :

Mercredi | 18:00 - 19:30

Cours « Yin Yoga » – doux mais profond :

Mercredi | 19:30 - 21:00

Hall sportif « Romain Schroeder »
(salle de motricité) à Frisange

Le 1^{er} cours aura lieu le **20 septembre 2023**.
Les cours n'auront pas lieu pendant les
vacances scolaires.

Attention : max. 20 places/cours.

Conditions d'inscription :

Frais d'inscription : 50,00 €

Date limite d'inscription : **3 septembre 2023**
(formulaire d'inscription aux pages 15 et 17)

Organisation :

La Commune de Frisange ensemble avec la
Commission pour l'égalité des chances.

Quels sont les bienfaits du yoga?

- sculpte et tonifie la silhouette
- augmente la force du corps, la souplesse des muscles et tissus et la mobilité des articulations.
- équilibre et harmonie entre le corps, le mental et l'esprit.
- accroît la concentration du mental, la stabilité émotionnelle et la tranquillité de l'esprit.
- apaise l'agitation mentale, réduit les effets du stress et de l'anxiété.
- améliore les fonctions de vos systèmes respiratoire, circulatoire, digestif et hormonal.
- favorise la circulation du sang et des autres liquides du corps.
- purifie et nettoie les organes.
- réduit considérablement les effets associés à l'insomnie, la dépression, la nervosité et le stress.

Quelques conseils pour participer au cours :

Il est préférable de ne rien manger avant le cours. Pensez à apporter:

- un tapis yoga qui ne glisse pas
- une couverture de relaxation
- des habits confortables et des bas

Lu

19:00 - 20:00

Ma

19:00 - 20:00

Me

10:00 - 11:00



Zumba Fitness

Qu'est ce que Zumba fitness?

La Zumba® est un mélange de danses incluant la salsa, merengue, flamenco, reggaeton ... et des mouvements dynamiques de fitness.

Mais la Zumba est avant tout un cours de cardio, c'est-à-dire qu'elle permet de travailler son rythme cardiaque. La séance alterne entre les moments cardiovasculaires et les parties plus « physiques » où tous les muscles du corps sont sollicités. Résultat : des abdos gainés, des cuisses et des mollets allongés, des fessiers galbés, un dos et des bras renforcés. Une heure de cours de Zumba c'est environ 500 calories de perdues !

Vous apprendrez également à développer votre équilibre et à coordonner vos mouvements. Les pieds, les jambes, les bras, le buste ou encore la tête : toutes les parties du corps ont un rôle à jouer.

La tenue :

Une bonne paire de basket pour ne pas glisser, des vêtements légers et pratiques, une serviette et une grande bouteille d'eau !

Cours « Zumba Fitness » :

Cours A : Lundi | 19:00-20:00

Cours B : Mardi | 19:00-20:00

Cours C : Mercredi | 10:00-11:00

Centre polyvalent à Hellange

Le 1^{er} cours aura lieu le **18 septembre**, le **19 septembre** resp. le **20 septembre 2023**.
Les cours n'auront pas lieu pendant les vacances scolaires.

Conditions d'inscription :

Frais d'inscription : 50,00 €

Date limite d'inscription : **3 septembre 2023**
(formulaire d'inscription aux pages 15 et 17)

Organisation :

La Commune de Frisange ensemble avec la Commission pour l'égalité des chances et la Commission sportive.



Ma

15:00 - 16:00

Zumba Kids

Cours « Zumba Kids » :

Mardi | 15:00 - 16:00

Hall sportif « Romain Schroeder » à Frisange

Le 1^{er} cours aura lieu le **19 septembre 2023**.
Les cours n'auront pas lieu pendant les vacances scolaires.

Attention : max. 30 places/cours.

Conditions d'inscription :

Âge : 6-12 ans

Frais d'inscription : 50,00 €

Date limite d'inscription : **3 septembre 2023**
(formulaire d'inscription aux pages 15 et 17)

Organisation :

La Commune de Frisange ensemble avec la Commission pour l'égalité des chances et la Commission sportive.

Idéal pour les jeunes fans de Zumba®. Les enfants de 6 à 12 ans peuvent pratiquer une activité physique et se défouler au rythme de leur musique préférée.

Comment ça marche ?

Les séances Zumba® Kids comportent des mouvements adaptés aux enfants, basés sur la chorégraphie Zumba® originale. Nous simplifions les pas, ajoutons des jeux, des activités et des éléments d'exploration culturelle dans la structure du cours.

Avantages :

Cela permet de mener une vie saine et d'inciter les enfants à pratiquer des activités physiques sans effort en les rendant amusantes. Les cours comportent des éléments essentiels pour le développement des enfants, tels que l'autorité, le respect des autres, le travail en équipe, la confiance en soi, l'estime de soi, la mémoire, la créativité, la coordination et les connaissances culturelles.



Gymnastique douce pour le 3^{ème} âge

C'est une gymnastique qui se pratique en douceur et qui propose un entraînement complet.

La gym-douce amène une prise de conscience du corps associant harmonie et sensibilité pour atteindre une grande détente physique et psychique. Le caractère doux et précis des mouvements permet d'adapter les méthodes au public ciblé.

Cette gymnastique est spécialement adaptée aux séniors (personnes plus de 50 ans). La gym pour séniors se compose d'exercices de renforcement musculaire, d'équilibre, de mobilité articulaire sur fond de la gymnastique douce.

Alors les mouvements proposés sont lents, doux et sans à-coups. Mais l'important est la qualité du geste et l'attention qu'on y porte.

Cours « Gym douce pour le 3^{ème} âge » :

Vendredi | 9:30 - 10:30

Centre polyvalent à Hellange

Le 1^{er} cours aura lieu le **22 septembre 2023**.
Les cours n'auront pas lieu pendant les vacances scolaires.

Attention : max. 20 places/cours.

Conditions d'inscription :

Frais d'inscription : 50,00 €

Date limite d'inscription : **3 septembre 2023**
(formulaire d'inscription aux pages 15 et 17)

Organisation :

La Commune de Frisange ensemble avec la Commission pour le 3^{ème} âge.



Ma

17:30 - 18:30

Danse assise

Cours « Danse assise » :

Mardi | 17:30 - 18:30

Centre polyvalent (Kultursall) à Aspelt

Le 1^{er} cours aura lieu le **19 septembre 2023**.

Les cours n'auront pas lieu pendant les vacances scolaires.

Attention : max. 30 places/cours.

Conditions d'inscription :

Frais d'inscription : 50,00 €

Date limite d'inscription : **3 septembre 2023**
(formulaire d'inscription aux pages 15 et 17)

Organisation :

La Commune de Frisange ensemble avec la Commission pour le 3^{ème} âge.

Quelle que soit notre condition physique, la danse senior a également pour essence de développer la fluidité des mouvements. Elle comporte des parties isolées qui permettent à chacun de bénéficier de quelques apprentissages personnalisés et constitue ainsi une activité complémentaire aux soins de santé. Pour cela, on utilise des supports ainsi que divers objets que l'on manipule au rythme de la musique. Ainsi, la danse assise nous apprend à effectuer facilement certains mouvements, qui pourraient être habituellement difficiles à exécuter.

Cette activité est particulièrement efficace pour améliorer la respiration, le rythme cardiaque et la circulation sanguine. Elle fortifie les muscles, améliore les articulations et nous permet de développer le tonus.

Lu

19:00 - 21:00

Ma

19:00 - 21:00



Couture

Le cours s'adresse à toutes et à tous désireux d'apprendre les bases de la couture ou alors de reprendre le goût après l'avoir abandonné. Vous apprenez les notions de base, à lire des instructions, quelques trucs et astuces et vous pouvez commencer un travail personnel. La couture n'est pas seulement une affaire de technique et de savoir-faire, mais il remonte à des traditions qui nous mènent bien loin.

En plus, il n'est pas nécessaire d'acheter un tissu cher, il est même possible de recycler du tissu. Sophie Dewalque guide les participants du début jusqu'à la fin dans la réalisation de ce projet qui promet une expérience positive !

Au programme :

- connaissance de la machine à coudre, base et technique
- accessoire de table
- pochette zip
- sac cabas
- sweatshirt
- projet personnel

Chaque participant doit apporter sa machine à coudre !

Cours « Couture » – débutant :

Lundi | 19:00 - 21:00

Cours « Couture » – intermédiaire :

Mardi | 19:00 - 21:00

Centre polyvalent (Kultursall) à Aspelt

Le 1^{er} cours aura lieu le **18 septembre** resp. le **19 septembre 2023**. Les cours n'auront pas lieu pendant les vacances scolaires.

Attention : max. 11 places/cours.

Conditions d'inscription :

Frais d'inscription : 50,00 €

Date limite d'inscription : **3 septembre 2023**
(formulaire d'inscription aux pages 15 et 17)

Organisation :

La Commune de Frisange ensemble avec la Commission pour l'égalité des chances et la Commission sportive.



Ma

14:00 - 16:00

Sa

10:00 - 12:00

Randonnées VTT

Cours « Randonnées VTT » :

Cours A : Mardi | 14:00 - 16:00

Cours B : Samedi | 10:00 - 12:00

Hall sportif « Romain Schroeder » à Frisange

Le 1^{er} cours aura lieu le **19 septembre** resp. le **23 septembre 2023**. Les cours n'auront pas lieu pendant les vacances scolaires.

Attention: max. 30 places/cours.

Conditions d'inscription :

Frais d'inscription : 50,00 €

Date limite d'inscription : **3 septembre 2023**
(formulaire d'inscription aux pages 15 et 17)

Organisation :

La Commune de Frisange ensemble avec la Commission pour l'égalité des chances et la Commission sportive.

En vélo à travers Frisange et ses bois

Bouger est un des secrets d'une bonne santé. Nous proposons de vous faire découvrir la nature et les bois de notre commune et en même temps de vous offrir une activité physique et une mobilité pour les grands et les petits, les jeunes et les moins jeunes.

L'activité se veut récréative et non compétitive. Il s'agit de faire des sorties en VTT ou E-bike pour passer de bons moments et d'apprendre à connaître nos alentours de façon différente.

Tout le monde, même les personnes non accoutumées à faire du vélo, sont les bienvenus. L'accent est mis sur le plaisir et non sur le défi technique. Nos sorties dureront, selon les participants et les conditions météorologiques, entre 3 heures.

P.S. Les personnes novices au VTT seront guidées pour acquérir cette nouvelle pratique afin que cela reste à tout moment un exercice plaisant.

Ma

19:00 - 21:00

Je

19:00 - 21:00



Cours de Luxembourgeois

Pourquoi apprendre le luxembourgeois ?

Le Grand-Duché de Luxembourg se distingue par sa culture et son histoire exceptionnelle au centre de l'Europe. Le pays maintient une relation étroite avec ses voisins français, allemands et belges, toutefois le luxembourgeois reste la langue essentielle, lorsqu'il s'agit de communiquer et d'échanger avec les luxembourgeois ou tout simplement pour discuter avec des collègues.

Que vous soyez expatriés ou frontaliers, les formations en luxembourgeois sont un atout indispensable à votre vie au Luxembourg ... et une qualité en plus sur votre CV !

Cours « Luxembourgeois » – avancé :
Mardi | 19:00 - 21:00

Cours « Luxembourgeois » – débutant :
Jeudi | 19:00 - 21:00

Pavillon à Hellange

Le 1^{er} cours aura lieu le **19 septembre** resp. le **21 septembre 2023**. Les cours n'auront pas lieu pendant les vacances scolaires.

Le cours n'est pas reconnu pour l'acquisition de la nationalité luxembourgeoise. Priorité sera donnée aux résidents de la Commune de Frisange. **Le cours n'aura pas lieu si un minimum de 10 inscriptions n'est pas atteint !**

Attention: max. 25 places/cours.

Conditions d'inscription :

Frais d'inscription : gratuit

Date limite d'inscription : **3 septembre 2023**
(formulaire d'inscription aux pages 15 et 17)

Organisation :

La Commune de Frisange ensemble avec la Commission Consultative pour l'intégration.

Nom(s) et prénom(s) _____

Date et lieu de naissance _____

Domicilié(e) à _____ (N° et rue)

_____ (code postal et localité)

Téléphone _____

E-Mail _____ (en cas d'annulation de cours)

Je déclare par la présente vouloir m'inscrire pour :

- Cours « Pilates » – tous niveaux : Lundi | 20:00 - 21:00
- Cours « Pilates » – intermédiaire : Samedi | 11:15 - 12:15
- Cours « Gymnastique » : Jeudi | 18:00 - 19:00
- Cours « Bodyshape & Pound Fitness » : Samedi | 10:00 - 11:00
- Cours « Yoga du dos » – débutant : Mercredi | 16:30 - 18:00
- Cours « Sivananda » – connaisseur : Mercredi | 18:00 - 19:30
- Cours « Yin Yoga » – doux mais profond : Mercredi | 19:30 - 21:00
- Cours « Zumba Fitness » : Cours A : Lundi | 19:00 - 20:00
- Cours « Zumba Fitness » : Cours B : Mardi | 19:00 - 20:00
- Cours « Zumba Fitness » : Cours C : Mercredi | 10:00 - 11:00
- Cours « Zumba Kids » : Mardi | 15:00 - 16:00
- Cours « Gym douce pour le 3^{ième} âge » : Vendredi | 9:30 - 10:30
- Cours « Danse assise » : Mardi | 17:30 - 18:30
- Cours « Couture » – débutant : Lundi | 19:00 - 21:00
- Cours « Couture » – intermédiaire : Mardi | 19:00 - 21:00
- Cours « Randonnées VTT » : Cours A : Mardi | 14:00 - 16:00
- Cours « Randonnées VTT » : Cours B : Samedi | 10:00 - 12:00
- Cours « Luxembourgeois » – avancé : Mardi | 19:00 - 21:00
- Cours « Luxembourgeois » – débutant : Jeudi | 19:00 - 21:00

Date _____ Signature _____
(pour un mineur, la signature du tuteur légal est requise)

Le formulaire d'inscription est à remettre, dûment rempli et signé, au plus tard pour le **03 septembre 2023** à la Commune de Frisange. Votre inscription au(x) cours sera confirmée par courrier.

Attention : L'arrêt du cours ne donne pas droit à un remboursement des frais d'inscription.

Personne de Contact : Carole Klepper **Tél. :** 23 66 84 08 90 **E-Mail :** carole.klepper@frisange.lu



MENTION D'INFORMATION

La présente mention explique la façon dont la commune de Frisange traite les données à caractère personnel de ses citoyens. Elle vous informe également sur vos droits. Dans le cadre de l'exercice de gestion de la vie communale, la commune collecte et traite vos données à caractère personnel conformément au Règlement Général sur la Protection des Données (ci-après « RGPD »).

Les données traitées, ou partie d'entre elles, nécessaires à l'accomplissement des missions ou à la poursuite des intérêts légitimes du destinataire, sont susceptibles d'être communiquées ou rendues accessibles à des partenaires de la commune. Les données à caractère personnel sont traitées pour les finalités découlant des missions ci-avant mentionnées. Les données traitées peuvent également être utilisées à des fins statistiques. Pour les surplus elles sont susceptibles d'être conservées à des fins d'archivage public. Des mesures de sécurité adaptées (p.ex. anonymisation, pseudonymisation ou chiffrement) sont prises dans ces cas dans la mesure du possible.

Le RGPD vous confère certains droits, notamment le droit à l'information, le droit d'accès, le droit de rectification, le droit à la portabilité des données, droit à l'opposition ou à la limitation du traitement, le droit de contester une décision prise sur base de processus automatisés ou le droit à l'oubli. La commune respecte ces droits dans la mesure du possible sous réserve des exceptions prévues par des dispositions légales.

Pour toute information complémentaire à ce sujet ou pour exercer un des droits découlant du RGPD, vous pouvez contacter le responsable RGPD de la Commune de Frisange :

- par mail : dpo@frisange.lu
- par courrier : Administration communale de Frisange
10, Munnerëferstrooss
L-5750 Frisange

Afin de pouvoir traiter votre demande RGPD, et afin d'assurer la protection des données à caractère personnel, la commune se réserve le droit de demander des informations complémentaires permettant de vous identifier avant de donner une suite favorable à votre demande.

La CNPD (Commission nationale pour la protection des données) en tant qu'autorité de Contrôle peut être saisie d'une réclamation adressée à la Commission nationale pour la protection des données – Service des plaintes : 1, avenue du Rock & Roll; L-4361 Esch-sur-Alzette.

Nom(s) et prénom(s) _____

Date et lieu de naissance _____

Domicilié(e) à _____ (N° et rue)

_____ (code postal et localité)

Téléphone _____

E-Mail _____ (en cas d'annulation de cours)

Je déclare par la présente vouloir m'inscrire pour :

- Cours « Pilates » – tous niveaux : Lundi | 20:00 - 21:00
- Cours « Pilates » – intermédiaire : Samedi | 11:15 - 12:15
- Cours « Gymnastique » : Jeudi | 18:00 - 19:00
- Cours « Bodyshape & Pound Fitness » : Samedi | 10:00 - 11:00
- Cours « Yoga du dos » – débutant : Mercredi | 16:30 - 18:00
- Cours « Sivananda » – connaisseur : Mercredi | 18:00 - 19:30
- Cours « Yin Yoga » – doux mais profond : Mercredi | 19:30 - 21:00
- Cours « Zumba Fitness » : Cours A : Lundi | 19:00 - 20:00
- Cours « Zumba Fitness » : Cours B : Mardi | 19:00 - 20:00
- Cours « Zumba Fitness » : Cours C : Mercredi | 10:00 - 11:00
- Cours « Zumba Kids » : Mardi | 15:00 - 16:00
- Cours « Gym douce pour le 3^{ième} âge » : Vendredi | 9:30 - 10:30
- Cours « Danse assise » : Mardi | 17:30 - 18:30
- Cours « Couture » – débutant : Lundi | 19:00 - 21:00
- Cours « Couture » – intermédiaire : Mardi | 19:00 - 21:00
- Cours « Randonnées VTT » : Cours A : Mardi | 14:00 - 16:00
- Cours « Randonnées VTT » : Cours B : Samedi | 10:00 - 12:00
- Cours « Luxembourgeois » – avancé : Mardi | 19:00 - 21:00
- Cours « Luxembourgeois » – débutant : Jeudi | 19:00 - 21:00

Date _____ Signature _____
(pour un mineur, la signature du tuteur légal est requise)

Le formulaire d'inscription est à remettre, dûment rempli et signé, au plus tard pour le **03 septembre 2023** à la Commune de Frisange. Votre inscription au(x) cours sera confirmée par courrier.

Attention : L'arrêt du cours ne donne pas droit à un remboursement des frais d'inscription.

Personne de Contact : Carole Klepper **Tél. :** 23 66 84 08 90 **E-Mail :** carole.klepper@frisange.lu



MENTION D'INFORMATION

La présente mention explique la façon dont la commune de Frisange traite les données à caractère personnel de ses citoyens. Elle vous informe également sur vos droits. Dans le cadre de l'exercice de gestion de la vie communale, la commune collecte et traite vos données à caractère personnel conformément au Règlement Général sur la Protection des Données (ci-après « RGPD »).

Les données traitées, ou partie d'entre elles, nécessaires à l'accomplissement des missions ou à la poursuite des intérêts légitimes du destinataire, sont susceptibles d'être communiquées ou rendues accessibles à des partenaires de la commune. Les données à caractère personnel sont traitées pour les finalités découlant des missions ci-avant mentionnées. Les données traitées peuvent également être utilisées à des fins statistiques. Pour les surplus elles sont susceptibles d'être conservées à des fins d'archivage public. Des mesures de sécurité adaptées (p.ex. anonymisation, pseudonymisation ou chiffrement) sont prises dans ces cas dans la mesure du possible.

Le RGPD vous confère certains droits, notamment le droit à l'information, le droit d'accès, le droit de rectification, le droit à la portabilité des données, droit à l'opposition ou à la limitation du traitement, le droit de contester une décision prise sur base de processus automatisés ou le droit à l'oubli. La commune respecte ces droits dans la mesure du possible sous réserve des exceptions prévues par des dispositions légales.

Pour toute information complémentaire à ce sujet ou pour exercer un des droits découlant du RGPD, vous pouvez contacter le responsable RGPD de la Commune de Frisange :

- par mail : dpo@frisange.lu
- par courrier : Administration communale de Frisange
10, Munnerëferstrooss
L-5750 Frisange

Afin de pouvoir traiter votre demande RGPD, et afin d'assurer la protection des données à caractère personnel, la commune se réserve le droit de demander des informations complémentaires permettant de vous identifier avant de donner une suite favorable à votre demande.

La CNPD (Commission nationale pour la protection des données) en tant qu'autorité de Contrôle peut être saisie d'une réclamation adressée à la Commission nationale pour la protection des données – Service des plaintes : 1, avenue du Rock & Roll; L-4361 Esch-sur-Alzette.

Impressum

Administration communale de Frisange

10, Munnerëferstrooss
L-5750 Frisange
T. (+352) 23 66 84 08-1
secretariat@frisange.lu
www.frisange.lu

Rédaction

Sécretariat

Réalisation graphique

Liz Kummer Design Studio, Frisange

Imprimerie

Imprimerie Schlimé, Bertrange



www.frisange.lu

