

A stylized illustration of a mountain landscape. In the foreground, two hikers are walking away from the viewer on a winding path. One hiker is wearing a red jacket and the other a light blue jacket with a pink backpack. The path leads through a green valley towards blue mountains. A small lake with a person fishing is visible on the right. The sky is light blue with a few birds.

# LOISIRS POUR TOUS

2021

**help**<sup>•</sup>

All Dag ass e gudden Dag

**FLOTT FRÄIZÄITAKTIVITÉITEN ZESUMMEN DEELEN !  
ALL DAG ASS E GUDDEN DAG**

# LÉGENDE DES PICTOGRAMMES



DATE



INFORMATIONS



PRIX



TÉLÉPHONE



LIEU



HORAIRES





# SOMMAIRE



**Revivons ensemble le plaisir de participer et de se divertir** ..... 4

**Bon à savoir** ..... 6

**Fêtes** ..... 7

Repas dansant

Fête italienne

Grand barbecue

Fête d'octobre

Repas festif de Noël

**Cinéma** ..... 8-13

Kino a Kaffi

Kino mat Haerz

Kino am Waasserhaus

**Excursions** ..... 14-15

Theaterkëscht Hueschtert

Excursion Vitarium

Concert Gala de Bienfaisance de la

Croix-Rouge Luxembourgeoise

Concert Mil Asbl

Moulin de Buding

Journée de Pêche au Relais de la Truite

Park Sënnersräich

Excursion sur la Moselle, Princesse Marie-Astrid

Villa Borg

Exposé D'50er Joeren zu Lëtzebuerg

**Séjours**

Noordwijk aan Zee / Keukenhof, Pays-Bas ..... 16

Beaune, France ..... 17

Matrei am Brenner / Wipptal, Autriche ..... 18

Nieuwpoort, Belgique ..... 19

Todtmoos, Allemagne ..... 20

Molsheim, France ..... 21

Mayrhofen, Autriche ..... 22

Palma de Majorque, Espagne ..... 23

**Votre satisfaction nous tient à cœur!** ..... 24

**Nous traitons vos données en toute confidentialité** ..... 25





## REVIVONS ENSEMBLE LE PLAISIR DE PARTICIPER ET DE SE DIVERTIR

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 NEUES ERLEBEN



*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 Pflgeteams garantiert wird, die bei allen Aktivitäten präsent sind.*

*Sie finden mit Sicherheit eine Aktivität, die Ihren Erwartungen entspricht: Blättern Sie einfach im untenstehenden Katalog!*

*Falls Sie weitere Informationen wünschen, können Sie sich gerne an uns wenden: **27 55 - 3600** oder **26 70 26**.*



# BON 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 Reise)*



**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 Transport für die Ausflüge oder Aktivitäten betrifft, haben Sie an Adapto gedacht? Oder kann ein Angehöriger Sie bis zum Treffpunkt fahren?*



**Toutes les activités sont garanties sous réserve de l'évolution des conditions sanitaires.**

*Alle Aktivitäten sind vorbehaltlich Änderungen der Hygienebedingungen garantiert.*



**Le port du masque est obligatoire et les mesures de distanciation et d'hygiène sont à respecter.**

*Das Tragen einer Maske ist obligatorisch und geltende Abstands- und Hygienemaßnahmen sind zu beachten.*

# FÊTES



**09 février 2021**

11h30

## **Repas dansant**

La Table de Mesquita (actuellement  
Restaurant Champs Elysées)

Zone commerciale, L-4702 Pétange



**27 avril 2021**

11h30

## **Fête italienne**

Centre Culturel

122, Route de Luxembourg

L-7373 Helmdange



**03 août 2021**

11h30

## **Grousst Grillfest**

Centre Culturel

122, Route de Luxembourg

L-7373 Helmdange



**19 octobre 2021**

11h30

## **Fête d'octobre - Oktoberfest**

Centre Culturel

122, Route de Luxembourg

L-7373 Helmdange



**25 décembre 2021**

11h00

## **Repas festif de Noël**

lieu à définir



# 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 » 2021 dans votre agenda!**

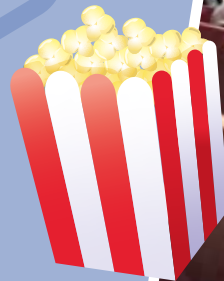




- **La Vache,**  
7 janvier 2021, de Mohamed Hamidi
- **Diana,**  
4 février 2021, de Oliver Hirschbiegel
- **Les Vieux Fourneaux,**  
4 mars 2021, de Christophe Duthuron
- **Die Göttliche Ordnung,**  
1<sup>er</sup> avril 2021, de Petra Volpe
- **Sales Gosses,**  
6 mai 2021, de Frédéric Quiring
- **Stan und Ollie,**  
3 juin 2021, de John S. Baird
- **La Guerre des Boutons,**  
7 octobre 2021, de Yann Samuel
- **Hope Springs,**  
4 novembre 2021, de David Frankel
- **Le Grand Bain,**  
2 décembre 2021, de Gilles Lellouche



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



## KINO MAT HÄERZ

**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 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 10<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 10. 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**



**Les films pour les séances de l'année 2021 ne sont pas encore connus, mais vous pouvez d'ores et déjà noter les dates dans votre agenda!**

**21 janvier – 18 février – 18 mars – 15 avril – 20 mai – 17 juin –  
21 octobre – 18 novembre – 16 décembre**



Tous les 4<sup>e</sup> 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)



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!

28 janvier – 25 février – 25 mars – 22 avril – 27 mai – 24 juin –  
28 octobre – 25 novembre – 9 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.

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

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





## KINO AM WAASSERHAUS

Des séances de cinéma et la programmation de films (comédies, concerts, grands classiques...) vous sont proposées par Caramba.

*Die Kinovorstellungen und Filmprogramme (Komödien, Konzerte, großartige Klassiker usw.) werden Ihnen von Caramba angeboten.*



La diffusion des films se déroule au cinéma 'Am Waasserhaus' à L-5610 Mondorf-les-Bains / Die Filme werden im Kino 'Am Waasserhaus' in L-5610 Bad Mondorf gezeigt



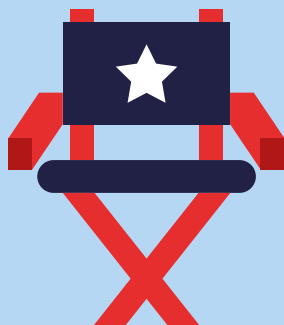
à partir de / ab 13h30



Dates à définir / Termine noch nicht bekannt

**caramba**  
C I N E M A S

**KINOEN FIR  
LËTZEBUERG**



# EXCURSIONS



**17 janvier 2021** Theaterkëscht Hueschtert

Emplacement et Horaire à définir/Date à confirmer

---



**24 février 2021**

**Excursion Vitarium**

10h00

3, Am Seif L-7759 Roost/Bissen

---



**19 mars 2021**

20h00

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

Philharmonie du Luxembourg, Luxembourg-Kirchberg

---



**27 ou 28 mars**

14h00

**Concert Mil Asbl**

Aalt Stadhaus, Differdange

---



**29 avril 2021**

10h00

**Excursion Moulin de Buding**

9 Rue du Moulin F-57920 Buding

---



**22 juin 2021**

09h00

**Excursion 'Journée de Pêche' au Relais de la Truite**

lieu-dit 'Le Colvert'  
F-57320 Hestroff/Anzeling, France

---



**6 juillet 2021**

10h00

**Excursion Park Sënnesräich**

30, Duarrefstrooss L-9762 Lullange



**24 sept. 2021**

11h00

**Excursion sur la Moselle, Princesse Marie-Astrid**  
Entente Touristique de la Moselle  
10, route du Vin L-6794 Grevenmacher



**26 octobre 2021**

10h00

**Excursion Villa Borg**  
Im Meeswald, 1 D-66706 Perl-Borg



**9 nov. 2021**

14h00

**Exposé D'50er Joeren zu Lëtzebuerg présenté  
par Marc Deloge**  
Lieu à définir



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





# NOORDWIJK AAN ZEE / KEUKENHOF

PAYS-BAS / NIEDERLANDE

19 au 22 avril 2021

Noordwijk aan Zee est une station balnéaire, avec une grande promenade le long de la plage de sable, proche d'Amsterdam et de Keukenhof. La visite du plus grand parc floral au monde, célèbre pour toutes ses fleurs magnifiques, vous sera proposée.

*Noordwijk aan Zee ist ein Badeort mit einer großen Promenade entlang des Sandstrandes in der Nähe von Amsterdam und Keukenhof. Der Besuch des größten Blumenparks der Welt, bekannt für seine prächtige Flora, ist vorgesehen.*



**3 nuits en demi-pension à l'hôtel Radisson Blu Palace ★★★★★**  
**3 Übernachtungen in Halbpension im Hotel Radisson Blu Palace ★★★★★**



**À partir de 1183 € par personne / Ab 1.183€ pro Person**



**19 au 22 avril 2021**



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

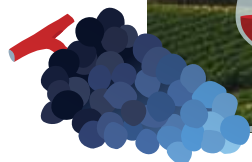




# BEAUNE

FRANCE / FRANKREICH

04 au 06 mai 2021



Le voyage vous mènera à la visite de cette magnifique ville au milieu des vignobles, sur la route des Vins de Bourgogne. La découverte d'authentiques caves et domaines viticoles, la dégustation de prestigieuses appellations de la Côte de Beaune ainsi que la visite des Hospices de Beaune vous seront suggérées.

*Diese Reise lädt Sie auf einen Besuch dieser prächtigen Stadt inmitten der Weinberge des Burgunds ein. Die Verkostung renommierter Appellationen der „Côte de Beaune“ in authentischen Kellern und Weingütern sowie der Besuch der „Hospices de Beaune“ werden Ihnen empfohlen.*



**2 nuits en demi-pension à l'hôtel Novotel Beaune ★★★★★**  
**2 Übernachtungen in Halbpension im Hotel Novotel Beaune ★★★★★**



**À partir de 690 € par personne / Ab 690 € pro Person**



**04 au 06 mai 2021**



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



# MATREI AM BRENNER / WIPPTAL

AUTRICHE / ÖSTERREICH

16 AU 21 MAI 2021



Ce séjour, près du Brenner, au milieu de la vallée de Wipp, vous permettra d'admirer les magnifiques villages, les paysages pittoresques et de déguster la gastronomie typique autrichienne.

*Bei diesem Ferienaufenthalt in der Nähe des Brenners mitten im Wipptal können Sie die herrlichen Dörfer, die malerischen Landschaften bewundern und die typisch österreichische Gastronomie kosten.*



**5 nuits en demi-pension à l'hôtel Parkhotel Matrei ★★★★★**  
**5 Übernachtungen in Halbpension im Hotel Parkhotel Matrei ★★★★★**



**À partir de 1405 € par personne / Ab 1405 € pro Person**



**16 au 21 mai 2021**



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



# NIEUWPOORT

BELGIQUE / BELGIEN

1<sup>ER</sup> AU 04 JUIN 2021

Nieuwpoort, très belle ville côtière en Belgique, située en zone flamande, constitue la destination idéale pour un séjour. Flâner le long de la mer, savourer des moules, déguster des gaufres ou encore s'adonner au shopping seront envisageables.

*Nieuwpoort, eine wunderschöne Küstenstadt in Belgien im flämischen Raum, ist das ideale Ziel für einen Ferienaufenthalt. Ein Spaziergang am Meer entlang, Muscheln genießen, Waffeln probieren oder aber auch einkaufen gehen, all dies ist möglich.*



**3 nuits en demi-pension à l'hôtel Cosmopolite\* ★★★★★**  
**3 Übernachtungen in Halbpension im Hotel Cosmopolite ★★★★★**



**À partir de 896 € par personne / Ab 896 € pro Person**



**1<sup>er</sup> au 04 juin 2021**



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



# TODTMOOS

FORÊT NOIRE/SCHWARZWALD

ALLEMAGNE / DEUTSCHLAND

15 AU 18 JUIN 2021

Ce village authentique de la Forêt Noire dans la haute vallée de la Wehra est connu pour son climat doux et sa pureté de l'air. L'hôtel Rössle vous accueillera dans cet endroit magnifique sous un panorama fabuleux.

*Dieses authentische Schwarzwalddorf im oberen Wehra-Tal ist bekannt für sein mildes Klima und die saubere Luft. Das Hotel Rössle wird Sie in dieser herrlichen Lage mit einem fantastischen Panorama begrüßen.*



**3 nuits en demi-pension à l'hôtel RÖSSLE ★★★★★**

**3 Übernachtungen in Halbpension im Hotel RÖSSLE ★★★★★**



**À partir de 977 € par personne / Ab 977 € pro Person**



**15 au 18 juin 2021**



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



# MOLSHEIM

FRANCE / FRANKREICH

29 JUIN AU 02 JUILLET 2021



Le séjour en Alsace vous permettra de découvrir des sites typiques et une gastronomie traditionnelle. Une sortie à Kirrwiller, avec son déjeuner spectacle, plein d'instantanés magiques et inoubliables, vous sera proposée.

*Während Ihres Aufenthalts im Elsass können Sie typische Sehenswürdigkeiten entdecken und die traditionelle Gastronomie kosten. Ein Ausflug nach Kirrwiller mit seiner Lunch Show voller magischer und unvergesslicher Momente wird Ihnen angeboten.*



**3 nuits en demi-pension à l'hôtel DIANA ★★★★★**

**3 Übernachtungen in Halbpension im Hotel DIANA ★★★★★**



**À partir de 923 € par personne / Ab 923 € pro Person**



**29 juin au 02 juillet 2021**



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





# MAYRHOFEN

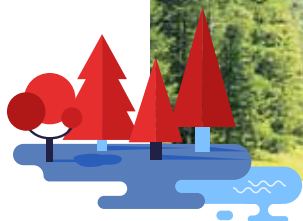


AUTRICHE / ÖSTERREICH

04 AU 09 SEPTEMBRE 2021

Petite ville touristique d'Autriche, Mayrhofen est située au fond de la vallée de la Ziller au Tyrol au milieu des montagnes majestueuses Ahorn et Penken.

*Mayrhofen, eine kleine Touristenstadt in Österreich, liegt am Fuße des Zillertals in Tirol inmitten der majestätischen Berge Ahorn und Penken.*



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



**À partir de 1793 € par personne / Ab 1793 € pro Person**



**04 au 09 septembre 2021**



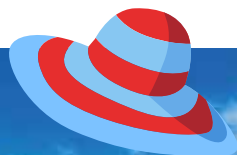
**Pour plus d'informations, merci de nous contacter**  
**au 27 55 - 36 00 ou au 26 70 26**



# PALMA DE MAJORQUE

ESPAGNE / SPANIEN

11 AU 18 OCTOBRE 2021



Destination Mer, Soleil, Balades et Gastronomie Espagnole !  
Programme de Détente pour Vous à Palma.

*Reiseziel Meer, Sonne, Spaziergänge und spanische Gastronomie!  
Das Entspannungsprogramm für Sie in Palma.*



**7 nuits en demi-pension à l'hôtel Hipotel Gran Playa de Palma ★★★★★**  
**7 Übernachtungen in Halbpension im Hotel Hipotel Gran Playa de Palma ★★★★★**



**À partir de 1689 € par personne / Ab 1689 € pro Person**



**11 au 18 octobre 2021**



**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.

*Die Kundenzufriedenheit steht im Mittelpunkt der Anliegen des Pflege-netzwerkes Help.*

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



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**.

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









## NOUS TRAITONS VOS DONNÉES EN TOUTE CONFIDENTIALITÉ.


## WIR BEHADELN IHRE PERSÖNLICHEN DATEN STRENG VERTRAULICH.

-  Nous traitons vos données personnelles en toute confidentialité. Pour toute demande d'information concernant le traitement de vos données personnelles par Help a.s.b.l. / Doheem Versuergt a.s.b.l. ou pour l'exercice de vos droits, vous pouvez contacter la déléguée à la protection des données par courriel:

 [gdpr-infos@help.lu](mailto:gdpr-infos@help.lu)

ou à l'adresse suivante:

 **Help a.s.b.l. / Doheem Versuergt a.s.b.l.,  
Protection des données 11, Place Dargent, L-1413 Luxembourg.**

- 
-  *Wir behandeln Ihre persönlichen Daten streng vertraulich. Fragen zur Verarbeitung Ihrer persönlichen Daten durch Help a.s.b.l. / Doheem Versuergt a.s.b.l. oder zur Ausübung Ihrer Rechte können Sie an den Datenschutzbeauftragten richten, entweder per E-Mail an:*

 [gdpr-infos@help.lu](mailto:gdpr-infos@help.lu)

*oder postalisch an die folgende Adresse:*

 **Help a.s.b.l. / Doheem Versuergt a.s.b.l.,  
Protection des données 11, Place Dargent, L-1413 Luxembourg.**

**NOTES**  
**NOTIZEN**



# 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, Help24 vous permet de joindre à tout moment et sur simple pression d'un bouton, l'équipe Help et vos proches.

*Ob in Ihrem Haus oder Ihrer Wohnung, draussen oder unterwegs, mit dem Help24 – Sender können Sie jederzeit auf Knopfdruck das Help-Pflegeteam und Ihre Angehörigen erreichen*

### Contactez-nous :



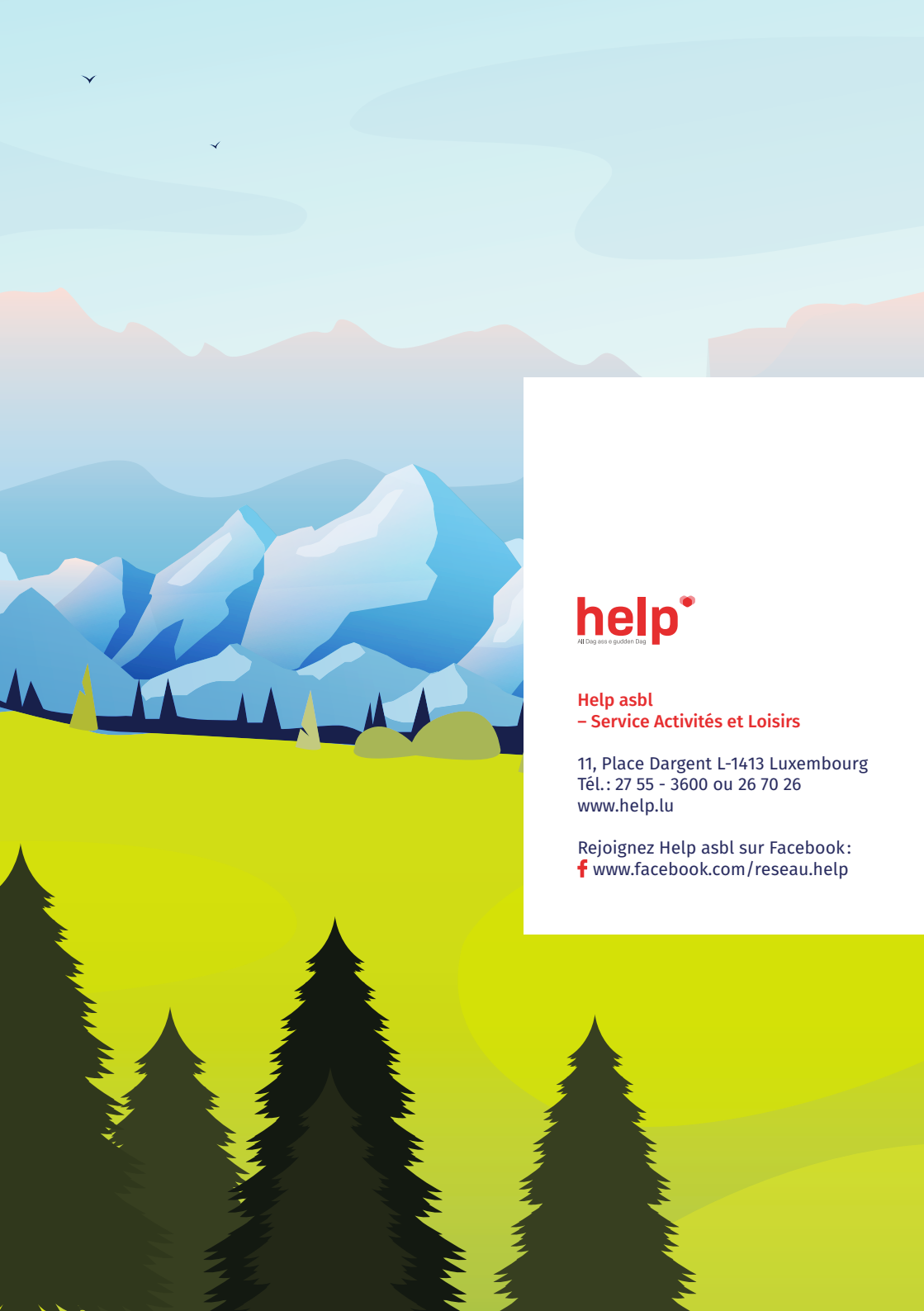
26 70 26



[www.help.lu](http://www.help.lu)

help<sup>♥</sup>

All Dag ass e gudden Dag



**help**<sup>®</sup>

All Dag ass e gudden Dag

**Help asbl**  
**– 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 Facebook:  
[\*\*f\*\* www.facebook.com/reseau.help](https://www.facebook.com/reseau.help)