



bon jour

ALL DAG ASS E GUDDEN DAG

n°15

décembre 2017 www.help.lu

1

Edito

Chère lectrice, cher lecteur,

Votée le 12 juillet dernier, la réforme de l'assurance dépendance entrera en vigueur ce 1^{er} janvier 2018. En tant que prestataire d'aides et de soins, le réseau HELP considère que vous êtes concerné au premier chef par cette réforme. Aussi, il nous tient à cœur de vous informer des changements à venir pour vous et votre famille.

Créée par la loi du 19 juin 1998, l'assurance dépendance soutient aujourd'hui plus de 13 500 bénéficiaires. Ces chiffres sont en augmentation constante en raison de l'évolution démographique de notre pays et notamment du vieillissement significatif de notre population. Selon nos responsables politiques, une réforme s'avérerait nécessaire pour assurer la pérennité financière du système qui a d'ailleurs largement fait ses preuves au cours de ces dernières années.

D'emblée, soyez rassuré car les principes directeurs qui figuraient dans la loi de base ne changent pas. En effet,

- le maintien à domicile avant l'hébergement en établissement,
- la délivrance de prestations en nature avant les prestations en espèce et
- la continuité dans la prise en charge de la dépendance,

restent des priorités pour le législateur.

Par ailleurs, un système de contrôle de la qualité des soins qui vous sont prodigués sera mis en place et nous nous en réjouissons.

Vous découvrirez dans les pages de ce numéro du BonJour les principales modifications apportées par la réforme et leurs éventuels impacts

sur vos soins quotidiens ainsi que les nouveaux services proposés par HELP à partir du 1^{er} janvier 2018.

Nous renouvelons avec conviction notre engagement en faveur d'un accès équitable à des prestations et des soins de qualité pour tous, dans tout le pays.

Aujourd'hui comme demain, nous continuerons à tout mettre en œuvre pour répondre à vos besoins, en privilégiant une écoute attentive et le respect de vos habitudes de vie. Nous continuerons, plus que jamais, de mener à bien notre mission qui est de s'assurer que pour vous, bénéficiaire, chaque jour se présente bien.



Paul Bach
Président de HELP

Dossier

L'assurance dépendance s'adapte pour durer

Introduite en 1999 comme 5^e pilier de la sécurité sociale, l'assurance dépendance apporte depuis lors des prestations en espèce ou en nature à une personne dépendante.

La loi considère comme dépendance, l'état d'une personne qui, par suite d'une maladie physique, mentale ou psychique ou d'une déficience de même nature, a un besoin important et régulier d'une tierce personne pour réaliser les actes essentiels de la vie. Il s'agit de l'hygiène corporelle, l'élimination, la nutrition, l'habillement et la mobilité.

L'assistance apportée par la tierce personne consiste à effectuer tout ou en partie à la place de la personne dépendante ou encore à la guider ou la soutenir durant la réalisation de ses soins. Les actes relevant de l'assurance dépendance peuvent être fournis en établissement de long séjour, en logement encadré, en centre de jour ou au domicile du bénéficiaire.

Financée par le budget de l'Etat et une cotisation sociale spécifique, l'assurance dépendance soutient

aujourd'hui plus de 13 500 bénéficiaires. Après plus de 10 ans d'existence et face aux défis économiques et démographiques, le gouvernement a jugé utile de réformer cette Loi en veillant à garantir un accès équitable à des prestations de qualité.

Une réforme devenue réalité

Après de nombreux mois de travaux et de discussions, parfois difficiles, la réforme de l'assurance dépendance est devenue réalité au cœur de l'été. « Je me réjouis que la Chambre ait marqué son accord avec un projet de loi qui consolide les bases de l'assurance dépendance et qui apporte une réelle plus-value pour le bénéficiaire. Depuis le début, l'individu a été au cœur de nos travaux », a souligné Romain Schneider, ministre de la Sécurité sociale, le 12 juillet dernier, lors du vote à la Chambre des députés.

La réforme repose sur un « système plus flexible et individualisé » et assure des aides et soins à la personne dépendante conformément

aux bonnes pratiques en la matière. Le droit aux prestations est accordé dans un souci d'économie tout en respectant les besoins du bénéficiaire.

« Nos responsables de soins viendront personnellement vous informer et vous expliquer l'impact de cette réforme sur vos soins quotidiens. », Catherine Gapenne, directrice des Aides et Soins de la Croix-Rouge

Concrètement, au 1^{er} janvier 2018, que va-t-il se passer ? « Le droit aux prestations de chacun de nos clients sera converti selon les nouveaux droits en vigueur », résume Catherine Gapenne, directrice du service des Aides et Soins de la Croix-Rouge

luxembourgeoise, membre du réseau HELP.

La Caisse Nationale de Santé adressera dès le 2 janvier 2018 un courrier à chaque bénéficiaire pour le renseigner sur les changements opérés. « Nous continuerons de nous engager, au quotidien, au maintien de votre qualité de vie et de vos droits. Aussi, nos responsables de soins viendront personnellement vous informer et vous expliquer l'impact de cette réforme sur vos soins quotidiens. Si une adaptation est utile, elle se réalisera progressivement, en veillant à vous proposer des solutions adaptées et individualisées », poursuit Catherine Gapenne.

Vos besoins restent au cœur de nos préoccupations

Les critères d'accès à l'assurance dépendance restent inchangés : le droit aux prestations est ouvert à partir d'un besoin d'aide pour les actes essentiels de la vie de 3,5 heures par semaine. Ces besoins sont évalués individuellement, sur base d'une approche multidisciplinaire. Ils sont ensuite repris dans une synthèse de prise en charge mentionnant les prestations et soins auxquels la personne dépendante a droit, selon un volume d'heures hebdomadaire pouvant varier de 3,5 heures à 36 heures.

En complément de ces prestations liées aux actes essentiels de la vie, le bénéficiaire se verra attribuer, en fonction des besoins évalués, des prestations supplémentaires telles que :

> Activités d'appui à l'indépendance

Ces activités spécialisées visent à maintenir les capacités de la personne à exécuter les actes essentiels de la vie. Elles sont prestées par des professionnels de santé tels que ergothérapeutes, kinésithérapeutes, psychologues ou autres thérapeutes ;





Les gardes de nuit et la formation à l'aidant sont des nouveautés de la réforme de l'assurance dépendance.

> Activités de maintien à domicile :

- Garde individuelle ou en groupe ayant pour objectif d'assurer la sécurité de la personne dépendante, d'éviter son isolement nuisible et d'assurer le répit de l'aidant ;
- Garde de nuit individuelle, à raison de 8 heures par nuit pour un maximum de 10 nuits par an. Cette prestation est l'une des nouveautés de la réforme et elle est destinée aux personnes

nécessitant un besoin de surveillance constante.

- Activités d'assistance à l'entretien du ménage, à raison de 3 heures par semaine ;
- Formation à l'aidant, c'est-à-dire la personne de l'entourage assumant l'aide à la personne dépendante. Egalement considérée comme un point essentiel dans la réforme, la formation à l'aidant sera développée davantage qu'actuellement. L'aidant sera clairement identifié et mieux encadré. La réforme prévoit notamment l'évaluation de ses capacités et de ses disponibilités ainsi qu'un droit à 6 heures de formation, renouvelables tous les ans, pour le soutenir et le guider dans son intervention auprès de la personne dépendante. Le but de cette mesure est de permettre à l'aidant de gagner en connaissance et en savoir-faire afin qu'il puisse veiller à ne pas s'oublier et à s'octroyer des moments de répit,

indispensables lorsqu'on s'occupe régulièrement d'une personne dépendante.

- Formation liée aux aides techniques

« Même si ces prestations changent de nom ou que de sensibles modifications au niveau de leurs attributions aient été effectuées, elles ne devraient pas réellement impacter les aides et soins qui sont actuellement réalisés chez nos clients. La réforme apporte certes des changements qui nécessitent d'adapter la prise en charge des personnes concernées. HELP a tenté de les anticiper au mieux et proposera de nouvelles solutions à ses clients en 2018 », précise Catherine Gapenne.

Les sorties permettant à une personne d'aller faire ses courses ou ses démarches administratives, accompagnée d'un soignant seront supprimées.

HELP a toutefois prévu des prestations de remplacement (voir Actualités page 6) pour répondre aux besoins de chaque client et de sa famille afin que le quotidien des bénéficiaires reste agréable et que «chaque jour se présente bien».

Des conseils en matière de sécurité « par les seniors pour les seniors »

Mardi le 17 octobre, Corinne Cahen, ministre de la Famille, de l'Intégration et à la Grande Région, a remis des certificats à 11 bénévoles de la formation *Seniorsécherheetsberoder*. Avec leur certificat de « conseillers de sécurité pour personnes âgées », les 11 seniors bénévoles pourront à leur tour conseiller d'autres seniors en matière de sécurité. Au cours de cette formation qui a duré 6 mois, ils ont pu être sensibilisés au domaine de la sécurité et de la criminalité et ce avec l'aide du service prévention de la police grand-ducale. Les thèmes suivants ont été abordés : la sécurité routière pour seniors, le vol à la tire, le vol par ruse, le vol avec violence,

la protection anti cambriolage, les bonnes pratiques pour utiliser les cartes de crédit et l'argent liquide en toute sécurité, ou encore le piratage informatique.

Le but de cette formation est de permettre aux nouveaux conseillers de sécurité seniors d'instruire des gens de leur âge, car ces derniers comprendront davantage le message s'il est transmis par des personnes de la même génération.

Plus d'informations sur www.assb.biz



Sicherheitsberatung „von Senioren für Senioren“

Am Dienstag, 17. Oktober, hat Corinne Cahen, Ministerin für Familie, Integration sowie für die Großregion, 11 Ehrenamtlichen ihre Bescheinigungen über die Absolvierung der Schulung zum *Seniorsécherheetsberoder* überreicht. Mit dieser Bescheinigung eines „Senioren­sicherheitsberaters“ können die 11 ehrenamtlichen Senioren nun ihrerseits andere Senioren in

Fragen der Sicherheit beraten. Während dieser 6-monatigen Schulung wurden sie mithilfe des Präventionsdienstes der großherzoglichen Polizei für den Bereich Sicherheit und Kriminalität sensibilisiert. Dabei wurden folgende Themen behandelt: Verkehrssicherheit für Senioren, Taschendiebstahl, Trickdiebstahl, Raub, Schutz vor Einbrechern, bewährte Verhaltensweisen für die

sichere Nutzung von Kreditkarten und Bargeld oder auch das Thema Internetsicherheit.

Ziel dieser Schulung ist es, die neuen Seniorensicherheitsberater in die Lage zu versetzen, Menschen ihrer Altersgruppe zu informieren, denn letztere verstehen die Botschaft leichter, wenn sie von Vertretern ihrer eigenen Generation

überbracht wird.

Mehr Informationen unter www.assb.biz

4

Site consacré à la démence

La politique mise en œuvre en faveur des personnes âgées par le ministère de la Famille se base sur une conception positive du 3^e âge. Pour ce faire, il existe un centre d'écoute destiné au grand public « l'Info-Zenter Demenz », financé par le biais d'une convention avec le ministère de la Famille, de l'Intégration et à la Grande Région. Ce centre se penche sur toutes les questions et fournit les informations relatives à la démence. En outre, vous pouvez accéder à des informations via internet.



Le site internet www.liewematdemenz.lu / www.vivreavecunedemence.lu a été relooké et est accessible dorénavant sous www.demenz.lu (en français).

Die vom Familienministerium umgesetzte Politik für ältere Menschen beruht auf einer positiven Sichtweise des sogenannten Dritten Alters. Deshalb gibt es ein sich an die breite Öffentlichkeit richtendes Kontaktzentrum, das „Info-Zenter

Website über Demenz

„Demenz“, das über eine Konvention mit dem Ministerium für Familie, Integration und die Großregion finanziert wird. Dieses Zentrum beantwortet alle Fragen und bietet Informationen zum Thema Demenz. Ferner erhalten Sie Informationen über das Internet.

Die Website www.liewematdemenz.lu / www.vivreavecunedemence.lu wurde überarbeitet und ist nunmehr unter www.demenz.lu (auf Deutsch) und www.demenz.lu (auf Französisch) erreichbar.

Le don d'organes, une question vitale

Le don d'organes reste un sujet toujours d'actualité et dont il est important d'être informé. En effet, au Luxembourg, comme dans d'autres pays, le nombre de dons d'organes ne cesse de croître, mais le nombre de prélèvements ne suffit pas à le couvrir. Par conséquent, des personnes décèdent chaque année faute d'avoir pu être transplantées à temps.

La loi luxembourgeoise est basée sur le « **consentement présumé** », c'est-à-dire elle prévoit que chacun d'entre nous est considéré comme donneur potentiel à moins de s'y être opposé de son vivant par écrit.

En pratique, l'équipe médicale en charge du donneur potentiel, s'efforce de recueillir la position du donneur du don d'organes auprès de ses proches.

De ce fait, pour pouvoir aider les personnes ayant besoin d'un don d'organe, il est important d'exprimer sa position et d'adopter le **passport de vie** ! C'est une décision essentielle et personnelle.

Toute personne peut exprimer son souhait de donner ses organes après sa mort. Il n'y a pas de limite d'âge, seul l'état des organes est déterminant. Tous les organes vitaux

peuvent faire l'objet d'une greffe. Un seul donneur peut ainsi sauver plusieurs vies!

Votre décision face au don d'organes est respectable et sera respectée. Que vous soyez pour ou contre, il est important de faire connaître votre volonté et d'en parler à vos

proches. Munissez-vous d'un **passport de vie** pour témoigner de votre choix.

Pour plus d'informations, consultez le site : <http://www.sante.public.lu/fr/droits/don-organes/index.html>

Le don d'organes est...

Un **acte anonyme** : la loi garantit l'anonymat du donneur et du receveur.

Un **acte gratuit** : toute rémunération en contrepartie d'un ou de plusieurs organes est interdite par la loi.

Un **acte de générosité** et de solidarité qui peut sauver des vies.

Organspende, eine Frage des Überlebens

Das Thema Organspenden ist nach wie vor aktuell und es ist wichtig, darüber gut informiert zu sein. Denn in Luxemburg, wie in anderen Ländern auch, steigt die Zahl der Organtransplantationen immer weiter an, doch reicht die Anzahl der Spenderorgane nicht aus, um den Bedarf zu decken. Folglich sterben jedes Jahr Menschen, weil sie nicht rechtzeitig mit einem Transplantat versorgt werden können.

Das luxemburgische Gesetz stützt sich auf die „**Annahme der Zustimmung**“, das heißt, es behandelt jeden von uns als potenziellen Spender, außer allen, die sich zu Lebzeiten schriftlich gegen eine Organentnahme verwehrt haben. In der Praxis bemüht sich das Ärzteteam, das sich um den potenziellen Spender kümmert, bei dessen Angehörigen seine Einstellung zu Organspenden zu eruieren.

Deshalb ist es, um Menschen, die auf eine Organspende angewiesen sind, helfen zu können, wichtig, seine Haltung deutlich zu machen

und einen **Organspendeausweis** bei sich zu führen! Dabei handelt es sich um eine ebenso grundlegende wie persönliche Entscheidung.

Jeder Mensch kann seinen Wunsch zum Ausdruck bringen, nach seinem Tod seine Organe zu spenden. Dabei gibt es keine Altersgrenze, denn entscheidend ist lediglich der Zustand der Organe. Alle lebensnotwendigen Organe können gespendet werden. Ein einziger Spender kann deshalb gleich mehrere Leben retten!

Ihre Entscheidung bezüglich einer Organspende ist achtbar und wird respektiert werden. Ganz gleich, ob Sie dafür oder dagegen sind: Es ist wichtig, Ihren Willen mitzuteilen und darüber mit Ihren Angehörigen zu sprechen. Legen Sie sich einen Organspendeausweis zu, um Ihre Entscheidung zu dokumentieren.

Weitere Informationen finden Sie auf der Website: <http://www.sante.public.lu/fr/droits/don-organes/index.html>



Die Organspende ist ...

Eine **anonyme Handlung**: Das Gesetz garantiert die Anonymität von Spender und Empfänger.

Eine **kostenlose Handlung**: Jede Entschädigung für ein oder mehrere Organe ist gesetzlich verboten.

Ein **Akt der Großzügigkeit und Solidarität**, der Leben retten kann.

La formule Help+, des solutions pour continuer à répondre à vos besoins

La réforme de l'assurance dépendance, qui sera effective à partir du 1^{er} janvier 2018, prévoit la fin de la prise en charge des sorties courses et administratives. Pour continuer à proposer ces services qui répondent à de réels besoins des patients, HELP lancera en début d'année la formule Help+. Explications.

Être accompagné pour se rendre au supermarché ou à la maison communale, voilà un service auquel nombre de bénéficiaires de l'assurance dépendance avaient recours, non seulement pour des raisons pratiques, mais aussi pour les vertus sociales de cette formule. Ces sorties sont en effet autant d'occasions de rester en lien avec la vie à l'extérieur du domicile, de rester engagé dans la vie civile et communautaire ou tout simplement de quitter pour quelques heures son domicile et sa routine.

Mais avec la réforme de l'assurance dépendance, ces sorties ne seront plus prises en charge au 1^{er} janvier 2018. Si la refonte de cette assurance prévoit, pour les patients actuellement bénéficiaires, de compenser la perte de ce service par un accueil en centre de jour, HELP a choisi de continuer à assurer cette prestation « Sorties courses et administratives » à travers une formule baptisée Help+. Cette formule rassemble également les autres prestations complémentaires actuellement offertes à nos patients.



Cette offre est modulable selon différents niveaux et besoins et sera facturée comme un abonnement mensuel.

Concrètement, à partir du 1^{er} janvier, ces activités jusqu'ici couvertes par l'assurance dépendance pourront continuer à être assurées moyennant le paiement d'une solution individualisée en fonction de vos besoins. Vous pourrez donc choisir un package comprenant les services dont vous souhaitez profiter et connaîtrez ainsi précisément le tarif du forfait choisi.

Notons que les patients les plus démunis pourront faire appel au Fonds Social pour les aider à supporter le coût de ces forfaits.

Pour en savoir plus, adressez-vous au responsable d'antenne le plus proche de chez vous.

Die Formel Help+: Lösungen, um weiterhin Ihren Bedürfnissen zu entsprechen

1. Januar 2018 nicht mehr übernommen. Auch wenn die Neufassung der Versicherung vorsieht, den Patienten, die diese Leistung derzeit in Anspruch nehmen, als Ausgleich eine Aufnahme in einem Tageszentrum anzubieten, hat sich HELP entschieden, diese Leistung „Einkaufs- und Behördengänge“ auch weiterhin anzubieten, und zwar über eine Help+ getaufte Lösung. Diese Formel vereint zudem alle weiteren Zusatzleistungen, die wir unseren Patienten anbieten.

Dieses Angebot ist je nach Pflegestufe und Bedürfnis modulierbar und wird als monatliches Abonnement in Rechnung gestellt.

Das heißt konkret, dass diese bislang von der Pflegeversicherung übernommenen Aktivitäten beibehalten werden können, allerdings gegen Bezahlung einer Lösung, die sich nach Ihren individuellen Bedürfnissen richtet. Sie können sich also für ein Leistungspaket entscheiden, das diejenigen Services enthält, die Sie in Anspruch nehmen möchten, und sind so über den exakten Preis des von Ihnen gewählten Pakets informiert.

Wir möchten an dieser Stelle darauf hinweisen, dass sich Patienten mit nur bescheidenen Mitteln an den Sozialfonds wenden können, um eine Beihilfe zu den Kosten dieser Pauschalen zu beantragen.

Weitere Informationen erhalten Sie beim Leiter der Antenne ganz in Ihrer Nähe.

Die Reform der Pflegeversicherung, die zum 1. Januar 2018 in Kraft tritt, sieht das Ende der finanziellen Übernahme der Einkaufs- und Behördengänge vor. Um Ihnen diesen Service, der einem realen Bedürfnis der Patienten entspricht, auch weiterhin anbieten zu können, startet HELP zu Beginn des nächsten Jahres die Formel Help+. Erklärungen.

In Begleitung zum Supermarkt oder ins Rathaus gehen ist ein Service, den bisher viele Leistungsbezieher der Pflegeversicherung in Anspruch genommen haben, nicht nur aus praktischen Beweggründen, sondern auch wegen der sozialen Aspekte des Angebots. Denn diese Fahrten bieten die Gelegenheit, mit der Außenwelt in Kontakt sowie in der Gesellschaft engagiert zu bleiben, oder einfach für ein paar Stunden dem Alltag in den eigenen vier Wänden zu entkommen.

Doch mit der Reform der Pflegeversicherung werden diese Fahrten ab dem

Eine bessere Schulung für pflegende Angehörige

Das veränderte Gesetz zur Reform der Pflegeversicherung sieht ferner eine Stärkung der Schulung und der Begleitung pflegender Angehöriger vor. Das Netzwerk HELP bietet Schulungen an, die an die Bedürfnisse pflegender Angehöriger angepasst sind. Help möchte sie unterstützen, weiterbilden und begleiten und bietet zudem Gesprächsgruppen an. Für HELP ist es wichtig, dass pflegende Angehörige sich so gut es geht auch um sich selbst kümmern, damit auch für sie „jeder Tag ein guter Tag“ ist.

Termin vormerken!

Das Jahr 2018 bringt zahlreiche Veränderungen mit sich! So feiert HELP in diesem Jahr sein 20-jähriges Bestehen. Ein Jubiläum, das wir natürlich feiern möchten, weshalb wir für Sie in den nächsten Wochen einige Überraschungen bereithalten. Sie dürfen gespannt sein...

Une meilleure formation des aidants

La modification de la loi révisant l'assurance dépendance prévoit par ailleurs un renforcement de la formation et de l'accompagnement des aidants. Le réseau HELP proposera des formations adaptées aux besoins des aidants informels. Help s'engage à les soutenir, les former et les accompagner et organisera également des conférences et mettra en place des groupes d'échange. Pour HELP, les aidants informels doivent prendre soin d'eux-mêmes dans les meilleures conditions possibles pour que « chaque jour se présente bien » pour eux également.

A noter dans vos agendas !

L'année 2018 sera riche en changements ! Ainsi, HELP fêtera également ses 20 ans d'existence cette année. Un anniversaire que nous comptons bien fêter en vous réservant quelques surprises dans les prochaines semaines. Restez attentif...

« Le club senior Mosaïque reflète la diversité de la population eschoise. »



Je peux m'impliquer davantage en profondeur à un niveau local.

« Le premier usager à s'être inscrit aux activités du Mosaïque Club est un monsieur islandais d'une soixantaine d'années. », raconte ravis Manuela Lorenzo, chargée de direction du club senior eschois. Le Mosaïque Club a ouvert ses portes cette année et a été officiellement inauguré en septembre dernier. « L'idée de nommer le club senior Mosaïque reflète la diversité de la population de la Ville d'Esch-sur-Alzette. C'est une véritable richesse pour notre club ! » Ayant travaillé dans les domaines de la communication et de la culture, Manuela a ensuite rejoint le milieu associatif en travaillant pour la Maison des Associations.

Un travail au niveau local sur du long terme

« J'étais responsable, entre autres, d'un projet pour favoriser l'intégration

des seniors migrants. Pendant cet emploi, je me suis chargée des Cafés des Âges, des soirées littéraires Millefeuille par exemple. Cette expérience est indéniablement un atout pour ma fonction actuelle. En tant que chargée de direction du Club Senior, je peux m'impliquer davantage en profondeur sur du long terme et à un niveau local. C'est très enthousiasmant ! » Esch-sur-Alzette est une commune composée d'un grand nombre de nationalités différentes. « Nous proposons des activités pour tous, et dépassant les barrières linguistiques comme par exemple la marche, le yoga du rire ou encore le tai chi. » Polyglotte, Manuela répond volontiers aux questions de toutes les personnes intéressées par les activités. N'hésitez pas à la contacter si vous souhaitez participer à des activités.

« Cela fait sortir les gens de leur isolement. »

Lundi matin, 9 heures. Un groupe de personnes se forme sur le parking du cimetière, tous en tenue de randonnée. Parmi elles, se trouvent Dominique et Pierre, un couple dynamique âgé d'une soixantaine d'années. « Je pratique la marche depuis 4 ans. Depuis le lancement du Club Senior et donc de ce groupe de marche, mon mari et moi répondons présent tous les lundis matins. Et les mardis, je vais au cours de tai chi. », explique Dominique, infirmière retraitée. Cette activité de marche est ouverte à toute personne intéressée : « Je suis très contente que la Ville d'Esch dispose d'un Club Senior proposant autant d'activités variées dans les domaines du sport, de la culture et des loisirs. Il y en a pour tous les goûts ! Cela fait sortir les gens de leur isolement et c'est un parfait lieu de rencontres pour les personnes de toutes nationalités. » Pierre, son mari et employé communal à la retraite, opine du chef et complète :



Pierre et Dominique sont des marcheurs assidus du Mosaïque Club.

« Nous avons par exemple fait une balade au parc de la ville au Gaalgebierg puis sommes allés prendre un café à l'auberge de jeunesse. C'était super car nous étions un groupe composé de Luxembourgeois, Belges et Portugais. »

Ce couple actif a même des suggestions d'activités pour le Club Senior. « En tant que marcheuse, j'aime être dans la nature. Ce serait vraiment super si nous pouvions combiner la marche avec une découverte de la faune et de

la flore locale grâce à un guide. » Manuela écoute attentivement les souhaits de Dominique. Une visite guidée de la faune et flore locale sera peut-être dans l'un des prochains programmes d'activités du Mosaïque Club !

Envie de découvrir les activités du Mosaïque Club ?

Téléphonez au 27 55 – 3390 ou envoyez un email à : mosaïque-club@croix-rouge.lu

Vous pouvez également passer dans les bureaux du club, il est situé au 31-37, rue Léon Metz à Esch-sur-Alzette

Programme Activités et loisirs

JANVIER

07 janvier 2018

🎭 Kulturhaus Niederaanven

10 janvier 2018

🎭 Kino a Kaffi, Esch-Alzette

18 janvier 2018

🎭 Kino mat Häerz, Cinémathèque

25 janvier 2018

🎭 Kino mat Häerz, Cloche d'Or

31 janvier 2018

🎭 De Grand-Duc a seng Familjen, Madame NOESEN - Konviktsgaard, 11, Avenue Marie-Thérèse Luxembourg-Ville

FÉVRIER

07 février 2018

🎭 Kino a Kaffi, Esch-Alzette

08 février 2018

🎭 Concert de Bienfaisance, Croix-Rouge luxembourgeoise - Orchestre Philharmonique du Luxembourg

15 février 2018

🎭 Kino mat Häerz, Cinémathèque

20 février 2018

🎭 Grousse Fuesbal – Centre Culturel, Helmdange

22 février 2018

🎭 Kino mat Häerz, Cloche d'Or

MARS

7 mars 2018

🎭 Kino a Kaffi, Esch-Alzette

14 mars 2018

🎭 Excursion 'Ouvrage Hackenberg', Veckring

15 mars 2018

🎭 Kino mat Häerz, Cinémathèque

22 mars 2018 2017

🎭 Kino mat Häerz, Cloche d'Or

Si vous souhaitez plus d'informations, vous abonner à la newsletter « Bonjour » ou ne plus la recevoir, contactez-nous au 26 70 26 ou à info@help.lu

Jeu des 7 erreurs

Retrouvez dans la 2^e photo, les 7 erreurs qui s'y sont glissées par rapport à l'original. Cochez-les puis découpez la photo et renvoyez-la à l'adresse suivante :

HELP Activités et Loisirs

89, rue Jean-Pierre Michels - L-4243 Esch-sur-Alzette

Si vos réponses sont correctes, vous recevrez un bon « Kino a Kaffi » pour un après-midi convivial au cinéma !

