

Kleine Hilfsleistungen mit großer Wirkung

Die „Services de Proximité“ von „Hëllef Doheem“

„Auch wer nicht mehr ganz gesund oder nur noch eingeschränkt beweglich ist, möchte gern so lange wie möglich in der eigenen Wohnung leben, das ist für uns ein klarer Auftrag“, so der Verantwortliche der sogenannten „Proximitätsdienste“ von „Hëllef Doheem“, Raoul Schaaf. Die mobilen Dienste helfen vor allem Senioren, aber auch anderen Menschen, die vorübergehend oder dauerhaft in ihrer Beweglichkeit eingeschränkt sind und so den Alltag in der eigenen Wohnung nicht mehr bewältigen können. „Wer bei alltäglichen Erledigungen vor allem auch im Haushalt auf Hilfe angewiesen ist, findet bei uns genau das, was er braucht. Immer mit dem erklärten Ziel, den Menschen zu ermöglichen, in ihrem gewohnten Umfeld zu leben“, so Raoul Schaaf.

Die Nachfrage steigt

Mittlerweile ist die „Stéftung Hëllef Doheem“ seit 14 Jahren im Bereich der Proximitätshilfe aktiv und hat ein flexibles Netzwerk aufgebaut, das landesweit agiert. Die Nachfrage an kleinen und einfachen Hilfleistungen im Bereich der Haushaltsarbeit, die eine große Wirkung im Interesse der Klienten haben, steigt kontinuierlich an. „Propper doheem“ erlaubt es immer mehr Klienten, zu Hause bleiben zu können. „Pro Woche vertrauen mittlerweile rund 1.350 Klienten auf unsere Hilfe im Haushalt“, so Raoul Schaaf. Das ist ein erheblicher Organisationsaufwand. Immerhin zählt der Dienst 170 Mitarbeiter, die bei Haushaltsaufgaben wie Waschen

und Putzen anpacken oder zum Beispiel auch bei dem Erledigen von Einkäufen helfen.

Die Nachfrage steigt auch stetig in einem anderen Bereich der Proximitätsdienste: der Nachtwache. Seit acht Jahren ist eben dieser Service ein Teil des Angebots von „Hëllef Doheem“. Unterstützt wird diese Hilfsleistung durch eine Konvention mit dem Familienministerium. Die Wachen erfolgen in der Zeit zwischen 20 Uhr abends und 8 Uhr morgens. Die Zeitspanne der Leistung variiert je nach Bedarf zwischen einem Minimum von fünf bis zu einem Maximum von zehn Stunden. „Unsere geschulten Mitarbeiter leisten in diesem Bereich zusammen zwischen 25.000 und 30.000 Stunden im Jahr“, unterstreicht der Verantwortliche des Dienstes, Raoul Schaaf mit dem Hinweis, dass hier sowohl Klienten der Stiftung wie auch anderer Pflege-netzwerke betreut werden.

Stichwort Personal: Wie Raoul Schaaf erklärt, haben die Helfer der Proximitätsdienste ganz unterschiedliche berufliche Profile. Was sie allerdings miteinander verbindet, ist die interne Weiterbildung durch die Stiftung. „Die Ausbildung geschieht sehr praxisnah und ist auf die Bedürfnisse der Klienten ausgerichtet“, so Raoul Schaaf.

Zu den Haushaltsarbeiten, die viele Menschen aufgrund eingeschränkter Mobilität und ähnlichem nicht mehr in der Lage sind zu erledigen, gehören Wäsche und Bügelarbeiten.

Verschlechterungen im Angebot der Pflegeversicherung sind für uns als Anbieter nicht der richtige Weg. Im täglichen Kontakt mit unseren Klienten, mit Ihnen, sehen wir, was gebraucht wird und was Pflege- und Hilfsleistungen konkret bewirken. Wir wissen, was es heißt, den Menschen ein Stück ihrer Selbstbestimmtheit zurückzugeben. Die Proximitätsdienste, die in dieser Ausgabe unserer Klientenzeitung vorgestellt werden, sind ein gutes Beispiel dafür, dass kleine Hilfe, große Wirkung haben kann.

Wir wollen jedenfalls alles daran setzen, dass die Leistungen der Pflegeversicherung nicht abgebaut werden. Wir setzen uns für Sie ein.

Benoît Holzem - Generaldirektor

Konkrete Hilfe bietet hier das Projekt „Wäschkuerf“. Bis zu zwei Tonnen Wäsche pro Monat wird hier sozusagen im Kundenauftrag erledigt. Diese Aktivität wird über die lokalen Hilfs- und Pflegezentren abgewickelt, die die Wäsche einsammeln und nachher auch wieder beim Klienten abliefern.

Das Sozialleben erhalten

Beim Projekt „Betreit Wunnen Doheem“ handelt es sich um ein Angebot für Personen ab 60, das zusammen mit der Stauseegemeinde und den Gemeinden Wintger und Esch-Sauer initiiert worden ist und neben den klassischen Dienstleistungen der Stiftung auch andere Serviceangebote, wie beispielsweise begleitete Fahrdienste umfasst. „Es ist besonders wichtig, dass die Menschen ihre sozialen Kontakte aufrecht erhalten können. Das wollen wir ihnen ermöglichen“, unterstreicht Raoul Schaaf und erinnert in diesem Zusammenhang auch an ein Element des Projekts mit dem Namen „Mëttesdësch“. Mit lokalen Restaurants wurde ein Angebot aufgestellt, das den Fahrdienst und gemütliches Beisammensein verbindet. „Am Anfang fand dies einmal im Monat statt. Mittlerweile nehmen zweimal die Woche an die 30 Leute teil“, so der Projektinitiator, der auch in Zukunft solche lokalen Servicedienste aufbauen möchte. Die Nachfrage sei da. Die neuen Ideen bei „Hëllef Doheem“ auch.

*„Pro Woche vertrauen mittlerweile
rund 1.350 Klienten auf unsere Hilfe
im Haushalt“*

EDITO

Unser Einsatz für Sie

Die Pflegeversicherung soll reformiert werden. Entsprechende Pläne der Regierung liegen nun auf dem Tisch. Das zum 1. Januar 1999 eingeführte neue Standbein der sozialen Vorsorge beanspruchen Jahr für Jahr über 10.000 Menschen. Für deren Pflege und Betreuung sind Anbieter wie „Hëllef Doheem“ zuständig.

Es ist demnach klar, dass wir die anstehende Reform der Pflegeversicherung konstruktiv aber auch kritisch begleiten. Das tun wir im Interesse unserer Klienten, die durch unsere Hilfsleistungen in ihrem gewohnten Umfeld bleiben können und auch neue soziale Kontakte knüpfen können.



Risiko Hitzewelle

Einfache Regeln, damit die Gesundheit nicht leidet

Der Sommer wird oft von einer großen Hitzewelle begleitet, die bei gefährdeten Personen schwerwiegende gesundheitliche Schäden verursachen kann. Besonders gefährdet sind u.a. ältere Leute und Personen mit chronischen Erkrankungen. Es ist daher besonders wichtig, während der Hitzeperiode auf einige Regeln zu achten. Nachfolgend einige einfache Ratschläge:

- Trinken Sie regelmäßig über den Tag verteilt mindestens 1,5 Liter Wasser mit genügend Mineralsalzen, auch wenn Sie keinen Durst haben. Bevorzugen Sie Mineralwasser und Sprudelwasser. Quellwasser (ob in Flaschen oder als Leitungswasser) kann eventuell nicht genügend Mineralsalze enthalten. Daneben können Sie auch leicht gesüßte Getränke, wie zur Hälfte mit Wasser verdünnte Säfte, leicht gesüßten Kräutertee (1 Zucker/ pro Tasse) und Gemüsebrühe zu sich nehmen.
- Vermeiden Sie Kaffee/Tee und Zucker/koffeinhaltige Getränke, die eher entwässernd wirken.
- Essen Sie normal; falls Sie keinen Hunger haben, teilen Sie Ihre Mahlzeiten in kleine Portionen auf;

essen Sie jeden Tag Obst, Rohkost und Gemüse. So wird der Mineralsalzverlust wieder ausgeglichen.

- Sie sollten tagsüber, wenn die Außentemperatur hoch ist, im Haus bleiben und sich in den kühleren Räumen aufhalten (z.B. Kellerräume). Falls Sie Ihr Haus verlassen müssen, bleiben Sie stets im Schatten, tragen Sie ganz leichte und helle Kleidung aus Leinen oder Baumwolle, halten Sie immer Ihren Kopf bedeckt.
- Halten Sie Fenster und Außentüren so lange geschlossen wie die Außentemperatur höher ist als die Temperatur im Innern Ihrer Wohnung; öffnen Sie die Fenster zum Lüften erst am späten Abend, nachts oder am frühen Morgen.
- Schließen Sie Fensterläden, Gardinen oder Rollos der Fenster die der Sonnenseite ausgesetzt sind
- Falls Sie als gefährdete Person alleine wohnen, bitten Sie, dass jemand von Zeit zu Zeit bei Ihnen vorbeischaut.

Quelle: Gesundheitsministerium

HËLLEF DOHEEM DAS IST:

- das grösste Netzwerk für häusliche Hilfs- und Pflegeleistungen in Luxemburg.
- eine ganzheitliche Betreuung, landesweit, für jede Alterskategorie und alle Pathologien.
- Dienstleistungen 7 Tage die Woche.
- ein Garant für spezifische und spezialisierte Kompetenzen.
- ein Angebot das für jeden zugänglich ist und den Menschen in den Mittelpunkt stellt.

 **40 20 80**

Kontakt

Telefonnummer für alle

Hilfs- und Pflegezentren

T. 40 20 80

Die respektive Nummer Ihres nächstgelegenen Hilfs- und Pflegezentrums entnehmen Sie dem Telefonbuch unter der Rubrik „Stiftung Hëllef Doheem“ Ihrer Gemeinde.

Nationale Kontaktstellen

Haushaltshilfe **T. 40 20 80-7600**
Beratungsdienst **T. 40 20 80-7200**
Sécher Doheem **T. 26 32 66**

Siehe auch:

www.shd.lu/Contact/Nos-centres




Trier im Nero-Fiber

Einzigartige Ausstellung über den sagenumwobenen römischen Kaiser

In Trier dreht sich noch bis zum 16. Oktober alles um Nero. Die älteste Stadt Deutschlands und spätkaiserliche Kaiserresidenz ist der Schauplatz für die erste große Sonderausstellung in Mitteleuropa über den sagenumwobenen römischen Kaiser. Von seinen Anfängen als engagierter Kaiser, der beim Volk sehr beliebt war, über das Zerwürfnis mit seiner machthungrigen Mutter Agrippina, die er ermorden ließ, bis hin zu seinen letzten Tagen als „Künstler-Kaiser“, der sich mehr für seine Schauspiel-Karriere als für die Interessen seines Volkes interessierte. Nero ist und bleibt einer der Kaiser über den am meisten geschrieben worden ist. Das Rheinische Landesmuseum Trier, das Stadtmuseum Simeonstift Trier und das Museum am Dom Trier widmen sich mit ihrer Ausstellung einem der schillerndsten Herrscher der Zeitgeschichte.

Auf circa 1.000 Quadratmetern und in 14 Ausstellungsräumen geht das Rheinische Landesmuseum Trier der Geschichte des römischen Kaiser Nero nach. Unter dem Titel „Nero – Kaiser, Künstler und Tyrann“ beleuchtet ein chronologischer Rundgang mit 430 Exponaten den Werdegang des Imperators.

Die archäologischen Objekte von 37 nationalen und 54 internationalen Leihgebern aus 15 Ländern geben

Aufschluss über die Wahrheit hinter dem Klischee des verrückten Tyrannen.

Natürlich spielt das Thema „Nero und die Christen“ eine herausragende Rolle. Es wird bei der Ausstellung eingebettet in das Verhältnis des römischen Staates zu Religion und zeichnet die Geschichte der Christenverfolgungen nach, angefangen beim großen Brand von Rom, 64 n. Chr. . Nero kam damals in Verdacht, er habe Rom anzünden lassen, um Platz für seinen neuen Palast zu schaffen. Um den Verdacht von sich abzulenken, schob er die Schuld auf die noch junge Gemeinschaft der Christen, ließ sie als Brandstifter verhaften und auf grausame Art hinrichten. Dass Nero mit dem Ausbruch des Brandes nichts zu tun hatte, ist heute allgemeine Forschungsmeinung. Doch die Geschichte der Christenverfolgungen, der Märtyrer-Tode und der Unterdrückung von Religion, wurde besonders durch die christlichen Geschichtsschreiber untrennbar mit dem römischen Imperator verknüpft.

Mit der Ausstellung über Kaiser Nero setzt Trier kulturell und touristisch ein Akzent. 2016 dürften demnach noch mehr die historische Stadt besuchen. Jährlich kommen über vier Millionen Kulturreisende nach Trier.

Une petite assistance avec un grand impact

Les services de proximité de «Hëllef Doheem»

«Même si on n'est plus en très bonne santé ou si on a une mobilité réduite, on aimerait rester dans son propre logement le plus longtemps possible et, pour nous, c'est une mission sans ambiguïté», affirme Raoul Schaaf, le responsable des services de proximité de Hëllef Doheem. Ces services ambulatoires aident surtout les seniors, mais aussi d'autres personnes, dont la mobilité est momentanément ou durablement réduite, et qu'il ne leur est plus possible de gérer leur quotidien à leur domicile. «Les personnes qui ont besoin d'aide pour leurs activités quotidiennes, en particulier pour le ménage, peuvent s'adresser à nous pour obtenir exactement ce qu'il leur faut», poursuit Raoul Schaaf. «Notre objectif étant de permettre à ces personnes de continuer à vivre dans leur environnement familial.»

Une demande en augmentation

La fondation Stëftung Hëllef Doheem propose une assistance de proximité depuis quatorze ans et a développé un réseau flexible à l'échelle nationale. La demande de petits services d'assistance dans le domaine des tâches ménagères, qui ont toutefois un grand impact dans l'intérêt des clients, augmente constamment. Ainsi, de plus en plus de clients profitent du service Propper Doheem, qui leur permet de rester dans leur logement. «Nous comptons entre-temps environ 1.350 clients qui font appel à nos services d'aide à domicile», constate Raoul Schaaf. Ce qui représente des contraintes considérables

sous l'aspect de l'organisation. Ce service compte tout de même 170 collaborateurs, qui assument des tâches ménagères comme la lessive et le nettoyage, mais aussi d'autres charges, comme par exemple les courses.

La demande est aussi en augmentation constante dans un autre secteur des services de proximité: celui des gardes de nuit, proposé par Hëllef Doheem depuis huit ans et soutenu par une convention avec le Ministère de la Famille. Les gardes sont assurées entre 20 heures et 8 heures. La durée de la prestation varie en fonction des besoins, avec un minimum de cinq heures et un maximum de dix heures. «Nos collaborateurs formés en la matière prestent au total entre 25 000 et 30 000 heures par année dans ce domaine», indique le responsable du service Raoul Schaaf, soulignant que les bénéficiaires de ces prestations sont des clients de la Fondation, mais aussi d'autres réseaux d'assistance.

Concernant le personnel, Raoul Schaaf explique que les profils professionnels des collaborateurs des services de proximité sont très variés. Ils ont toutefois en commun une formation continue interne, dispensée par la Fondation. «Cette formation est très axée sur le terrain et orientée en fonction des besoins des clients», précise Raoul Schaaf.

Parmi les tâches ménagères que de nombreuses personnes ne sont plus en mesure d'assumer elles-mêmes à cause d'une mobilité réduite ou de circonstances

similaires, il y a la lessive et le repassage. Dans ce contexte, le projet Wäschkuerf propose une aide concrète. Mensuellement, ce sont jusqu'à deux tonnes de linge qui sont lavées par l'intermédiaire des centres locaux d'aide et de soins, dont les collaborateurs viennent collecter le linge avant de le livrer ultérieurement au domicile du client.

Maintenir la vie en société

Le projet Betreit Wunnen Doheem s'adresse aux +60 ans. Il a été initié en collaboration avec les communes du Lac de la Haute-Sûre, de Wincrange et d'Esch-sur-Sûre. Outre les prestations traditionnelles de la Fondation, ce projet comprend aussi d'autres services, comme par exemple les déplacements avec chauffeur. «Il est particulièrement important que les personnes âgées puissent entretenir leurs contacts sociaux et nous voulons leur en offrir la possibilité», déclare Raoul Schaaf, qui, dans ce contexte, évoque un composant du projet intitulé Mëttesdësch. Il s'agit d'une offre proposée en collaboration avec des restaurants locaux, qui permet de combiner les déplacements accompagnés avec un moment de convivialité. «Alors qu'au début, ces déjeuners n'avaient lieu qu'une fois par mois, ils réunissent désormais une trentaine de convives deux fois par semaine», relate l'initiateur du projet, qui aimerait continuer à développer ce type de services locaux à l'avenir. Selon lui, la demande existe – tout comme les nouvelles idées chez Hëllef Doheem.

*«Nous comptons entre-temps
environ 1.350 clients qui font appel
à nos services d'aide à domicile»*

EDITO

Notre engagement à votre service

Une réforme de l'assurance-dépendance est annoncée et le gouvernement vient de présenter ses projets en la matière. Chaque année, plus de 10.000 personnes font appel à ce pilier de la sécurité sociale, introduit le 1^{er} janvier 1999. Leur prise en charge ainsi que les soins dont ils bénéficient sont assurés par des prestataires comme Hëllef Doheem.

Il est dès lors évident que nous accompagnons la réforme de l'assurance-dépendance qui se prépare d'une manière constructive, mais aussi avec la réserve de rigueur. Nous le faisons dans l'intérêt de nos clients, qui profitent de notre assistance pour pouvoir demeurer dans leur environnement familial tout comme pour nouer de nouveaux contacts sociaux.

En tant que fournisseur de services, nous estimons qu'une dégradation des prestations de l'assurance-dépendance n'est pas une option. Au contact avec nos clients, avec vous, nous constatons en effet quotidiennement l'ampleur des besoins ainsi que les effets concrets que peuvent produire des soins et des services d'assistance. Nous savons donc ce que cela représente de rendre une partie de leur autonomie à des personnes. Les services de proximité, qui sont présentés dans cette édition de notre périodique, illustrent très bien la manière dont une petite assistance peut avoir un grand impact.

En tout cas, nous comptons tout faire pour que les prestations de l'assurance-dépendance ne subissent pas de dégradation. Nous nous engageons pour vous.

Benoît Holzem - Generaldirektor



En cas de fortes chaleurs

Des conseils simples pour ne pas souffrir

L'exposition à de fortes chaleurs peut provoquer des problèmes de santé surtout chez certaines personnes fragiles (personnes âgées, personnes souffrant d'une maladie chronique etc.). Il est conseillé de prendre les précautions nécessaires. Voici quelques recommandations pour ne pas souffrir de ces fortes chaleurs :

- Buvez régulièrement des petites quantités (2 à 4 fois par heure) et sans attendre d'avoir soif: minimum 1,5 litres d'eau riche en sels minéraux par jour. Préférez de l'eau minérale ou de l'eau pétillante. L'eau de source (en bouteille ou l'eau du robinet) pourrait éventuellement manquer de sels minéraux. En supplément, vous pouvez consommer des boissons légèrement sucrées: jus dilué de moitié avec de l'eau, infusions légèrement sucrées (1 sucre / tasse), bouillon de légumes dégraissé.
- Limitez au maximum la consommation de café/thé, de boissons trop riches en sucres/caféine qui ont des effets diurétiques.
- Mangez normalement. Si vous manquez d'appétit,

fractionnez les repas; mangez chaque jour des fruits, des crudités, de la salade, des légumes pour recharger votre organisme en sels minéraux.

- Évitez de sortir à l'extérieur aux heures les plus chaudes; restez à l'intérieur de votre habitat dans les pièces les plus fraîches (la cave par exemple). Si vous devez sortir, restez à l'ombre, portez des vêtements clairs, légers et amples de préférence en coton/lin, couvrez-vous la tête.
- Maintenez fermées les portes extérieures et les fenêtres tant que la température extérieure dépasse la température intérieure; aérez votre habitat tard le soir, la nuit ou tôt le matin.
- Fermez volets, rideaux et stores des fenêtres exposées au soleil.
- Si, en tant que personne à risque, vous habitez seul(e), demandez à quelqu'un de passer vous voir régulièrement.

Source : Ministère de la Santé

HËLLEF DOHEEM C'EST:

- le plus grand réseau d'aide et de soins à domicile au Luxembourg.
- une prise en charge globale au niveau national, pour tout âge et toutes pathologies.
- un service 7 jours sur 7.
- un garant de compétences spécifiques et spécialisées.
- une offre accessible à tous mettant la personne au centre des préoccupations.

 **40 20 80**

Contact

Numéro téléphonique unique pour tous les

Centres d'Aide et de Soins

T. 40 20 80

Dans les annuaires téléphoniques, vous trouverez le numéro du Centre d'Aide et de Soins le plus proche de chez vous sous la rubrique « Stëftung Hëllef Doheem » de votre commune.

Services nationaux

Activités de Proximité **T. 40 20 80-7600**
 Activités Spécialisées **T. 40 20 80-7200**
 Sécher Doheem **T. 26 32 66**

Voir également:

www.shd.lu/Contact/Nos-centres



Trèves à l'heure de Néron

Une exposition hors du commun dédiée au légendaire empereur romain

Jusqu'au 16 octobre, Néron est au centre de l'attention à Trèves. La plus vieille ville d'Allemagne, résidence impériale à la fin de l'Antiquité, est en effet le théâtre de la première grande exposition itinérante d'Europe centrale dédiée à la vie de ce légendaire empereur romain: depuis l'époque où il était un jeune souverain engagé et très populaire, en passant par la rupture avec sa mère Agrippine assoiffée de pouvoir, qu'il a fini par faire assassiner jusqu'à ses derniers jours où, devenu un «empereur artiste», il se souciait davantage de sa carrière d'acteur que des intérêts de son peuple. Néron demeure l'un des empereurs les plus évoqués dans la littérature et c'est donc à ce souverain particulièrement ambigu qu'est dédiée une exposition présentée aux musées Rheinisches Landesmuseum Trier, Stadtmuseum Simeonstift Trier et Museum am Dom Trier.

L'histoire de Néron est entre autres mise en scène dans quatorze salles d'exposition occupant une surface d'un millier de mètres carrés au musée Rheinisches Landesmuseum Trier. Un circuit chronologique intitulé Nero – Kaiser, Künstler und Tyrann («Néron – empereur, artiste et tyran») y illustre la biographie de l'empereur avec 430 objets archéologiques, provenant de 37 collections nationales et de 54 collections internationales dans quinze pays, qui permettent de

découvrir les faits avérés dissimulés derrière les clichés du tyran fou.

Bien entendu, le sujet «Néron et Chrétiens» occupe une place prépondérante dans cette exposition, où il s'intègre dans l'analyse des relations entre l'État romain et les religions. Il est donc entre autres question de l'histoire des persécutions des chrétiens. Dans ce contexte, Néron est accusé d'avoir provoqué le grand incendie qui a ravagé Rome en 64 après Jésus-Christ pour libérer un espace destiné à accueillir son nouveau palais. Pour échapper à la suspicion, il aurait incriminé la jeune communauté chrétienne, dont des membres auraient été arrêtés, puis atrocement exécutés. Aujourd'hui, les chercheurs admettent généralement que Néron n'avait rien à voir avec le départ de l'incendie. Néanmoins, l'histoire des persécutions de chrétiens, des martyrs et de la répression de la religion demeure indissociable de la légende de l'empereur romain, notamment à cause des récits des historiographes chrétiens.

Avec cette exposition dédiée à l'empereur Néron, la Ville de Trèves marque des points sur les terrains de la culture et du tourisme. En 2016, le nombre de visiteurs devrait dès lors encore augmenter dans la cité historique, qui accueille déjà plus de quatre millions de touristes culturels chaque année.