



# ***Projet d'établissement***

2024

***Club EIST HEEM***  
54, rue Oscar Romero  
L-3321 Berchem  
Tél: 36 92 32-5229  
[contact@eistheem.lu](mailto:contact@eistheem.lu)  
[www.eistheem.lu](http://www.eistheem.lu)

Ansprechpartnerin:  
Bettina Fries, Chargée de direction

## Inhaltsverzeichnis

1.	Geschichte des Club EIST HEEM.....	3
2.	Beschreibung der Region.....	3
3.	Beschreibung der Zusammenarbeit innerhalb der Gemeinde Roeser.....	4
4.	Beschreibung der Bevölkerung innerhalb der Gemeinde Roeser.....	5
5.	Leitbild und inhaltliche Ausrichtung .....	6
6.	Allgemeine Vorschriften .....	8
6.1	Modalitäten für die Anmeldung und Abmeldung .....	8
6.2	Unser Angebot an Leistungen und Diensten.....	9
6.3	Mittel für die externe Kommunikation.....	10
6.4	Mittel für die interne Kommunikation.....	11
6.5	Beschwerdemanagement.....	12
6.6	Sicherheitsvorschriften und Notfallpläne .....	13
6.7	Hausordnung in Bezug auf die Nutzer.....	13
6.8	Hausordnung in Bezug auf das Personal.....	13
6.9.	Organigramm des Clubs.....	14
7	Unser Qualitätsmanagement: Ziele, Indikatoren und Evaluierungskriterien .....	15
7.1	Ziel 1: Vorbereitung und Begleitung beim Übergang vom Berufsleben in den Ruhestand .....	15
7.2	Ziel 2: Prävention sozialer Isolation.....	16
7.3	Ziel 3: Förderung der gesunden Ernährung, der körperlichen Bewegung und der psychischen Gesundheit.....	16
8	Entwicklung von Zielvereinbarungen.....	17
9	Planungstabelle mit Qualitätszielen und -kriterien .....	19

## 1. Geschichte des Club EIST HEEM

Mit Datum vom 10.02.2003 wurde der Proxicom asbl, mit Sitz in der Gemeinde Roeser, die amtliche Genehmigung zur Betreuung des Club Eist Heem erteilt. Seit nunmehr also 20 Jahren funktioniert der Club EIST HEEM in enger Zusammenarbeit mit dem „Ministère de la Famille, des Solidarités, du Vivre ensemble et de l'Accueil, Luxembourg“, der Proxicom asbl und mit großer Unterstützung der Gemeinde Roeser.

Basierend auf einem Programmheft, das 4 Mal jährlich erscheint und an eine Kundendatei mit derzeit 906 Kunden (Stand: 31.12.2023) verschickt und zudem an markanten Orten in unserer Gemeinde verteilt wird, wurden die Aktivitäten im Laufe der Zeit immer wieder erweitert, entwickelt und sind somit zu dem gewachsen, was der Club EIST HEEM heute ist. Durch ein differenziertes Programm, das sowohl Älteren als auch den jungen Alten entgegenkommt, ist es zu einem festen Bestandteil des Gemeindegewesens im „Roeserbann“ geworden. Dazu trägt nicht zuletzt die vielfache Unterstützung der Gemeinde und die gute Erreichbarkeit des Club EIST HEEM bei. Die Gemeinde Roeser stellt uns Räumlichkeiten eigens für Senioren zur Verfügung. In den vergangenen Jahren konnten durch die Kooperation mit anderen Institutionen der Gemeinde aber auch mit anderen Club Aktiv+ zahlreiche Veranstaltungen stattfinden, die neue Möglichkeiten eröffneten.

## 2. Beschreibung der Region

Zwischen den Kommunen Bettembourg und Hesperange gelegen, in Nachbarschaft zur französischen Grenze ist die Kommune Roeser von der Autobahn Luxembourg-Dudelange aus gut zu erreichen. Acht Kilometer trennen den Roeserbann von der Stadt von Luxemburg. Insbesondere durch die Bahn- und Buslinie ist Berchem gut an die Stadt Luxemburg angebunden und somit gut mit dem ganzen Land Luxemburg also auch mit dem benachbarten Ausland vernetzt.

Mit einer Gesamtfläche Fläche von 2.379 Ha gehört die Gemeinde Roeser zu den 14 Kommunen, die den Landkreis von Esch-Sur-Alzette bilden. Die Gemeinde Roeser setzt sich aus sieben Ortschaften zusammen: Berchem, Bivange, Crauthem, Kockelscheuer, Livange, Peppange und Roeser.

Aufgrund seiner zentralen Lage im Land Luxemburg und unmittelbarer Nähe zur Stadt, bietet die Gemeinde Roeser aufgrund ihrer guten Infrastruktur mit aktivem Vereinswesen, grossem Angebot an Freizeitmöglichkeiten und seiner ländlichen Lage, umgeben von Natur und Wäldern eine hohe Lebensqualität.

### **3. Beschreibung der Zusammenarbeit innerhalb der Gemeinde Roeser**

#### **3.1 Unterstützung durch die Gemeinde Roeser**

Der Club EIST HEEM ist nach nun 25 Jahren fester Bestandteil des Gemeindelebens im Roeserbann geworden. Der Saal und das Büro, der von der Gemeinde zur Verfügung gestellt wird, wird gleichzeitig jeweils am Dienstag von den Frënn vum 3. Alter mitgenutzt. Die Gemeinde unterstützt den Club in folgenden Belangen.

- **Öffentlichkeitsarbeit**  
Inserate im „De Buet“ innerhalb der Gemeinde  
Veröffentlichung von jeweils 10 Veranstaltungen monatlich im Gemeindegeländer
- **Unterhaltung des Gebäudes und des Minibusses**  
Hinsichtlich aller sicherheitstechnischer Fragen (Brandschutz, Gebäudeschutz etc.)  
hinsichtlich technischer Ausstattung (Ton- und Lichtenanlage, Schallschutz)  
Reinigung und Instandhaltung
- **Diverse Verwaltungsdienste**  
wie z.B. Konzessionen für den Getränkeauschank  
gemeinsame Organisation und Koordination von Gemeindegeländen mit dem Schwerpunkt „Bewegung“

#### **3.2 Kooperation mit anderen Einrichtungen der Gemeinde**

- **Sozialkommission der Gemeinde Roeser**  
Auf politischen Wunsch der Gemeindeverwaltung Roeser hin, sind hier neben Repräsentanten der Parteien die Verantwortlichen vieler sozialer Einrichtungen und Initiativen vertreten. Somit kommen hier Vertreter des Club EIST HEEM, der „Frënn vum 3. Alter“ zusammen, um über soziale Themen zu beraten, zu diskutieren und zu agieren. Aktuell sind wir in die Ausarbeitung des Seniorenkommunalplanes sowie in die Organisation eines Gesundheitstages involviert.

Durch die räumliche Nähe gab es in der Vergangenheit bereits Kooperationen mit folgenden anderen Einrichtungen in Berchem.

- **Maison Relais Berchem**
- **Crèche Meckenhaischen**
- **Jugendhaus Berchem**
- **Integrationskommission**
- **CIGL Réiserbann / Internetstuff**

## 4. Beschreibung der Bevölkerung innerhalb der Gemeinde Roeser

Während der 25 letzten Jahre hat die Kommune Roeser einen starken Bevölkerungszuwachs zu verzeichnen. Laut Stand der Statistik von Januar 2024 wohnen derzeit 6.902 Einwohner in Roeser. Der Anteil von Frauen liegt bei 50,14 %, der von Männern liegt bei 49,86 %.

Insgesamt wohnen Menschen 76 verschiedener Nationen in Roeser. Ein Auszug fasst im wesentlichen die Verteilung zusammen:

Nationalität	Einwohnerzahl	Anteil innerhalb der Gemeinde
Luxemburgisch	4.115	59,62 %
Portugiesisch	669	9,69 %
Französisch	653	9,46 %
Italienisch	320	4,64 %
Belgisch	164	2,38 %
Deutsch	77	1,12 %
Indisch	61	0,88 %
Spanisch	52	0,75 %
Andere (jeweils zwischen 1 und 47 mal vertreten)	791	11,46 %
<b>Gesamt</b>	<b>6.902</b>	<b>100,00 %</b>

Errechnet man den Wert der über 50-Jährigen in der Gemeinde Roeser laut Daten vom 05.01.2024, so liegt der Anteil dieser bei 37,25 % der Gesamtbevölkerung im Roeserbann. Aufgrund der Zielgruppen, die wir mit diesem Konzept ansprechen wollen, haben wir wie folgt differenziert.

Anteil der unter 50-Jährigen	4.331	62,75 %
Anteil der 50- bis 65-Jährigen	1.388	20,11 %
Anteil der 65- bis 85-Jährigen	1.028	14,89 %
Anteil der über 85-Jährigen	155	2,25 %
<b>Einwohner insgesamt</b>	<b>6.902</b>	<b>100,00 %</b>

Geschlechtsspezifisch sieht die Aufteilung bei der Zielgruppe der Über-50-Jährigen wie folgt aus:

<b>Einwohner 50+ insgesamt</b>	<b>2.571</b>	<b>100,00 %</b>
Anteil Frauen	1.336	51,96 %
Anteil Männer	1.235	48,04 %

## 5. Leitbild und inhaltliche Ausrichtung

Im Hinblick auf die Ausarbeitung unserer Aktivitäten orientieren wir uns an folgendem Leitbild.

Leitsätze in Anlehnung an unseren Reflexionstag:

- Wir verstehen uns als Ort der Begegnung für Menschen 50+.
- Wir bieten einen organisierten Rahmen.
- Wir sensibilisieren für gesellschaftliche Themen und Bedürfnisse.
- Wir sind Ansprechpartner für individuelle Anliegen.
- Wir fördern lebenslanges Lernen.
- Wir fördern Autonomie und Selbständigkeit.
- Wir vermitteln Informationen.
- Wir arbeiten präventiv und fördern körperliche, geistige und seelische Gesundheit.
- Wir unterstützen den Dialog zwischen den Generationen.
- Wir sind offen für verschiedene Kulturen, Religionen und Ausrichtungen.
- Wir lassen Individualität zu.
- Wir fördern ehrenamtliche Mitarbeit.
- Wir verstehen uns als Teil der Gemeinde Roeser.
- Wir verstehen uns als Teil eines Netzwerkes sozialer Arbeit.

Die Mehrheit unserer Teilnehmer sind nach wie vor Frauen, vielfach Alleinstehende, die über die Teilnahme an Aktivitäten in ein soziales Netz eingebunden sind, sei es über gesellige Angebote, sportliche Aktivitäten, Entspannungskurse, Konferenzen, kreative und kulturelle Aktivitäten. Ein vielfaches Bedürfnis der Teilnehmenden ist der Anschluss an eine Gruppe, sei es durch den Tod oder die Scheidung von einem Lebenspartner, eigene Unsicherheiten im Alltag, Neuorientierung nach Pensionierung und allgemein dem Bedürfnis nach Gespräch und Austausch.

Die Teilnehmer unseres Programmes waren zur Eröffnung des Club Seniors hauptsächlich zwischen 60 und 70 Jahren alt. Diese Teilnehmergruppe ist inzwischen gealtert, nicht mehr so mobil und daher eher einem Programm zugewandt, das weniger aktiv und auf ihre Bedürfnisse hinsichtlich der Anpassung ihrer Tagesstruktur abgestimmt ist. (nicht zu lange Aktivitäten, keine großen Anforderungen an Gehzeiten etc.)

Inzwischen differenzieren wir in Bezug auf unsere Zielgruppe in 3 Altersstufen:

- den inzwischen 80 bis über 90-Jährigen
- den eher 65 bis 85-Jährigen
- den über 50- bis 65-Jährigen

Wir achten darauf, dass Veranstaltungen auf die unterschiedlichen Bedürfnisse der jeweiligen Zielgruppen abgestimmt werden. Hierbei differenzieren wir zwischen aktiveren und passiveren Aktivitäten und Angeboten, die an unterschiedlichen Bedürfnissen an Bewegung, kreativem und kulturellem Erleben ausgerichtet sind. Ebenso bieten wir zu unterschiedlichen Tageszeiten Aktivitäten an, um damit sowohl Berufstätige als auch pensionierte oder nicht berufstätige Menschen zu erreichen.

Um eine Integration verschiedener Zielgruppen zu ermöglichen, gestalten wir zudem Aktivitäten, die unterschiedlichen Interessen gleichzeitig gerecht werden, z.B. gleichzeitiges Stattfinden von Nordic Walking und Soft Walking, Reisen und Ausflüge, deren Programm einen aktiven und passiven Part beinhaltet, dem sich die Teilnehmer zuordnen können.

Durch die im Land weitverbreitete und zunehmende Popularität der gesamten Club Aktiv+, die auch gemeinsam in der Öffentlichkeit erscheinen, partizipieren Teilnehmer zunehmend an den Programmen mehrerer Club Aktiv+. Durch die gute gemeinsame Zusammenarbeit, z.B. durch gemeinsame Ausflüge und Reisen, sind die Grenzen teilweise fließend und die Teilnahme niedrigschwellig geworden. Viele Senior/-innen sehen sich gut in ein Netzwerk unserer Arbeit eingebunden und in ihren Interessen vertreten.

## 6. Allgemeine Vorschriften

### 6.1 Modalitäten für die Anmeldung und Abmeldung

Mit den folgenden Regeln sorgen wir für einen komplikationsfreien Ablauf unserer Aktivitäten.

- Sie nehmen auf eigene Verantwortung an unseren Aktivitäten teil.
- Alle Personen können unabhängig von Ihrem Wohnort an unseren Aktivitäten teilnehmen.
- Ihre Anmeldung gilt dann als verbindlich angenommen, wenn Sie sich per Mail, Telefon oder im Club selbst angemeldet haben. Alle Anmeldungen gelten erst dann als verbindlich, wenn diese von uns bestätigt wurden.
- Mit Ihrer Anmeldung erklären Sie sich mit den jeweiligen Konditionen einverstanden die in unserer Broschüre/Programmplan beschrieben wurden.
- Für Aktivitäten, die mit externen Partnern organisiert werden, bekommen Sie eine Rechnung zugeschickt, wenn der Teilnahmebeitrag mehr als 15 € beträgt.
- Bei allen Aktivitäten warten wir maximal 10 Minuten über den festgelegten Zeitraum hinaus auf die angemeldeten Teilnehmer.
- Sollten Aktivitäten ausgebucht sein, führen wir eine Warteliste.
- Sollten Sie verhindert sein, an einer von Ihnen angemeldeten Aktivität teilzunehmen, bitten wir um frühzeitigen Bescheid. Damit hat eine andere Person, die Gelegenheit teilzunehmen.
- Sollten uns durch Ihre Abmeldung Unkosten entstehen, liegt es in unserem Ermessen, Ihnen diese in Rechnung zu stellen.
- Um die Sicherheit unserer Aktivitäten zu gewährleisten, behalten wir uns als Veranstalter vor, das ausgeschriebene Programm entsprechend anzupassen oder abzusagen (Wetterkonditionen, Verkehrssituation, andere Gründe)
- Sollten Veranstaltungen von unserer Seite abgesagt werden müssen (z.B. auch mangelnde Teilnehmerzahl, Krankheit etc.) bezahlen wir den Teilnahmebeitrag zu 100 % zurück.
- In Bezug auf statistische als auch organisatorischen Zwecke fragen wir nach persönlichen Daten. Wir versichern, diese ausschließlich für diese Zwecke zu verwenden und nach Ablauf der Aktivität zu vernichten.
- Während unserer Aktivitäten werden Fotos zu Publikationszwecken aufgenommen. Mit Ihrer Anmeldung erklären Sie sich damit einverstanden. Sollten Sie nicht auf Fotos erscheinen wollen, informieren Sie unser Personal.



## 6.2 Unser Angebot an Leistungen und Diensten

Folgende Angebote gehören in unseren Katalog. Basierend auf einer Broschüre, die vier Mal im Jahr erscheint, bieten wir folgende Leistungen an. Folgende Kriterien liegen dabei unserer Programmgestaltung zugrunde:

- Niedrigschwelligkeit in Bezug auf zeitliche Erreichbarkeit, als auch Budget und zeitlicher Ablauf
- Allgemeinbildende Angebote zu seniorenspezifischen Themen, Gesundheit und Hilfsangeboten, wie Informationen zum sozialen Netzwerk in Luxemburg
- Anpassung an gesellschaftlich, aktuelle Erfordernisse, z.B. Digitalisierung

Aus diesen Kriterien stellen wir einen Aktivitätenkatalog zusammen, der kontinuierlich an Bedürfnisse, jahreszeitliche Bedingungen und gesellschaftliche relevanten Begebenheiten angepasst wird. Im Sinne des lebenslangen Lernens finden Sie in unserer Broschüre:

- Gesellige Treffen
- Vorträge und Informationsveranstaltungen
- Exkursionen und Besichtigungen
- Kultur
- Ausflüge und Reisen
- Bewegung und gesunde Ernährung
- Beratung und Workshops zur Begleitung vom Übergang von Berufsleben in den Ruhestand
- Einzelberatungen in Bezug auf persönliche Fragen und Anliegen
- Kreative Angebote
- Generationsübergreifende Aktivitäten
- Interkulturelle Aktivitäten
- Förderung und Begleitung von Benevolat

## 6.3 Mittel für externe Kommunikation

Unser Büro ist zwischen 09:00 und 13:00 Uhr besetzt.

Sie erreichen uns per Telefon, Mail und auch persönlich zu diesen Zeiten.

Darüber hinaus steht Ihnen unser Personal auch während der Aktivitäten für Fragen und Informationen zur Verfügung. Zusätzlich ist ein Anrufbeantworter zugeschaltet, der regelmäßig durch unser Personal abgehört und beantwortet wird.

Club Eist Heem Berchem

54, rue Oscar Romero

L-3321 Berchem

Tel. 00352 369232-5229

Mail: [contact@eistheem.lu](mailto:contact@eistheem.lu)

Folgende Struktur dient der Kommunikation des Teams:

- Information per Mail und Telefon als auch laufende Besprechungen im Büro
- Führen eines Logbuches
- Organisationsstruktur zur Ausarbeitung und Begleitung von Aktivitäten
- Monatliche Teamversammlungen
- Reflexionstage
- Regelmäßige Besprechungen mit dem Komitee der Proxicom asbl

## Öffentlichkeitsarbeit

- Folgende Maßnahmen dienen der Veröffentlichung unserer Angebote:
- Broschüre, die 4 x im Jahr an Kunden und Interessierte verschickt wird (Auflage derzeit 1200 Exemplare)
- Auslegen der Broschüre an bekannten Stellen (Arztpraxen, Apotheke, Gemeindeverwaltung, Cafés/Restaurants etc.)
- Veröffentlichungen auf nationaler Ebene: Club Aktiv+ Pages
- Präsentation an Veranstaltungen auf regionaler Ebene: Gesundheitstag Gemeinde Roeser, Begrüßung neuer Mitbürger, etc.
- Teilnahme an nationalen Veranstaltungen: „Festival des migrations“, Mobilitätswoche, Woche der seelischen Gesundheit
- Social Media: Webseite, facebook
- Agenda der Gemeinde Roeser und Beiträge im „De Buet“ (Bulletin communal)

## 6.4 Mittel für die interne Kommunikation

Vor den Aktivitäten ist für einen sicheren Ablauf zu sorgen. Dies betrifft

- Den zeitlichen Ablauf
- Die Sicherstellung des Materials
- Die nötigen Vorbereitungen der Maßnahmen wie Check-up des Saales, Minibusses hinsichtlich Hindernissen, Einstellung des Navis, etc.

Vor den Aktivitäten, insbesondere Ausflügen und wenn das Büro noch nicht besetzt ist, ist im Büro zu überprüfen, ob jemand sich per Anrufbeantworter abgemeldet hat. Damit alle Teilnehmer/-innen von uns aus erreichbar sind, erstellt das Sekretariat vor längeren Aktivitäten (Ausflüge, Exkursionen, Reisen) eine Teilnehmer\*innenliste, mit Telefonnummern

### **Notfall während einer Aktivität**

Sollte eine Notfallintervention während einer Aktivität erforderlich werden, sind folgende Regeln zu beachten:

- Ambulanz kontaktieren
- Direktionsbeauftragte kontaktieren
- Angehörige kontaktieren. Hierzu dient als Vorlage eine Notfalkarte, die wir aushändigen. (siehe Anlage). Die Verantwortung, diese verfügbar zu haben, liegt bei den Teilnehmer\*innen.

### **Bei den Aktivitäten außerhalb des Clubs ist für eine gute Orientierung zu sorgen:**

Wenn wir den Eindruck haben, dass eine Person nicht den Anforderungen der Aktivität sowohl physisch als psychisch gerecht werden kann, behalten wir uns vor, dieser Person nicht teilnehmen zu lassen, respektiv eine Alternative im Rahmen des Programmes anzubieten.

Austeilen von Stadtplänen mit Markierung

Festgelegte Abfahrtszeiten, möglichst am gleichen Treffpunkt wie Ankunft mitteilen.

Sicherstellen, dass jede/r Teilnehmer\*in die Handynummer der jeweiligen Begleitperson hat.

Das Angebot, sich uns als Mitarbeiter\*innen bei freier Zeiteinteilung anzuschließen, besteht jederzeit.

Sollte eine Person über den festgelegten Zeitraum von 10 Minuten nicht am Ort erscheinen:

Versuchen, die Person anzurufen (Liste mit Handynummern)

Je nach Aufenthalt in einer Stadt oder Institution (Museum, Shoppingcenter, Centre culturel) über die Rezeption einen Ausruf anfordern.

Nach Ablauf einer Stunde muss die zuständige Polizei mit Vermisstenmeldung kontaktiert werden.

Die Gruppe ist in einem Notfall zu orientieren, ggf. Mit Kooperationspartnern, wie Busfahrer, vertrauenswürdige Begleitperson zu Hilfe ziehen.

Im Fall eines Unfalles oder Unpässlichkeit des Personals liegt im Minibus eine Notfallliste mit aktuellen Nummern.

## 6.5 Beschwerdemanagement

### Grundsätzlich gilt für unser Personal:

Unser Handeln ist geprägt durch eine positive, wertschätzende und akzeptierende Einstellung zum Menschen. Dieses gilt auch bei der Aufnahme von Beschwerden. Jeder hat das Recht auf seine Meinung und sie kann der Weiterentwicklung dienen.

### Wo kann ich mich beschweren?

Unsere Mitarbeiter nehmen Ihre Beschwerde sachlich und respektvoll entgegen.

### Wie kann man sich beschweren?

- mündlich im Einzelgespräch, je nach Anliegen gerne nach Terminvereinbarung
- telefonisch
- per Mail
- schriftlich

### Wie werden die Beschwerden bearbeitet?

Je nach Anliegen wird die Beschwerde mit der Direktionsbeauftragten und dem begleitenden Mitarbeiter erörtert oder im gesamten Team besprochen.

Wir reflektieren die Beschwerde in Bezug auf

- die Organisation einzelner Aktivitäten
- auf den Rahmen unserer Organisation
- auf die Haltung unserer Mitarbeiter\*innen

Gemeinsam mit den Beschwerdegebenden werden die folgenden Schritte besprochen, z. B. wer an der Klärung beteiligt wird, welche Schritte zur Lösung unternommen werden. Dazu gehört auch die Aufklärung, welche Instanz für welche Themen zuständig sind.

Wir leiten die Beschwerde an die betreffende Person weiter und vermitteln, je nach Zuständigkeit. Dies können externe Kooperationspartner wie Referenten und Gästeführer, Gaststätten und Reiseveranstalter sein. Wir halten die Person, die uns die Beschwerde übermittelt hat auf dem Laufenden und informieren über den Umgang damit, respektiv beziehen diese aktiv in die Kommunikation mit ein.

Je nach Art der Beschwerde informieren wir unseren Verwaltungsrat und ziehen diesen zu Rate.

## 6.6 Sicherheitsvorschriften und Notfallpläne

Die Direktionsbeauftragte sorgt für die Einhaltung der Sicherheits- und Hygienemaßnahmen innerhalb der Clubräume und bei der Organisation von Aktivitäten. Zu diesem Zweck gibt sie dem Personal die notwendigen Anweisungen (siehe Kapitel 6.4) und arbeitet mit den zuständigen Stellen zusammen.

Das Gebäude in der 54, rue Oscar Romero, L-3321 Berchem ist im Besitz der Gemeindeverwaltung Roeser.

Diese sorgt für die technische Sicherheit wie Prüfung des Lifes, Brandschutz, alle technischen Sicherheitserfordernisse sowie für die behindertengerechte Zugänglichkeit. Wir halten uns an die Sicherheitsbestimmungen, die die Gemeinde Roeser der Nutzung von Gebäuden auferlegt hat.

Der Minibus, der im Besitz der Proxicom asbl ist, wird von unserem Team in Zusammenarbeit mit dem Technischen Dienst der Gemeinde Roeser auf alle sicherheitstechnischen Fragen hin unterhalten. Hierzu dienen die regelmäßigen Wartungen sowie Inspektionen.

Alle Sicherheitsmaßnahmen sind in einem Ordner zusammengefasst, der regelmäßig überprüft und aktualisiert wird.

Die Aufgaben zur Überprüfung der Sicherheit sind im Team nach Zuständigkeiten verteilt und in einem Plan festgehalten.

Anhand unserer Sicherheitsordners stellen wir sicher, dass unsere Teammitglieder (je nach Zuständigkeit) an folgenden Fortbildungen teilnehmen.

- Erste-Hilfe-Kurs
- Evakuierungsübung
- Brandschutzübung
- Fahrsicherheitstraining
- HACCP (Hygienevorschriften)

## 6.7 Hausordnung in Bezug auf die Nutzer

In den Räumlichkeiten des Clubs ist das Rauchen verboten. Personen, die den Club besuchen, werden gebeten, die Hygiene- und Sicherheitsvorschriften sowie die Sauberkeit der Räumlichkeiten zu beachten. Bei einem Verstoß kann der Zutritt zum Club, respektiv zum Ausschluss von Aktivitäten ausgesprochen werden.

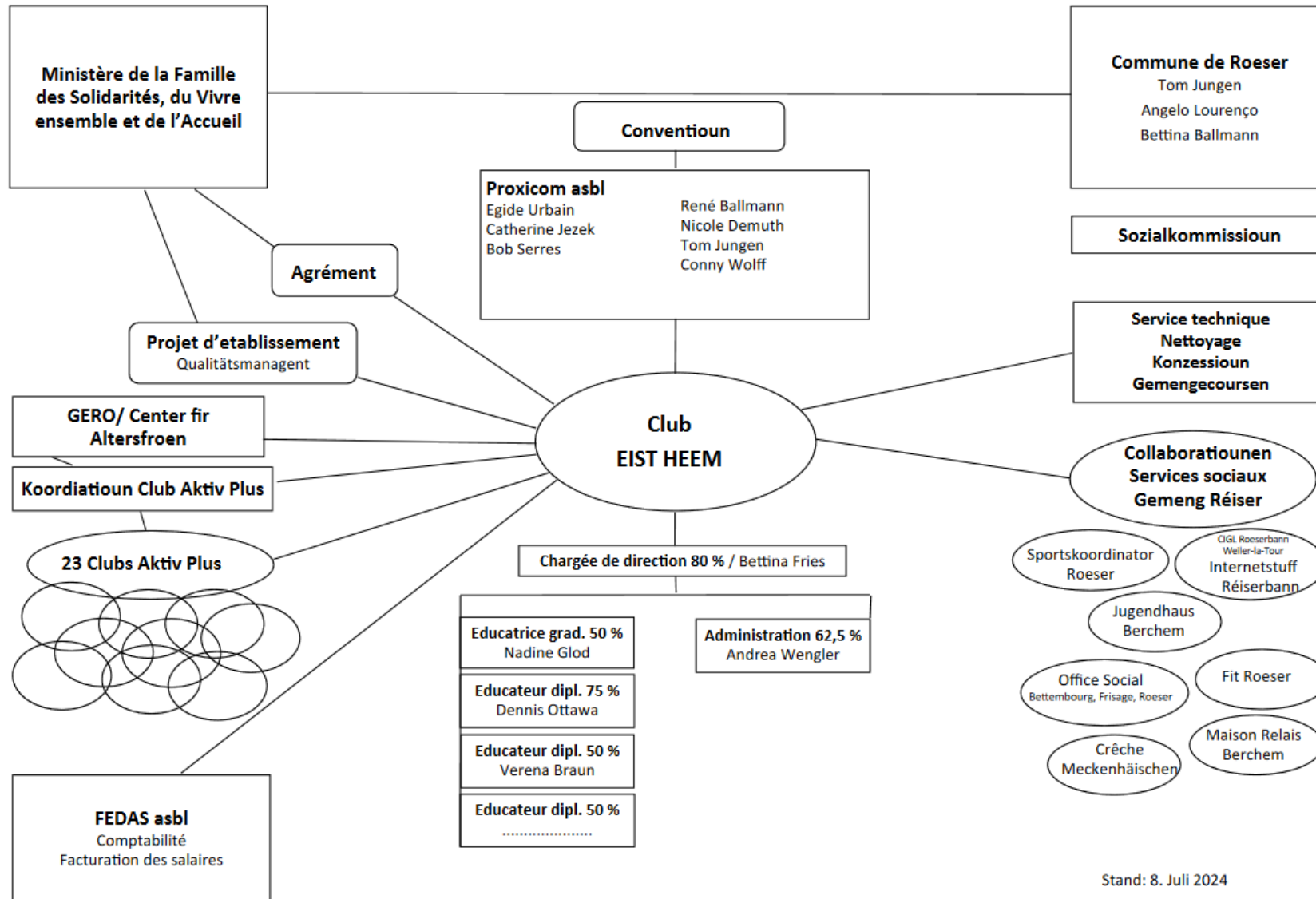
## 6.8 Hausordnung in Bezug auf das Personal

Das Personal ist verpflichtet, in korrekter und angemessener Kleidung zu erscheinen.

Das Personal ist ebenfalls verpflichtet, an denen in den jeweiligen Stundenplänen vorgesehenen Zeiten präsent zu sein.

Die Geschäftsführung der Proxicom asbl bestimmt in Zusammenarbeit mit der Direktionsbeauftragten über die Bestimmungen und Erfordernisse.

## 6.9 Organigramm des Clubs



## 7. Qualitätsmanagement

In dem vorangegangenen Qualitätsmanagement, beschrieben als „Concept d'action général“, wurden fortwährend neue Teilnehmer/-innen der Altersgruppe 50+, aber auch 70+ angesprochen. Teilweise ist eine Differenzierung in Altersgruppen sinnvoll, teilweise ist es aber auch bereichernd generationsübergreifende und themenspezifische Veranstaltungen zu konzipieren. Die Erfahrungswerte, die in Gruppen ausgetauscht werden, bieten oft ein interessantes Forum innerhalb unserer Besucherschaft, das neue Perspektiven und Reflexionen eröffnet.

Nach wie vor stehen drei Themen – unabhängig der Reihenfolge - hauptsächlich im Fokus unserer Arbeit.

- A) Vorbereitung und Begleitung vom Übergang des Berufslebens in die Rentenzeit
- B) Prävention der sozialen Isolation
- C) Förderung der gesunden Ernährung, der körperlichen Bewegung und der psychischen Gesundheit

### 7.1 Ziel 1: Vorbereitung und Begleitung beim Übergang vom Berufsleben in den Ruhestand

Laut Statistik ist die Altersgruppe der 50- bis 65-Jährigen diejenige, die die mit 20,11 % am stärksten vertreten ist. (s. S.5) Folglich stellt sich für uns die Frage, wie wir das Thema des Abschieds vom Berufsleben und der Neuorientierung im Ruhestand aufgreifen können.

- Über welche Themen erreichen wir Männer und Frauen in dieser Lebensphase?
- Wie können wir an die Ressourcen unserer Teilnehmer 50+ anknüpfen?  
Welche Aktivitäten bieten einen Rahmen, um beruflich erworbene und persönliche Kompetenzen zu fördern und damit aktiv zu sein?
- Was sind die Bedürfnisse dieser Zielgruppe in Bezug auf Wohnformen, Neuorientierung und gesellschaftliche Integration?

Bezugnehmend auf den Migrationshintergrund dieser Zielgruppe ergeben sich häufig neue Fragen an eine Neuorientierung in Bezug auf Wohnort, Wohnform und soziale Einbindung, z.B. auch das Pendeln zwischen Herkunftsland und Luxemburg.

Die Erfahrung der letzten Jahre zeigt, dass sich vielfach Menschen in der Altersgruppe von 55 bis 65 Jahren nicht primär wegen des Themas „Ruhestand“ an uns wandten, sondern vielfach durch Bedürfnisse, die wir eindeutig dem nachfolgenden Ziel, nämlich der Prävention sozialer Isolation zuordnen können. Hierzu zählt auch, dass sich vielfach Frauen an uns wenden, die nach einer verlängerten Familienphase nicht mehr berufstätig waren, sondern sich nach Pflege und Verlust von Partnern oder zu pflegender Eltern und dem Erwachsenwerden der Kinder, neu orientieren wollen. Insbesondere wenden sich alleinstehende Personen an uns, die weder Kinder, noch zum Teil anderen familiären Anschluss haben. Hier fungiert der Club als soziale Anlaufstelle, die den Verlust oder Nichtvorhandensein von familiären Strukturen kompensieren kann.

## 7.2 Ziel 2: Prävention sozialer Isolation

Wie bereits zum Beginn dieses Plans beschrieben ist unser Programm detailliert an unterschiedliche Altersgruppen angepasst, die mehr oder weniger aktiv und passiv an unseren Aktivitäten teilnehmen. Die Frage nach der Prävention der sozialen Isolation richtet sich nach unserer Erfahrung an Menschen unterschiedlicher Lebenssituation, unterschiedlicher gesundheitlicher Verfassung als auch Menschen unterschiedlicher Herkunft.

Wir differenzieren nach folgenden Aspekten:

- Menschen, die alleine leben
- Menschen, in besonderen Lebenssituationen (z.B. Trauer, Eintritt in die Pensionszeit, als Angehörige von Erkrankten)
- Menschen mit spezifischen psychischen, altersbedingten und anderen Erkrankungen (z.B. Depressionen, Demenz, Suchterkrankungen)
- Menschen, die über ein geringes Einkommen verfügen
- Menschen anderer Herkunft
- Menschen, die sich den Herausforderungen der digitalen Welt stellen wollen und müssen

## 7.3 Ziel 3: Förderung der gesunden Ernährung, der körperlichen Bewegung und der psychischen Gesundheit

Gesundheitsfördernde und –erhaltende Maßnahmen gehören präventiv seit jeher zu einem unserer Programmschwerpunkte. Die gute Zusammenarbeit mit der Gemeinde als auch eine fortwährende Neuorientierung in Bezug auf wissenschaftlich aber auch gesellschaftlich aktuelle Themen geben uns eine Orientierung in Bezug auf die Gestaltung unseres Programms. Hierbei kooperieren wir unterstützend mit externen Referent\*innen.

Wir differenzieren nach folgenden Aspekten:

- Ernährung, einhergehend mit dem Erhalt der Selbständigkeit und Sensibilisierung für eine gesunde, aber auch regionale und nachhaltige Kost
- Bewegung in unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden in Bezug auf Ausdauer und Koordination
- Informationen in Bezug auf Ernährung und Gesundheit
- Sensibilisierung und Prävention in Bezug auf psychische Gesundheit



## 8. Entwicklung der Zielvereinbarungen

### 8.1 Ziel 1: Vorbereitung und Begleitung beim Übergang vom Berufsleben in den Ruhestand

Laut CAG 2012 bis 2015 als auch 2016 bis 2018 wurde insbesondere deutlich, dass wir Männer und Frauen auf unterschiedliche Arten erreichen. Basierend hierauf werden Angebote unterschiedlich geplant, begleitet und ausgearbeitet. Wir bieten regelmäßig abendliche Veranstaltungen an, um insbesondere Berufstätige anzusprechen, für die der Club vor und mit Eintritt in die Pensionszeit eine Neu-Orientierung bieten kann. Folgende Fragestellungen sind uns hier hilfreich:

- Was möchten Sie in Ihrer Rentenzeit am meisten genießen?
- Was aus ihrem Berufsleben vermissen Sie am meisten?
- Bietet unser Club Aktiv+ eine Unterstützung in Bezug auf das Arrangieren mit der neue Rolle als „Pensionär/-in“?
- Welche Kompetenzen bringen Sie aus dem Berufsleben für Ihre Rentenzeit mit?
- In welchem Rahmen würden Sie sich gerne sehen, verwirklichen und diesen mitgestalten?

Die Begleitung dieser Zielgruppe setzt an den persönlichen wie auch beruflichen Kompetenzen derer an. Insbesondere in den letzten beiden Jahren haben wir mit dem Einbinden von Ehrenamtlern gute Erfahrungen gemacht und diese als Bereicherung für unser Programm erleben dürfen.

Zentrale Fragestellungen sind hierbei:

- Wie sprechen wir Menschen auf eine ehrenamtliche Mitarbeit an?
- Wie machen wir darauf aufmerksam, dass wir als Club einen Rahmen zur aktiven Mitgestaltung schaffen?
- Welcher professionellen Begleitung und Unterstützung bedarf der jeweils ehrenamtliche Einsatz?

Mit unserem regelmäßig erscheinenden Programmheft haben wir die Möglichkeit, bewusst darauf hinzuweisen:

- Durch Aktivitäten, die sich geschlechtsspezifisch an diese Zielgruppe richten, z.B. Exkursionen, Vorträge
- Durch ein begleitetes Forum, das Menschen im Übergang vom Berufsleben in die Rentenzeit zur Sprache kommen lässt
- Durch die weiterhin aktive Begleitung und Entwicklung von Ehrenamt

## **8.2 Ziel 2: Prävention sozialer Isolation**

Die Integration von alleinstehenden Menschen nimmt schon seit jeher einen großen Raum in unserer Programmplanung ein. Hinzu kamen in den letzten Jahren Veranstaltungen, deren Themen mit der Vorbeugung von Isolation einhergingen. Altersspezifische Gesprächsabende mit Fachreferenten, z.B. zu Themen wie Trauer, Depression, Ressourcen etc. brachten Menschen näher, die sich indirekt mit dem Thema der Isolation auseinandersetzen.

In unserem Berufsalltag sehen wir über die letzten Jahre hinweg eine Zunahme an Teilnehmer/-innen, die sich mit einer psychischen Erkrankung an uns wenden, sei es durch Suchtproblematiken, Menschen mit der Belastung einer seltenen Erkrankung, Burn-out, Angehörige von Erkrankten etc.

Durch Veranstaltungen zu unterschiedlichen Tagesszeiten und auch am Wochenende erreichen wir Menschen, die alleinstehend sind. Wir beraten hierbei individuell vom Kennenlernen bis hin zur Anmeldung, welche Gruppe, welches Angebot für die jeweilige Person geeignet ist.

Um persönlich auf die Teilnehmer einzugehen unterstützen wir beim Aufbau von persönlichen Beziehungen sowohl in Bezug auf unser Team als auch auf die Teilnehmer untereinander. Dies gelingt vorrangig durch die persönliche Präsenz von uns Mitarbeiter/-innen als auch durch die Begegnung während kleineren themenspezifischen Aktivitäten. Wir haben die Ausbildung zum Ersthelfer für psychische Gesundheit absolviert und bieten, sobald sich ein Bedarf offenbart, gezielt Einzelgespräche in Bezug auf Auffälligkeiten an. Durch den regelmäßigen Austausch im Team, informieren und tauschen wir uns darüber aus.

## **8.3 Ziel 3: Förderung der gesunden Ernährung, der körperlichen Bewegung und der psychischen Gesundheit**

Die Weiterführung von gesundheitserhaltenden Maßnahmen werden wir in der folgenden Periode über den Rahmen unserer Gemeinde hinaus mit nationalen und regionalen Kooperationen unterstützen. Hierzu ist die Anerkennung im Rahmen des nationalen Gesundheitsplans GIMB zu nennen.

Auf anderen Ebenen werden wir die gute Zusammenarbeit innerhalb der Gemeinde Roeser als auch dem Verein „Fit Roeser“ gerne weiterführen und vertiefen, als auch flexibel externe Referent/-innen konsultieren. Die Zusammenarbeit mit dem Sportkoordinator innerhalb der Gemeinde als auch die aktive Mitarbeit am Projekt „IMPULS“, welches der Vernetzung und Bedarfsermittlung von Sport und Bewegung für alle Generationen verfolgt, ist aktuell in diesem Rahmen zu nennen.

In Kleingruppen werden Erfahrungen und Kompetenzen in Bezug auf Ernährung ausgetauscht und gemeinsam gelebt, z.B. durch gemeinsames Kochen traditioneller aber auch moderner Rezepte.

## 9. Planungstabelle mit Qualitätszielen und -kriterien

<b>PRIORITÉ</b> <i>PRIORITÄT</i>	<b>SOUS-OBJECTIFS</b> <b>EVENTUELS</b> <i>MÖGLICHE UNTERZIELE</i>	<b>CRITERES DE QUALITE</b> <i>QUALITÄTSKRITERIEN</i>	<b>MESURES ET PLAN D'ACTION</b> <i>MASSNAHMEN UND AKTIONSPLAN</i>	<b>DATES</b> <b>EVALUATION</b> <b>S INTER-</b> <b>MEDIAIRES</b> <i>DATEN DER</i> <i>ZWISCHEN-</i> <i>EVALUATIONEN</i>	<b>AJUSTEMENTS EVTL. SUITE</b> <b>A CES EVALUATIONS</b> <i>MÖGLICHE ANPASSUNGEN</i> <i>INFOLGE DIESER EVALUATIONEN</i>
<p><b>VORBEREITUNG UND BEGLEITUNG BEIM ÜBERGANG VOM BERUFSLEBEN IN DEN RUHESTAND</b></p>	<p>Wir erreichen 3-5 Teilnehmer/-innen, die sich in der Phase des Übergangs von Beruf in den Ruhestand befinden, die an einer spezifischen Aktivität teilnehmen.</p> <p>Wir bieten einen begleiteten Austausch an.</p> <p>Wir bieten regelmässig, ausserhalb unserer regulären Öffnungszeiten, Aktivitäten an, die von Berufstätigen besucht werden können</p>	<p>Wir orientieren uns mit unserem Programm thematisch an Menschen, die noch im Berufsleben stehen.</p> <p>Wir bieten mindestens einmal pro Programmheft eine Abendveranstaltung sowie monatlich Veranstaltungen an Wochenenden an.</p> <p>Wir begleiten den Austausch mittels unterschiedlicher Methoden.</p> <p>Wir organisieren:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• regelmässige Aktivitäten</li> <li>• Themenspezifische Aktivitäten für diese Zielgruppe</li> </ul>	<p>Wir definieren Themen und finden diesbezügliche Referent/-innen.</p> <p>Wir stellen spezifische Informationen zur Verfügung: Broschüren, Adressen</p> <p>Wir kooperieren mit anderen Clubs und publizieren unsere Aktivitäten gemeinsam als regionales Netzwerk.</p> <p>Wir planen eine themenspezifische Konferenz/Workshop pro Jahr. Wir bieten Einzelgespräche zur Begleitung des Übergangs und der Neuorientierung an.</p> <p>Bewegungskurse: Zumba, Pilates, Nordic-Walking</p>	<p>Cliquez ici pour entrer du texte.</p>	<p>Cliquez ici pour entrer du texte.</p>

		Wir fördern Ehrenamt	<p>Wir greifen verschiedene Aspekte auf und organisieren Veranstaltungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• administrativ</li> <li>• psychologisch</li> <li>• biographisch</li> </ul> <p>Wir rufen in unserem Programmheft zu aktiver Mitarbeit auf.</p> <p>Wir begleiten und unterstützen Ehrenamtler in Ihren Kompetenzen in einem angemessenen Rahmen.</p> <p>Wir bedanken uns für die ehrenamtliche Mitarbeit im Rahmen eines gemeinsamen Essens, das wir jährlich für alle Ehrenamtler gemeinsam organisieren.</p>		
--	--	----------------------	--	--	--

<b>PRIORITÉ</b> <i>PRIORITÄT</i>	<b>SOUS-OBJECTIFS</b> <b>EVENTUELS</b> <i>MÖGLICHE UNTERZIELE</i>	<b>CRITERES DE QUALITE</b> <i>QUALITÄTSKRITERIEN</i>	<b>MESURES ET PLAN D'ACTION</b> <i>MASSNAHMEN UND AKTIONSPLAN</i>	<b>DATES</b> <b>EVALUATIONS</b> <b>INTER-</b> <b>MEDIAIRES</b> <i>DATEN DER</i> <i>ZWISCHEN-</i> <i>EVALUATIONEN</i>	<b>AJUSTEMENTS EVTL. SUITE A CES</b> <b>EVALUATIONS</b> <i>MÖGLICHE ANPASSUNGEN INFOLGE</i> <i>DIESER EVALUATIONEN</i>
<p><b>PRÄVENTION</b> <b>SOZIALER ISOLATION</b></p>	<p>Wir erreichen pro Jahr 5 neue Teilnehmer/-innen, die an einer Aktivität teilnehmen.</p> <p>Wir kooperieren mit Institutionen innerhalb und ausserhalb der Gemeinde Roeser.</p>	<p>Wir sensibilisieren für das Thema innerhalb der Gemeinde.</p> <p>Wir sensibilisieren unsere Besucher, die für sich selbst oder als Multiplikatoren für andere aktiv sein können.</p> <p>Wir bleiben als Team sensibel für die Themen, die zur Isolation führen.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- psychische Komponenten</li> <li>- Krankheit und physische Beeinträchtigungen</li> <li>- Finanzielle Komponenten</li> <li>- Digitalisierung</li> </ul>	<p>Wir präsentieren das Thema innerhalb der Gemeinde, z.B. Sozial- und Integrationskommission, Internetstuf (Digitalisierung)</p> <p>Wir werden in der Gemeinde präsent sein, z.B. Hobbytag, Willkommensfest für neue Mitbürger, Kultur im Klostergarten</p> <p>Wir organisieren niedrigschwellige, regelmässige und kostenfreie Angebote, z.B. „Oppene Méindeg“</p> <p>Wir schicken einen Willkommensbrief an neue Teilnehmer, der einen Gutschein für ein Mittagessen beinhaltet.</p> <p>Wir reflektieren uns teamintern als auch durch Fortbildungen</p> <p>Wir tauschen uns regelmäßig über Teilnehmer/-innen mit Auffälligkeiten aus.</p> <p>Wir vermitteln die Teilnahme an Veranstaltungen mittels dem „Kulturpass“</p>		<p>Cliquez ici pour entrer du texte.</p>

<b>PRIORITÉ</b> <i>Priorität</i>	<b>SOUS-OBJECTIFS EVENTUELS</b> <i>MÖGLICHE UNTERZIELE</i>	<b>CRITERES DE QUALITE</b> <i>QUALITÄTSKRITERIEN</i>	<b>MESURES ET PLAN D'ACTION</b> <i>MASSNAHMEN UND AKTIONSPLAN</i>	<b>DATES EVALUATIONS INTER- MEDIAIRES</b> <i>DATEN DER ZWISCHEN- EVALUATIONEN</i>	<b>AJUSTEMENTS EVTL. SUITE A CES EVALUATIONS</b> <i>MÖGLICHE ANPASSUNGEN INFOLGE DIESER EVALUATIONEN</i>
<b>FÖRDERUNG DER GESUNDEN ERNÄHRUNG, DER KÖRPERLICHEN BEWEGUNG UND DER PSYCHISCHEN GESUNDHEIT</b>	<p>Wir bieten kontinuierlich mindestens 6 Aktivitäten pro Woche zu diesem Thema an.</p> <p>Wir organisieren regelmäßige Konferenzen zur Information und Sensibilisierung.</p>	<p>Wir orientieren uns an aktuellen Themen und Trends.</p> <p>Wir kooperieren mit anderen Institutionen: Sozialkommission Gemeinde Soziales Netzwerk</p>	<p>Wir organisieren fortlaufende Aktivitäten, unterschiedlichen Niveaus und Herausforderungen.</p> <p>Wir planen in Kooperation mit der Gemeinde, Vertretern des Gesundheitssektors, Referenten etc. Gesundheitstag in der Gemeinde Roeser Mobilitätswoche Semaine de la santé mentale</p> <p>Wir vermitteln zwischen Teilnehmern und sozialen Akteuren</p>	<p>Cliquez ici pour entrer du texte.</p>	<p>Cliquez ici pour entrer du texte.</p>