

LOISIRS POUR TOUS

2024

help[♥]

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 rester actif	4
Bon à savoir	6
Fêtes	7
Fête de Carnaval	
Fête Portugaise	
Fête d'Été	
Fête d'Automne	
Repas Festif de Noël	
Cinéma	8-11
Kino a Kaffi	
Kino mat Häerz	
Kino am Waasserhaus	
Excursions / Activités culturelles	12-13
Spectacle de Danse	
Activités Mosaïque	
Sortie Quilles	
Concert «Kanner O Kanner»	
Concert Gala de Bienfaisance de la Croix-Rouge Luxembourgeoise	
Sorties Resto-Balade	
Excursion Ferme et Fromagerie Schmalen	
Excursion Musée des Mines	
Excursions sur la Moselle, Princesse Marie-Astrid	
Excursion Broutgaass	
Séjours	
Lac de Constance, Allemagne	14
Strasbourg, France	15
Domburg, Pays-Bas	16
Bad Herrenalb, Allemagne	17
Nieuwpoort, Belgique	18
Horst an de Maas, Pays-Bas	19
Haslach-Schnellingen, Allemagne	20
Palma de Majorque, Espagne	21
Votre satisfaction nous tient à cœur !	22
Nous traitons vos données en toute confidentialité	23



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



Cinéma



Excursions /
Activités culturelles



Séjours

Le succès de ce service s'explique par la qualité des prestations proposées, mais également par le fait que **la continuité des soins est assurée 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 - 36 00** 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 die Abteilung Freizeitaktivitäten zur Verfügung. Dieser bietet Ihnen Auswege aus der Isolation, der Einsamkeit und dem „ewigen Alltagsrott“, unter denen manche Menschen leiden.

Dank des Angebots dieser Abteilung kann jeder bei einer Reise unvergessliche Augenblicke erleben.

Die Abteilung Freizeitaktivitäten hat ein Jahresprogramm mit Aktivitäten zusammengestellt, das in verschiedene Themenbereiche untergliedert ist:



Feste



Kino



**Ausflüge / kulturelle
Aktivitäten**



Reisen

Der Erfolg dieser Abteilung 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 unten stehenden Katalog!

Falls Sie weitere Informationen wünschen, können Sie sich gerne an uns wenden: **27 55 – 36 00** 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.



Une réservation pour une activité n'est prise en compte qu'après le paiement.

Ihre Reservierung für eine Aktivität wird erst nach Bezahlung berücksichtigt.



**Le paiement se fait soit par virement, soit en espèces à remettre au soignant. Numéro de compte : Doheem Versuergt
LU38 1111 2140 0018 0000 (CCPL)**

*Die Bezahlung erfolgt entweder per Banküberweisung oder in bar bei dem Pflegepersonal. Kontonummer: Doheem Versuergt
LU38 1111 2140 0018 0000 (CCPL)*



En ce qui concerne le transport lors des excursions ou activités, avez-vous pensé au service de transport 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 den Transportdienst Adapto gedacht? Oder kann ein Angehöriger Sie bis zum Treffpunkt fahren?



FÊTES FESTE



07 février 2024

11h30

Fuesbal

Logement encadré « Laanscht d'Sauer »
Esch-sur-Sûre

23 avril 2024

11h30

Fête Portugaise

Helmdange

06 août 2024

11h30

Summerfest

Auberge de Jeunesse
Echternach

24 octobre 2024

11h30

Hierschtfest

Auberge de Jeunesse
Remerschen

24 décembre 2023

11h00

Repas festif de Noël

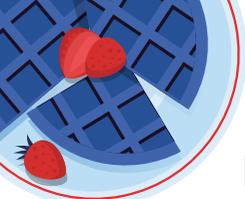
Centre de jour
Lorentzweiler



Pour plus d'informations, contactez-nous au:

27 55 – 36 00 ou **26 70 26**





KINO A KAFFI



Des comédies, des drames, de grands classiques, des films familiaux ou encore des concerts, le tout dans plusieurs langues.

Komödie oder Drama, große Klassiker, Familien- und Konzertfilme und das alles in verschiedenen Sprachen.

Vous pouvez combiner votre sortie culturelle avec un déjeuner à la brasserie K116 dans les locaux de la Kulturfabrik. La salle de cinéma, la brasserie 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 Kinosaal, die Brasserie und die Toiletten sind zugänglich für Menschen mit eingeschränkter Mobilität.



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



De 13h45 à 17h00



Pour une personne: 10€ la séance de cinéma / café et part de gâteau non inclus



Notez les prochaines après-midis « *Kino a Kaffi* » 2024 dans votre agenda!



Pour plus d'informations, contactez-nous au:
27 55 – 36 00 ou 26 70 26





La Guerre des Boutons

• 11 janvier 2024 •
Yann Samuëll



Edie

• 1 février 2024 •
Simon Hunter



À La Recherche du Bonheur

• 7 mars 2024 •
Gabriele Muccino



Lion

• 4 avril 2024 •
Garth Davis



Auberge Espagnole

• 2 mai 2024 •
Cédric Klapisch



Notting Hill

• 6 juin 2024 •
Roger Michell



L'Ascension

• 3 octobre 2024 •
Ludovic Bernard



Slumdog Millionaire

• 7 novembre 2024 •
Danny Boyle



Une Époque Formidable...

• 5 décembre 2024 •
Gérard Jugnot



KINO MAT HÄERZ



**Cinémathèque – 17, Place du Théâtre ou 10, rue Eugène Ruppert
à Luxembourg / Cloche d'Or (accessible aux PMR)**

«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 bummeln und einen einzigartigen und geselligen 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 prochaine édition du «Kino mat Häerz».

Die Cinémathèque und die Seniorenabteilung der Stadt Luxemburg stellen Ihnen in enger Zusammenarbeit mit dem Netzwerk Help und der Maison des Associations die nächste Edition der „Kino mat Häerz“-Serie vor.

Des séances de cinéma et la programmation de films (comédies, concerts, grands classiques...) vous seront proposées à la cinémathèque de la Ville de Luxembourg.

Die Kinovorstellungen und Filmprogramme (Komödien, Konzerte, große Klassiker usw.) werden Ihnen in der Cinémathèque der Stadt Luxemburg angeboten.

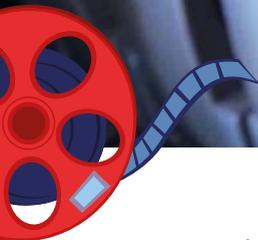
Vous avez envie de prolonger votre sortie ? Venez nous rejoindre après chaque projection, dans un salon de thé de qualité pour déguster une pâtisserie et un café. Nous échangerons amicalement nos avis sur le film.

Lust Ihren Ausflug zu verlängern? Nach jedem Kinoaufenthalt bieten wir Ihnen an, mit uns zusammen ein Stück Torte und eine Tasse Kaffee in einer renommierten Konditorei zu genießen. Dort können wir uns auch über den Film austauschen.

Pour plus d'informations, connaître les films projetés et recevoir le flyer de la prochaine séance, contactez-nous au **27 55 – 36 00** ou **26 70 26**

*Für weitere Infos, wenn Sie wissen möchten, welche Filme gezeigt werden oder den Flyer der nächsten Vorstellung erhalten möchten, rufen Sie an: **27 55 – 36 00** oder **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, große 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 13h30 / *ab 13h30*



Dates à définir / *Termine noch nicht bekannt*

caramba
C I N E M A S

**KINOEN FIR
LËTZEBUERG**





EXCURSIONS / ACTIVITÉS CULTURELLES

AUSFLÜGE / KULTURELLE AKTIVITÄTEN



27 janvier 2024
15h00

Spectacle de danse « Message in a Bottle »
Grand Théâtre, 1, Bd. Robert Schuman,
L-2525 Luxembourg



30 janvier 2024
11h30

Sortie Quilles
1, rue de la Montagne L-3391 Peppange



10 février 2024
17h00

Concert « Kanner o Kanner »
Théâtre National du Luxembourg,
L-2525 Luxembourg



20 février 2024
13h45

Activité Mosaïque
31-37, rue Léon Metz, 4238 Esch-sur-Alzette



22 mars 2024
20h00

**Concert Gala de Bienfaisance
de la Croix-Rouge Luxembourgeoise**
Philharmonie du Luxembourg L-1499 Luxembourg



27 mars 2024
10h30

Resto-Balade
lieu à définir



16 avril 2024
13h45

Activité Mosaïque
31-37, rue Léon Metz L-4238 Esch-sur-Alzette



07 mai 2024
13h45

Activité Mosaïque
31-37, rue Léon Metz L-4238 Esch-sur-Alzette



22 mai 2024
10h30

Excursion « Ferme et Fromagerie Schmalen »
2, rue de Consdorf L-6551 Berdorf



19 juin 2024
10h30

Resto-Balade
lieu à définir



03 juillet 2024
10h30

Excursion Musée des Mines
1, rue Des Mines, 3714 Rumelange

-  **09 juillet 2024**
13h45
- Activité Mosaïque**
31-37, rue Léon Metz L-4238 Esch-sur-Alzette
-
-  **01 août 2024**
10h30
- Resto-Balade**
lieu à définir
-
-  **20 août 2024**
13h45
- Activité Mosaïque**
31-37, rue Léon Metz L-4238 Esch-sur-Alzette
-
-  **28 août 2024**
10h30
- Resto-Balade**
lieu à définir
-
-  **30 août 2024**
10h30
- Excursion sur la Moselle, Princesse Marie-Astrid**
Quai d'accostage M.S. Princesse Marie-Astrid,
Route du Vin L-6794 Grevenmacher
-
-  **04 octobre 2024**
10h30
- Excursion sur la Moselle, Princesse Marie-Astrid**
Quai d'accostage M.S. Princesse Marie-Astrid,
Route du Vin L-6794 Grevenmacher
-
-  **15 octobre 2024**
13h45
- Activité Mosaïque**
31-37, rue Léon Metz L-4238 Esch-sur-Alzette
-
-  **05 nov. 2024**
09h30
- Excursion Broutgaass**
Boulangeries Fischer, Rue Strachen
L-6933 Mensdorf
-
-  **26 nov. 2024**
13h45
- Activité Mosaïque**
31-37, rue Léon Metz L-4238 Esch-sur-Alzette
-
-  **17 déc. 2024**
13h45
- Activité Mosaïque**
31-37, rue Léon Metz L-4238 Esch-sur-Alzette



Pour plus d'informations, contactez-nous au :

27 55 – 3600 ou **26 70 26**



LAC DE CONSTANCE/BODENSEE

ALLEMAGNE / DEUTSCHLAND

13 au 17 mai 2024



Le lac de Constance est une merveilleuse destination de vacances. Avec ses eaux cristallines et les charmants villages qui le bordent, le lac offre une atmosphère pittoresque et accueillante. Ne manquez pas les magnifiques couchers de soleil sur le lac.

Der Bodensee ist ein wunderbares Urlaubsziel. Mit seinem kristallklaren Wasser und den charmanten Dörfern, die an den See grenzen, bietet es eine malerische und einladende Atmosphäre. Verpassen Sie nicht die wunderschönen Sonnenuntergänge über dem See.



4 nuits en demi-pension à l'hôtel Bora HotSpa Resort ★★★★★

4 Übernachtungen mit Halbpension im Hotel Bora HotSpa Resort ★★★★★



À partir de 2 022 € par personne / Ab 2022 € pro Person



13 au 17 mai 2024



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



STRASBOURG / STRASSBURG

ALSACE-FRANCE / ELSASS-FRANKREICH)

04 au 06 juin 2023



Découvrez la magnifique ville de Strasbourg avec son quartier pittoresque de la Petite France. Vous dégusterez des spécialités alsaciennes dans de charmants restaurants et vous profiterez d'un déjeuner spectacle magique et inoubliable au Royal Palace à Kirwiller.

Entdecken Sie die wunderschöne Stadt Straßburg mit ihrem malerischen Viertel „Petite France“. Sie werden elsässische Spezialitäten in charmanten Restaurants probieren und eine magische und unvergessliche Dinnershow im Royal Palace in Kirwiller genießen.



2 nuits en demi-pension à l'hôtel Les Haras ★★★★★

2 Übernachtungen mit Halbpension im Hotel Les Haras ★★★★★



À partir de 1273 € par personne / Ab 1273 € pro Person



04 au 06 juin 2024



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



DOMBURG

PAYS-BAS / NIEDERLANDE

11 au 14 juin 2024



Domburg est une agréable station balnéaire sur la côte hollandaise avec de belles plages de sable. Profitez de superbes balades en bord de mer et partez à la découverte du charmant centre-ville avec ses boutiques et ses restaurants.

Domburg ist ein gemütlicher Badeort an der holländischen Küste mit schönen Sandstränden. Genießen Sie herrliche Spaziergänge am Meer und erkunden Sie das charmante Stadtzentrum mit seinen Geschäften und Restaurants.



3 nuits en demi-pension à l'hôtel Badhotel Domburg ★★★★★

3 Übernachtungen mit Halbpension im Hotel Badhotel Domburg ★★★★★



À partir de 1499 € par personne / Ab 1499 € pro Person



11 au 14 juin 2024



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



BAD HERRENALB

FORÊT NOIRE-ALLEMAGNE/SCHWARZWALD-DEUTSCHLAND

25 au 28 juin 2024



Charmante ville thermale et lieu historique fascinant en Forêt Noire entouré de magnifiques forêts. Un lieu de détente extraordinaire.

Charmanter Kurort und faszinierender historischer Ort im Schwarzwald, umgeben von wunderschönen Wäldern. Ein außergewöhnlicher Ort zum Entspannen.



3 nuits en demi-pension à l'hôtel Nashira Kur Parkhotel ★★★★★
3 Übernachtungen mit Halbpension im Hotel Nashira Kur Parkhotel ★★★★★



À partir de 980 € par personne / Ab 980 € pro Person



25 au 28 juin 2024



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



NIEUWPOORT

BELGIQUE / BELGIEN

02 au 05 septembre 2024



La côte belge vous accueillera à Nieuwpoort, destination idéale pour contempler la mer et déguster les mets traditionnels: moules, frites, gaufres et bien plus encore.

Die belgische Küste begrüßt Sie in Nieuwpoort, einem idealen Reiseziel, um das Meer zu betrachten und die traditionellen Gerichte wie Pommes frites, Muscheln, Waffeln und vieles mehr zu probieren.



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



À partir de 1203 € par personne / Ab 1203 € pro Person



02 au 05 septembre 2024



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



HORST AAN DE MAAS

PAYS-BAS / NIEDERLANDE

16 au 19 septembre 2024



Cette magnifique région des Pays-Bas offre une combinaison parfaite de nature et de culture sans oublier la gastronomie. Découvrez les magnifiques paysages autour du lac. Préparez-vous à vivre des moments incroyables.

Diese wunderschöne Region in den Niederlanden bietet eine perfekte Kombination aus Natur und Kultur, ohne dabei das Kulinarische zu vergessen. Entdecken Sie die wunderschöne Landschaft rund um den See. Machen Sie sich bereit für einige unglaubliche Momente.



3 nuits en demi-pension à l'hôtel Parkhotel Horst ★★★★★
3 Übernachtungen mit Halbpension im Hotel Parkhotel Horst ★★★★★



A partir de 1328 € par personne / Ab 1328 € pro Person



16 au 19 septembre 2024

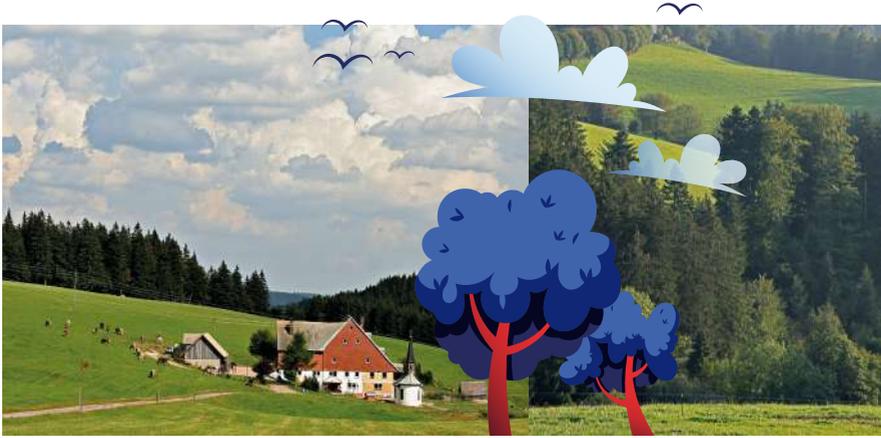


Pour plus d'informations, merci de nous contacter
au 27 55 – 36 00 ou au 26 70 26



HASLACH-SCHNELLINGEN

FORÊT NOIRE-ALLEMAGNE/SCHWARZWALD-DEUTSCHLAND — 23 au 27 septembre 2024



Pour des vacances merveilleuses en Forêt Noire, cette belle destination est l'endroit idéal pour vous permettre de passer un séjour inoubliable et vous combler de mets succulents.

Für einen malerischen Urlaub ist dieses wunderschöne Reiseziel der perfekte Ort für einen unvergesslichen Aufenthalt und um die Delikatessen der Region zu kosten.



4 nuits en demi-pension à l'hôtel Mosers Blume ★★★★★
4 Übernachtungen mit Halbpension im Hotel Mosers Blume ★★★★★



À partir de 1483 € par personne / Ab 1483 € pro Person



23 au 27 septembre 2024



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



PALMA DE MAJORQUE

ESPAGNE / SPANIEN

07 au 14 octobre 2024



Au programme sous le soleil de Palma: repas, détente, balades et shopping.

Unter der Sonne Palmas stehen Essen, Entspannen, Spazierengehen und Shoppen auf dem Programm.



7 nuits en demi-pension à l'hôtel Hipotel Flamenco Cala Millor ★★★★★
7 Übernachtungen mit Halbpension im Hotel Hipotel Flamenco Cala Millor ★★★★★



À partir de 1640 € par personne / Ab 1640 € pro Person



07 au 14 octobre 2024



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 Hilfs- und Pflegenetzwerkes 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 BEHANDELN 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

ou à l'adresse suivante :

 **Help a.s.b.l. / Doheem Versuergt a.s.b.l.,
Protection des données 2, rue Nicolas Bové L-1253 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

oder postalisch an die folgende Adresse:

 **Help a.s.b.l. / Doheem Versuergt a.s.b.l.,
Datenschutz 2, rue Nicolas Bové L-1253 Luxembourg**



Help asbl – Service Activités et Loisirs

2, rue Nicolas Bové L-1253 Luxembourg
Tél.: 27 55 - 3600 ou 26 70 26
www.help.lu

Rejoignez Help asbl sur Facebook:
 www.facebook.com/reseau.help



HELP24 : LA LIBERTÉ À PORTÉE DE MAIN

**Sentez-vous rassuré et libre
de tout mouvement chez vous !**

Grâce à Help24, système d'appel et d'assistance,
votre domicile redevient un lieu où il fait bon vivre.

Au moindre incident, joignez à tout moment
l'équipe Help et vos proches.

 26 70 26 |  www.help.lu |  info@help.lu

help 
All Dag ass e gudden Dag