

Contacts pratiques pour les seniors





58 77 1-1211

**Roberto Traversini (Député-maire de la
Ville de Differdange)**

40, avenue Charlotte

B.P. 12 - L-4501 Differdange

Consultation sur rendez-vous



58 77 1-1212

Robert Mangen (Échevin au troisième âge)

40, avenue Charlotte

B.P. 12 - L-4501 Differdange

Consultation sur rendez-vous

Préface



Chère concitoyens, chères concitoyennes,

aujourd'hui, faire partie du troisième âge ne signifie plus être vieux. Cependant, il s'agit d'une nouvelle étape de la vie où l'on se pose peut-être des questions, où l'on a parfois des problèmes de santé et où l'on se fait du souci pour l'avenir.

Pour cette raison, la Ville de Differdange souhaite vous remettre ce répertoire reprenant les coordonnées utiles pour tout ce qui touche au troisième âge – par exemple les loisirs, la mobilité, les soins, le soutien quotidien, les assurances ou l'aide financière.

Vous y trouverez les points de contact locaux et nationaux pour savoir immédiatement qui contacter si vous avez des questions portant sur l'assurance dépendance ou sur les travaux de bricolage que vous ne pouvez plus faire vous-même à la maison. Nous espérons que ce guide vous sera utile et nous vous souhaitons plein de bonheur et de santé en prenant de l'âge.

Roberto Traversini, Député-maire de la
Ville de Differdange

Robert Mangen, Échevin au troisième âge

Contenu

Éditeur
Senior Plus,
Ville de Differdange

Tirage
1000 exemplaires

Mise en page
Service média et communication,
Ville de Differdange

Impression
Imprimerie Heintz

Publication
Avril 2019

7	Senior Plus
9	Aide au quotidien
9	• CIGL Déifferdenger Atelier
9	• Service d'appel d'urgence / Téléalarme
9	• Repas sur roues
10	Loisirs
10	• Sport
10	• Activités & rencontres
10	• Culture & société
10	• Multimédia
12	Mobilité
12	• Transports publics
12	• Rouler à vélo
14	• Carte de stationnement
14	• Titre de transport
15	• Transport spécifique
15	• Stationnement
16	Aides financières
16	• Office social
16	• Fonds national de solidarité

17	Maisons de retraite
17	• Servior
17	Assurance-dépendance
17	• Helpline
18	Aides et soins à domicile
18	• Services d'aide et de soins
18	• Location d'aides techniques
20	Assistance téléphonique nationale
20	• Social
20	• Séniors
20	• Démence
21	• Handicap
21	• Aide en cas de détresse
21	• Plan d'action contre la canicule
21	• GouvAlert.lu
22	Adresses en ligne utiles



Senior Plus



58 77 1-1562

Senior Plus

23, Grand-Rue



58 77 1-1566

L-4575 Differdange

Consultation sur rendez-vous

«Senior Plus» est un service de la Ville de Differdange s'adressant aux habitants de la commune âgés de soixante ans et plus ainsi qu'à leur environnement familial et social. «Senior Plus» est un guichet unique pour les questions liées à l'âge. Il propose les services suivants:

- Prévention;
- Information;
- Conseil;
- Soutien.

Cette brochure sert de guide, contenant un certain nombre de contacts utiles. Nous sommes à votre disposition pour de plus amples informations. Les entrevues peuvent avoir lieu chez vous à la maison ou au bureau de «Senior Plus».

Des formulaires de demande des services décrits dans cette brochure sont disponible au bureau de «Senior Plus».



Aide au quotidien



26 58 00 20 -1

CIGL Déifferdenger Atelier

Service de proximité

(petits travaux dans et autour de la maison)

Consultation sur rendez-vous

Lun. - ven.: 8 h - 16 h



26 29 62 72

Diffwäsch - service de blanchisserie

27, rue Michel Rodange

L-4660 Differdange

Lun. - ven.: 8 h - 18 h

Sam.: 8 h - 16 h



26 70 26

Appel d'urgence / Téléalarme

Help 24

Croix-Rouge luxembourgeoise



26 32 66

Sécher Doheem

Fondation Hëllef Doheem



26 55 00 54

Repas sur roues

Servior



58 77 1 -1551

Office social de Differdange

Loisirs



58 77 1 -1301

Sport

Cours de sport

Une brochure détaillée des cours actuels est disponible au service des sports communal (et sur www.differdange.lu).



27 32 83 -1

Aquasud

1, rue Jeannot Kremer

L-4671 Oberkorn

Lun. - ven.: 9 h - 21 h

Sam., dim., jours fériés: 9 h 30 - 19 h



26 58 06 60

Activités et rencontres

Club Senior Prënzebiërg

27-29, rue Michel Rodange

L-4660 Differdange



58 77 1 -1301

Aktiv Senioren

Une brochure détaillée de toutes les activités est disponible au service des sports communal (et sur www.differdange.lu).



58 65 08

AmiPeras - section Differdange



58 77 1 -1900

Culture et société

Aalt Stadhaus

38, avenue Charlotte

L-4530 Differdange

Lun. - ven.: 10 h - 18 h

Sam.: 14 h - 18 h



58 77 1 -1920

Bibliothèque municipale

38, avenue Charlotte

L-4530 Differdange

Lun.: 14 h - 19 h

Mar. - sam.: 10 h - 18 h



58 77 1 -1920

Biblio-Mobil

Le service Biblio-Mobil de la bibliothèque municipale apporte les livres commandés au domicile des personnes à mobilité réduite.



58 77 1 -1900

Marché hebdomadaire

Place du Marché

Jeu.: 14 h 30 - 18 h 30



26 58 47 -1

Multimédia

CIGL-Internetstuff Surfsp@ce

23, Grand-Rue

L-4575 Differdange

Lun. - ven.: 9 h - 17 h

Mobilité



58 77 1-1485

Transports publics

Diffbus

Les quatre lignes relient Niederkorn, Fousbann et Oberkorn au centre de Differdange.

Lun. - sam: 6 h - 19 h
(gratuit toutes les trente minutes)



24 65 24 65

Carte seniors

Cette carte annuelle payante pour seniors peut être demandée par toutes les personnes de soixante ans et plus. Elle est délivrée aux guichets des CFL, des AVL et du TICE ainsi que par la Centrale de mobilité.



24 55 88 17

Rouler à vélo

De Vëlosbutikk

2, avenue Charlotte

L-4530 Differdange

Mar. - ven.: 10 h - 18 h

Sam.: 9 h - 17 h

«De Vëlosbutikk» propose entre autres des cours pour apprendre à rouler à vélo.



58 77 1-101

Vëlo'OK

«Vëlo'OK» est un système de location de vélos gratuit. Des informations peuvent être obtenues auprès du Biergeramt, où vous pouvez vous inscrire gratuitement.





24 78 44 00

Carte de stationnement

Carte de stationnement pour
personnes handicapées

**Ministère du Développement durable et des
Infrastructures (Service de la circulation)
L-2938 Luxembourg**

Avec cette carte de stationnement, les personnes handicapées peuvent se garer sur les emplacements spécialement prévus pour elles. La demande se fait par formulaire accompagné d'un certificat médical auprès du ministère du Développement durable et des Infrastructures.



24 78 46 00

Titre de transport

Carte d'invalidité

**Ministère de l'Intérieur
B.P. 10, L-2010 Luxembourg**

Les personnes handicapées ou à mobilité réduite peuvent demander un titre de transport spécial ou une carte d'invalidité. La carte d'invalidité sert de titre de transport et permet d'utiliser tous les moyens de transport publics (AVL, RGTR, TICE et CFL) gratuitement. La carte doit être demandée au Biergeramt en remplissant un formulaire et en remettant deux photos d'identité.



24 78 44 00

Transport spécifique

Adapto

**Ministère du Développement durable et des
Infrastructures (Service de la circulation)
L-2938 Luxembourg**

«Adapto» est un service de transport pour personnes souffrant d'un handicap permanent limitant leur mobilité autonome et ne leur permettant pas de se déplacer librement en voiture ou avec les transports publics. La demande se fait à travers un formulaire accompagné d'un certificat médical à envoyer au ministère du Développement durable et des Infrastructures. Les personnes concernées recevront une carte leur permettant d'utiliser ce service de transport payant.



58 77 1-101

Stationnement

Diffcard

La Diffcard est une carte rechargeable vous permettant de profiter de prix avantageux dans les parcs de stationnement et les parkings de la Ville de Differdange. La Diffcard est disponible au Biergeramt.

Soutien financier



58 77 1-1551

Office social

Office social de Differdange

Centre médico-social (1^{er} étage)

23, Grand-Rue

L-4575 Differdange

Lun., mer.: 8 h - 12 h (sans rendez-vous)

Sinon uniquement sur rendez-vous.

L'office social fournit une aide financière et matérielle aux personnes aux revenus modestes.



49 10 81-1

Fonds national de solidarité

Fonds national de Solidarité

8-10, rue de la Fonderie

L-1531 Luxembourg

Le Fonds national de solidarité est une institution publique dont la mission consiste à protéger de la pauvreté les personnes aux revenus modestes ou sans revenus. Le Fonds peut notamment participer aux frais d'hébergement dans la maison de retraite ou la maison de soins.

Maisons de retraite / soins



58 36 21-1

Servior

Maison de retraite CIPA Um Lauterbach

Route de Pétange

L-4645 Niederkorn



58 47 58-1

Maison de soins Thilleberg

35, rue de l'Hôpital

L-4581 Differdange

Assurance dépendance



24 78 60 60

Helpline

Informations générales

Lun. - ven.: 9 h - 11 h & 14 h - 16 h



24 78 60 40

Aide technique & adaptation de logement

Lun., mar., jeu., ven.: 8 h 30 - 11 h 30

Mer.: 13 h 30 - 17 h

L'assurance dépendance prend en charge le financement des services d'aide et de soins.

La demande se fait à travers un formulaire accompagné d'un certificat médical à envoyer à l'adresse suivante:

Caisse Nationale de Santé (CNS)

Assurance Dépendance


B.P. 1023, L-1010 Luxembourg

Aide et soins à domicile

Services d'aide et de soins

	40 20 80	Stiftung Hëllef Doheem	
	26 70 26	Help – Doheem versuergt	
	26 54 48	Camille	
	26 65 86	Päiperléck	
	26 36 26 02	Verbandskëscht	
	20 21 02 02	Coviva	
	55 55 92	Paramedicus	
	24 55 95 44	Alive	
	26 78 00 40	Gesond.lu	
	26 55 20 73	Home Care	
	26 007 -420	ALA plus	

Location d'aides techniques

	40 57 33 -1	Service Moyens Accessoires (SMA)
		20-22, rue Geespelt
		L-3378 Livange



Services d'aide téléphoniques nationaux



80 02 98 98

Social

Info-Social

Ligue médico-sociale

Lun. - ven.: 9 h - 12 h & 13 h - 17 h



247 - 86000

Séniors

Seniorentelefon

Ministère de la Famille, de l'Intégration
et de la Grande Région

Lun. - ven.: 8 h 30 - 11 h 30



26 432 432

Démence

Helpline SOS Alzheimer (24/7)

Association Luxembourg Alzheimer ALA



26 47 00

Info-Zenter Demenz

Résidence Lara

13, Grand-Rue

L-4575 Differdange

Consultation: chaque premier mercredi du mois
13 h - 17 h



3 66 4 66 -1

Handicap

Info Handicap

Lun. - ven.: 9 h - 12 h & 14 h - 17 h



45 45 45

Aide en cas de détresse

SOS-Détresse

Lun. - jeu. & dim.: 11 h - 23 h

Ven. & sam.: 11 h - 3 h



27 55

Plan d'action contre la canicule

Croix-Rouge luxembourgeoise

Lun. - ven.: 7 h - 19 h

Gouv **Alert.lu**

Infocrise

L'application mobile d'alerte gratuite
GouvAlert.lu vous prévient en cas
d'intempéries, de tempêtes ou d'autres
situations de crise. Vous pouvez aussi
contacter le 112 en cas d'incidents graves.

Adresses en ligne utiles

- **Ville de Differdange**
www.differdange.lu
- **Ministère de la Famille,
de l'Intégration et de la Grande Région**
www.mfi.public.lu
- **Info-Zenter Demenz**
www.demence.lu
- **Portail des séniors**
www.luxsenior.lu
- **Portail des citoyens**
www.guichet.lu
- **Caisse de santé**
www.cns.lu
- **Caisse médico-chirurgicale mutualiste**
www.cmcm.lu
- **Portail de la santé**
www.sante.public.lu
- **Réseau social au Luxembourg Resolux**
www.resolux.lu
- **RBS - Center fir Altersfroen**
www.rbs.lu
- **BEE SECURE**
www.silversurfer.lu
- **Portail du bénévolat**
www.benevolat.public.lu
- **Omega90**
www.omega90.lu
- **GoldenMe**
www.goldenme.me

Notes

Urgences

Services de secours



112

Médecin d'urgence



113

Police



57 11 1

Hôpital

Centre hospitalier Émile Mayrisch