

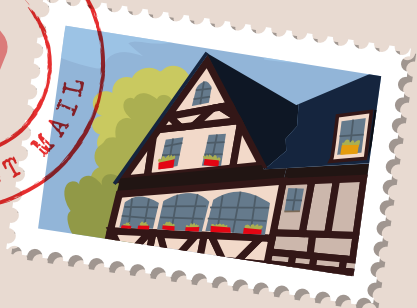
# LOISIRS POUR TOUS

•2019•



SECH BEWEGEN FIR BESSER ZE LIEWEN!

ALL DAG ASS E GUDDEN DAG



**help**

All Dag ass e gudden Dag

## - LÉGENDE DES PICTOGRAMMES -



DATE



INFORMATIONS



PRIX



TÉLÉPHONE



LIEU



HORAIRES



# SOMMAIRE

Revivons ensemble le plaisir de rester actif .....	4
À savoir .....	6
Fêtes .....	7
Thé dansant	
Fête luxembourgeoise	
Grand barbecue	
Fête d'automne	
Cinéma .....	8-11
Kino a Kaffi	
Kino mat Häerz	
Excursions .....	12
Theaterkëscht Hueschtert	
Atelier de Production Hoffman	
Lëtzebuerg an der Belle Epoque	
Chorale S <sup>te</sup> Cécile	
Concert de Gala de la Croix-Rouge luxembourgeoise	
Journée de pêche au relais de la Truite	
Musée des Calèches	
Musée de la Bière	
Croisière sur la Moselle à bord du Princesse Marie-Astrid	
Thillenvogtei	
Usine de Dragées Braquier	
Séjours	
Trouville-sur-Mer ( France ) .....	14
Seefeld ( Tirol, Autriche ) .....	15
Middelkerke ( Belgique ) .....	16
Koksijde ( Belgique ) .....	17
Todtmoos ( Allemagne ) .....	18
Alsace ( France ) .....	19
Domburg ( Pays-Bas ) .....	20
Palma ( Espagne ) .....	21
Votre satisfaction nous tient à cœur ! .....	22

## - REVIVONS ENSEMBLE LE PLAISIR DE RESTER ACTIF -

Vous pensez que votre santé ne vous permet plus de profiter de moments de loisirs ?

Soucieux de toujours améliorer votre bien-être, le réseau HELP met à votre disposition un service «activités et loisirs». Celui-ci vise à apporter des propositions et solutions aux problèmes d'isolement, de solitude et de routine vécus par certaines personnes. Grâce à l'offre de ce service, chacun vivra des expériences uniques.

Ainsi nous avons conçu un catalogue d'activités annuel autour de différents thèmes susceptibles d'être menés tout au long de l'année :

- Fêtes
- Cinémas
- Excursions
- Séjours

Le succès de ce service dès sa création provient de la qualité des prestations proposées, mais également du fait que **la continuité des soins est garantie 24h/24** par nos équipes de professionnels (infirmiers et aides-soignants) qui encadrent ces activités.

En feuilletant ce catalogue, vous trouverez sûrement une activité qui répondra à vos attentes. N'hésitez pas à nous contacter pour en savoir davantage :



27 55 - 3600 ou 26 70 26.



## - GEMEINSAM MIT FREUDE AKTIV BLEIBEN -

Sie denken, dass Ihr Gesundheitszustand es Ihnen nicht mehr erlaubt, zu verreisen oder Ihre Freizeit zu genießen ?

Das Help-Netzwerk ist immer darum bemüht, Ihr Wohlbefinden zu verbessern und stellt Ihnen deshalb den Dienst „Freizeitaktivitäten“ zur Verfügung. Er bietet Ihnen Auswege aus Isolation, Einsamkeit und dem „ewigen Alltagstrott“, unter denen manche Menschen leiden.

Mithilfe dieses Dienstes kann jeder bei einer Reise unvergessliche Augenblicke erleben.

Der Dienst „Freizeitaktivitäten“ hat ein Jahresprogramm mit Aktivitäten zusammengestellt, das in verschiedene Themengruppen gegliedert ist :

- Feste
- Kino
- Ausflüge
- Reisen

Der Erfolg dieses Dienstes beruht auf der Qualität der angebotenen Dienstleistungen, aber auch auf der Tatsache, dass die **Kontinuität der Pflege 24 Stunden am Tag** von unseren professionellen Pflegeteams garantiert wird, die bei allen Aktivitäten präsent sind.

Sie finden mit Sicherheit eine Aktivität, die Ihren Erwartungen entspricht: Blättern Sie einfach durch unseren Katalog !

Falls Sie weitere Informationen wünschen, können Sie sich gerne an uns wenden :



**27 55 - 3600 ou 26 70 26.**

## **- À SAVOIR -** **GUT ZU WISSEN**

- Nous prenons des photos lors de nos activités, si vous ne désirez pas être photographié, merci de le préciser lors de votre inscription.
- Wenn Sie nicht während einer Aktivität fotografiert werden möchten, geben Sie uns bitte bei der Anmeldung Bescheid !
- Mis à part les séjours, une réservation pour une activité n'est prise en compte qu'après le paiement.
- Ihre Buchung für eine Aktivität wird erst nach Bezahlung berücksichtigt (Außer für die Reisen)
- Le paiement se fait soit par virement, soit par espèces à remettre au soignant. Numéro de compte : Doheem Versuergt LU381111214000180000 (CCPL)
- Die Bezahlung erfolgt entweder per Banküberweisung oder in bar bei dem Pflegepersonal.  
Kontonummer : Doheem Versuergt LU381111214000180000 (CCPL)
- En ce qui concerne le transport lors des excursions ou activités, avez-vous pensé à l'Adapto ? Est-ce qu'un proche peut vous déposer au lieu de rendez-vous ?
- Was den Transport für die Ausflüge oder Aktivitäten betrifft, haben Sie an Adapto gedacht ? Oder kann ein Angehöriger Sie bis zum Treffpunkt fahren ?



## - FÊTES -



### **Thé dansant**

14h00 • 12 février 2019

Esch ou Schiffange



### **Fête luxembourgeoise**

14 mai 2019 • 11h30

Centre Culturel 122, Route de Luxembourg  
L-7373 Helmdange



### **Grand Barbecue Help Activités et Loisirs**

7 août 2019 • 11h30h

Centre Culturel 122, Route de Luxembourg  
L-7373 Helmdange



### **Fête d'Automne**

8 octobre 2019 • 11h30

Centre Culturel 122, Route de Luxembourg  
L-7373 Helmdange

Pour plus d'informations, contactez-nous  
au **27 55 – 3600** ou **26 70 26**.

# KINO A Kaffi



**Des comédies burlesques ou dramatiques, grands classiques, films familiaux, et des concerts dans plusieurs langues.**

Komödie oder Drama, großes Kino, Klassiker, Familienfilme, und Konzertfilme in verschiedenen Sprachen.

**Vous pouvez combiner votre sortie culturelle avec un déjeuner à la brasserie K116 dans les locaux de la Kulturfabrik. Le parking, la salle de cinéma, le café littéraire et les toilettes sont accessibles pour les personnes à mobilité réduite.**

Wenn Sie möchten können Sie Ihr Kinoerlebnis mit einem leckeren Mittagessen in der Brasserie K116 kombinieren. Der Parkplatz, der Kinosaal, der Kaffeeraum und die Toiletten sind zugänglich für Menschen mit Behinderung.



**Kinosch/Kulturfabrik - 116, rue de Luxembourg  
L-4221 Esch-sur-Alzette**



**De 14h00 à 17h00**



**Pour une personne :  
11 € café et part de gâteau inclus**



**Notez les prochaines après-midis « Kino a Kaffi » 2019  
dans votre agenda ! 10 janvier - 07 février - 07 mars - 04 avril  
02 mai - 06 juin - 03 octobre - 07 novembre - 05 décembre**





- **Un profil pour deux**  
10 janvier, Stéphane Robelin

- **Last Vegas**  
7 février, Jon Turteltaub

- **Ce soir je dors chez toi**  
7 mars, Olivier Baroux

- **Calendar Girls**  
4 avril, de Nigel Cole

- **The Darjeeling Limited**  
2 mai, Wes Anderson

- **Belle et Sébastien**  
6 juin, Nicolas Vanier

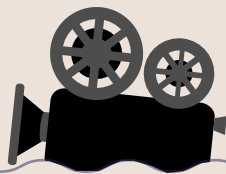
- **Little Miss Sunshine**  
3 octobre, J. Dayton an Valerie Faris

- **La Fleur de l'Âge**  
7 novembre, Nick Quinn

- **Misses Doubtfire**  
5 décembre, Chris Columbus

Pour plus d'informations, contactez-nous  
au **27 55 - 3600** ou **26 70 26**.





**Kino mat Häerz, le plaisir de venir flâner en ville et de vivre un moment cinéma unique et convivial !**

Kino mat Häerz, das Vergnügen in der Stadt zu flanieren und einen einzigartigen (einmaligen) und warmherzigen Kinomoment zu erleben.

**La cinémathèque et le service seniors de la ville de Luxembourg, en étroite collaboration avec le réseau HELP et la Maison des Associations sont heureux de vous proposer la 8<sup>ème</sup> édition du Kino mat Häerz.**

Die Cinémathèque und der Service Seniors der Stadt Luxemburg stellen Ihnen in enger Zusammenarbeit mit dem Pflegenetz Help und der ‚Maison des Associations‘ die 8. Edition der Kino mat Häerz-Serie vor.



**Tous les 3<sup>e</sup> jeudis du mois, une séance a lieu à la Cinémathèque - 17, place du Théâtre à Luxembourg**

- **Es geschah am helllichten Tag**  
17 janvier, Ladislao Vajda
- **Un Américain à Paris**  
21 février, Vincente Minnelli
- **Drillinge an Bord**  
21 mars, Hans Müller
- **La guerre des boutons**  
18 avril, Yves Robert / Séance intergénérationnelle
- **Best Exotic Marigold Hotel**  
16 mai, John Madden
- **Un profil pour deux**  
20 juin, Stéphane Robelin



Les films pour les séances d'octobre à décembre ne sont pas encore connus, mais vous pouvez d'ores et déjà noter les dates dans votre agenda !

**17 octobre – 21 novembre – 19 décembre**



Tous les 4<sup>e</sup>s jeudis du mois, une séance a lieu à la Cinémathèque - 10, rue Eugène Ruppert à Luxembourg / Cloche d'Or (accessible aux personnes à mobilité réduite)

- **Es geschah am helllichten Tag**

24 janvier, Ladislao Vajda

- **Un Américain à Paris**

28 février, de Vincente Minnelli

- **Drillinge an Bord**

28 mars, Hans Müller

- **La guerre des boutons**

25 avril, Yves Robert / Séance intergénérationnelle

- **Best Exotic Marigold Hotel**

23 mai, John Madden

- **Un profil pour deux**

20 juin, Stéphane Robelin



Les films pour les séances d'octobre à décembre ne sont pas encore connus, mais vous pouvez d'ores et déjà noter les dates dans votre agenda !

**24 octobre – 28 novembre – 12 décembre**

Vous avez envie de prolonger votre sortie ? Venez nous rejoindre après chaque projection, dans un salon de thé de qualité pour déguster une pâtisserie et un café.

Nous échangerons amicalement nos avis sur le film.

Pour connaître les films projetés et recevoir le flyer de la prochaine séance, contactez-nous au **27 55 - 3600** ou **26 70 26**.

Lust auf Verlängerung? Nach jedem Kinoaufenthalt bieten wir Ihnen an mit uns zusammen ein Stück Torte und eine Tasse Kaffee in einem renommierten Kaffeehaus zu genießen. Dort können wir auch über den Film reden.



Pour plus d'informations, contactez-nous au **27 55 - 3600** ou **26 70 26**.

## - EXCURSIONS -



### **Theaterkëscht Hueschtert**

17h00 • 13 janvier 2019

Centre de loisirs 'LOISI' 7, Routscheed L-6939 Niederanven



### **Atelier de Production Hoffmann**

11h00 • 30 janvier 2019

1, Rue Kundel L-5485 Wormeldange-Haut



### **Lëtzebuerg an der Belle Epoque**

14h00 • 26 février 2019

Konviktskaart 11, Avenue Marie-Thérèse L-2132 Luxembourg/Ville



### **Chorale Ste Cécile**

17h00 • 31 mars 2019

Kinneksbond 42, Route d'Arlon L-8210 Mamer



### **Concert de Gala de la Croix-Rouge Luxembourgeoise**

20h00 • 23 avril 2019 Philharmonie, Luxembourg Kirchberg

La sortie sera encadrée par la bienveillance du personnel de votre antenne.



### **Journée de Pêche au Relais de la Truite**

09h00 • 30 avril 2019

Lieu-dit 'Le Colvert' F-57320 Hestroff/Anzeling





### **Musée des Calèches**

09h00 • 4 juin 2019

21, Rue de Crauthem L-3390 Peppange



### **Musée de la Bière**

09h00 • 3 juillet 2019

17, Rue du Moulin F-55700 Stenay, France



### **Excursion sur la Moselle, Princesse Marie-Astrid**

11h00 • 27 sept. 2019

Entente Touristique de la Moselle 10, route du Vin  
L-6794 Grevenmacher



### **Thillenvogtei**

09h00 • 29 octobre 2019

Maison 3 L-8831 Rindschleiden



### **Usine de Dragées Braquier**

09h00 • 26 nov. 2019

50, rue du Fort de Vaux Usine du Coulmier F-55100 Verdun



Pour plus d'informations, contactez-nous  
au **27 55 - 3600** ou **26 70 26**.



# TROUVILLE <sup>s/</sup>MER

France



Trouville-sur-Mer est l'une des plus belles destinations de la côte fleurie en Normandie. Vous pourrez profiter d'une succession de plages de sable, de falaises et de charmantes stations balnéaires, très prisées et d'une multitude de bijoux architecturaux.

Trouville-sur-Mer ist eines der schönsten Reiseziele an der Côte Fleurie in der Normandie. Sie können eine Reihe von Sandstränden, Klippen und bezaubernde Badeorte sowie eine Vielzahl von architektonischen Juwelen bewundern.



4 nuits en demi-pension à l'hôtel

**MERCURE** ★★★★★

4 Übernachtungen in Halbpension  
im Hotel MERCURE ★★★★★



À partir de 1 235 € par personne

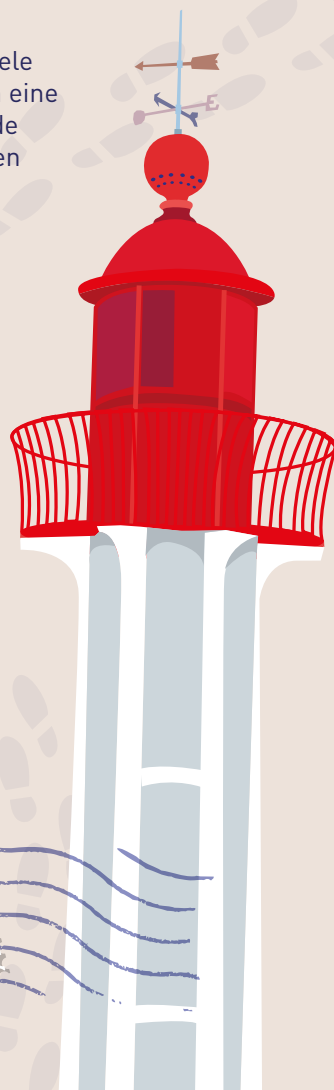
Ab 1.235 € pro Person



8 au 12 avril 2019

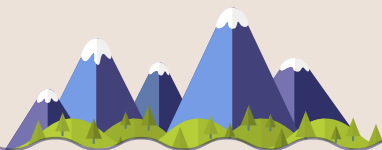


Pour plus d'informations, merci  
de nous contacter au 27 55 - 36 00  
ou au 26 70 26



# SEEFELD

*Autriche*



Seefeld est l'une des destinations de vacances les plus traditionnelles du Tyrol. L'attrait principal de ce lieu reste le cadre, à la fois splendide et reposant. L'hôtel EDEN est entouré d'un magnifique parc paysager et offre une vue imprenable sur les montagnes tyroliennes environnantes.

Seefeld ist eines der traditionsreichsten Urlaubsziele in Tirol. Die Hauptattraktion dieses Ortes bleibt die herrliche und aber sogleich entspannende Umgebung. Das Hotel EDEN ist von einem wunderschönen Landschaftspark umgeben und bietet einen atemberaubenden Blick auf die umliegenden Tiroler Berge.



**5 nuits en demi-pension à l'hôtel EDEN ★★★★★**  
5 Übernachtungen, Halbpension im Hotel EDEN ★★★★★



**À partir de 1 537€ par personne**  
Ab 1 537€ pro Person



**06 au 11 mai 2019**



**Pour plus d'informations, merci  
de nous contacter au 27 55 - 36 00  
ou au 26 70 26**



# MIDDELKERKE

*Belgique*



Middelkerke est l'une des plus belles villes côtières de la Belgique et constitue la destination idéale pour un séjour. Cette ville thermale possède une promenade remplie de boutiques et de terrasses, et sa plage est la plus longue de Belgique.

Middelkerke ist eine der schönsten Küstenstädte in Belgien und ist das ideale Ziel für einen Urlaub. Dieser Kurort hat eine Promenade mit Geschäften und Terrassen, und der Strand ist der längste in Belgien.



**3 nuits en demi-pension à l'hôtel MIDDELPUNT ★★★**  
3 Übernachtungen, Halbpension im Hotel MIDDELPUNT ★★★



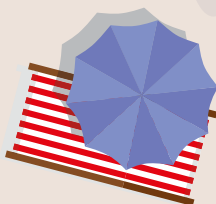
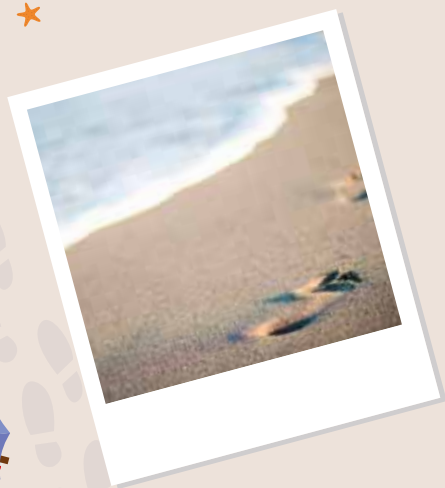
**A partir de 958€ par personne**  
Ab 958€ pro Person



**20 au 24 mai 2019**



**Pour plus d'informations, merci  
de nous contacter au 27 55 - 36 00  
ou au 26 70 26**





# KOKSIJDE

*Belgique*



Koksijde-Bad est une agréable station balnéaire de la Flandre occidentale dotée d'une belle promenade au bord de mer. La plus haute dune de Belgique (33 mètres) de la réserve naturelle de Houtsaegerduinen se trouve à proximité de la station balnéaire.

Koksijde-Bad ist ein angenehmer Badeort in Westflandern mit einer sehr schönen Seepromenade. Die höchste Düne Belgiens (33 Meter) im Naturschutzgebiet Houtsaegerduinen befindet sich nicht weit vom Badeort entfernt.



3 nuits en demi-pension à l'hôtel CASINO HOTEL ★★★★★  
3 Übernachtungen, Halbpension im Hotel CASINO HOTEL ★★★★★



À partir de 873 € par personne  
Ab 873 € pro Person



17 au 20 juin 2019



Pour plus d'informations, merci  
de nous contacter au 27 55 - 36 00  
ou au 26 70 26



# TODTMOOS

*Allemagne*



Dans la haute vallée de la Wehra, à plus de 700 mètres d'altitude, se trouve le village de Todtmoos connu pour son climat doux, ses nombreuses heures de soleil et sa pureté de l'air.

L'hôtel Rössle, au cœur du Schwarzwald, vous accueille dans cet endroit magnifique, encadré dans un fabuleux panorama.

Im oberen Wehra-Tal, über 700 Meter über dem Meeresspiegel, liegt das Dorf Todtmoos, bekannt für sein mildes Klima, viele Sonnenstunden und saubere Luft.

Das Hotel Rössle, im Herzen des Schwarzwaldes, begrüßt Sie an diesem wunderschönen Ort, eingebettet in ein traumhaftes Panorama.



**3 nuits en demi-pension à l'hôtel RÖSSLE ★★★★★**  
3 Übernachtungen, Halbpension im Hotel RÖSSLE ★★★★★



**À partir de 1 002 € par personne**  
Ab 1 002 € pro Person



**25 au 28 juin 2019**



**Pour plus d'informations, merci**  
**de nous contacter au 27 55 - 36 00**  
**ou au 26 70 26**



# ALSACE

France



Ostheim, situé au coeur de l'Alsace, proche de Colmar et Kayersberg est un lieu de villégiature idéal pour découvrir les grands sites alsaciens.

Ostheim, im Herzen des Elsass, in der Nähe von Colmar und Kayersberg und ist ein idealer Ferienort, um die wichtigsten elsässischen Sehenswürdigkeiten zu entdecken.

**NOUVEAU  
NEU**

Le mercredi 11 septembre 2019 au PARADIS DES SOURCES (SOULZMATT) AVEC DEJEUNER SPECTACLE.

AVEC DEJEUNER SPECTACLE. Pleins d'instants magiques et inoubliables.

AM MITTWOCH, dem 11. SEPTEMBER 2019 im PARADISE DES SOURCES (SOULZMATT) MIT LUNCH SHOW.

Voller magischer und unvergesslicher Momente.



2 nuits en demi-pension à l'hôtel Au nid de cigognes ★★★  
2 Übernachtungen, Halbpension im Hotel Au nid de cicognes ★★★



À partir de 757€ par personne (spectacle et déjeuner inclus)  
Ab 757€ pro Person (Show und Essen inklusiv)



10 au 12 septembre 2019



Pour plus d'informations, merci  
de nous contacter au 27 55 - 36 00  
ou au 26 70 26



# DOMBURG

*Pays-Bas*

Domburg possède une longue histoire en tant que station balnéaire, mais aussi en tant que colonie d'artistes. L'air sain et la lumière extraordinaire attirent depuis toujours les touristes vers cet endroit.

Le Badhotel Domburg, situé à seulement 100 m de la plage, vous permettra de déguster des plats régionaux.

Domburg hat eine lange Geschichte als Badeort, aber auch als Künstlerkolonie. Die gesunde Luft und das außergewöhnliche Licht haben schon immer Touristen zu diesem Ort gebracht.

Das Badhotel Domburg liegt nur 100 m vom Strand entfernt und bietet regionale Gerichte.



**3 nuits en demi-pension à L'hôtel BADHOTEL BA DOMBURG ★★★★★**  
3 Übernachtungen, Halbpension im Hotel BADHOTEL  
BA DOMBURG ★★★★★



**A partir de 1 105€ par personne**  
Ab 1 105€ pro Person



**17 au 20 septembre 2019**



**Pour plus d'informations, merci**  
**de nous contacter au 27 55 - 36 00**  
**ou au 26 70 26**



# MAJORQUE

*Espagne*



La destination de Palma vous permettra l'évasion et de belles promenades en bord de mer, un idéal pour la détente.

Der Aufenthalt in Palma ermöglicht Ihnen eine Flucht aus dem Alltag und schöne Spaziergänge am Meer, ideal zum Entspannen.



**7 nuits en demi-pension à l'hôtel HM TROPICAL ★★★★★**  
7 Übernachtungen, Halbpension im Hotel HM TROPICAL ★★★★★



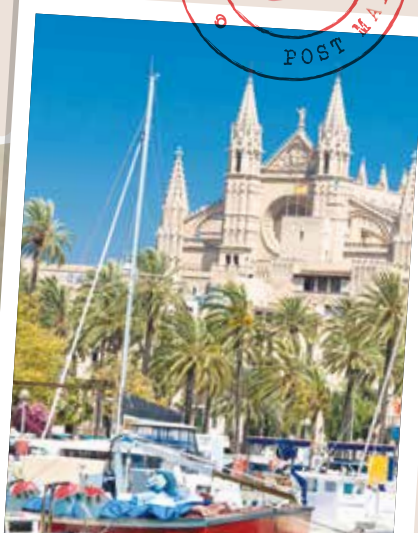
**À partir de 1 375€ par personne**  
Ab 1 375€ pro Person



**15 au 22 octobre 2019**



**Pour plus d'informations, merci  
de nous contacter au 27 55 - 36 00  
ou au 26 70 26**



## **- VOTRE SATISFACTION NOUS TIENT À CŒUR! -** **IHRE ZUFRIEDENHEIT LIEGT UNS AM HERZEN!**

La satisfaction des clients est au cœur des préoccupations du réseau d'aides et de soins Help.

Une énorme énergie est déployée afin que vous vous sentiez à l'aise et que les prestations correspondent à vos attentes, voire même les dépassent.

Pour que vous puissiez exprimer votre (in)satisfaction, nous vous prions de bien vouloir transmettre vos critiques, compliments, suggestions ou plaintes au **26 70 26**.

Die Kundenzufriedenheit steht im Mittelpunkt der Anliegen des Pflegenetzwerkes Help.

Unter dem Einsatz enormer Energie passen wir unsere Dienstleistungen stets an Ihre Erwartungen an, damit Sie sich wohlfühlen oder sogar mehr.

Sagen Sie uns was Sie denken. Teilen Sie uns Ihre Kritik, Ihre Komplimente, Ihre Vorschläge oder Ihre Beschwerden per Telefon **26 70 26** mit.



# help<sup>24</sup>

☎ 26 70 26

La liberté à portée de main 24/24



## Help24 : le système d'appel et d'assistance du réseau HELP.

Que vous soyez à l'intérieur de votre domicile, à l'extérieur ou en déplacement, l'émetteur Help24 vous permet de joindre à tout moment et sur simple pression d'un bouton, l'équipe Help et vos proches.

### Contactez-nous pour plus d'informations!



26 70 26



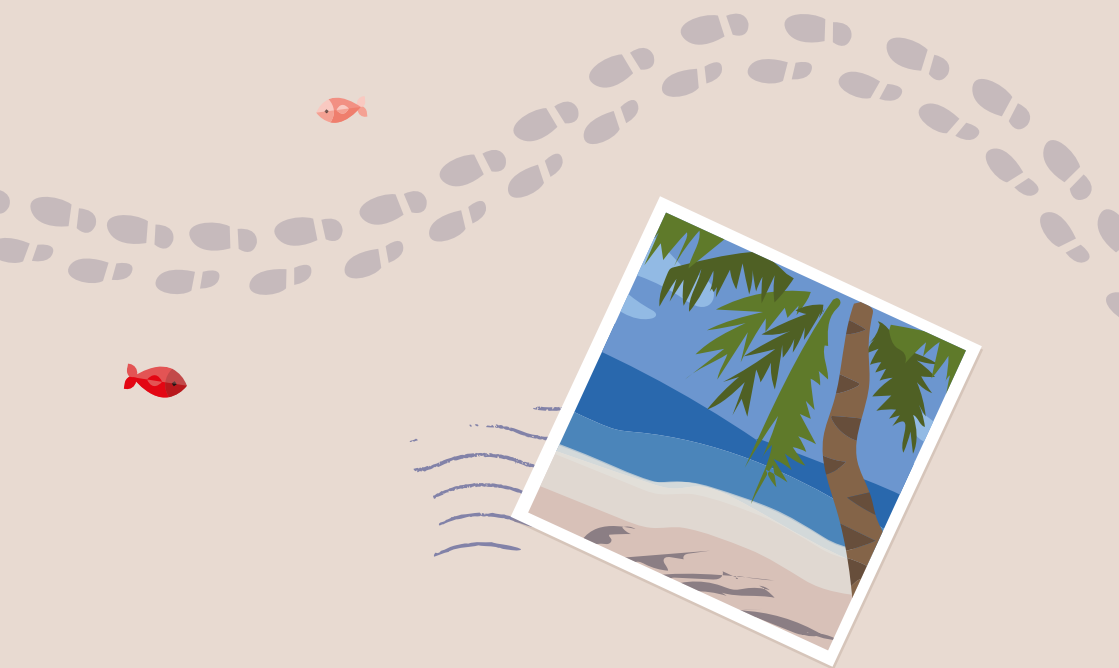
info@help.lu



www.help.lu

# help<sup>24</sup>

All Dag ass e gudden Dag



**help**<sup>•</sup>  
All Dag ass e gudden Dag

**HELP – Service Activités et Loisirs**

11, Place Dargent L-1413 Luxembourg  
Tél. : 27 55 3600 ou 26 70 26  
[www.help.lu](http://www.help.lu)

Rejoignez HELP asbl sur  : [www.facebook.com/reseau.help](https://www.facebook.com/reseau.help)