

COVID 19

FRANÇAIS

ESCH AIDE !

DEUTSCH

ESCH HILFT!

PORTUGUÊS

ESCH AJUDA!

ITALIANO

ESCH AIUTA!





hëlleft!

**INFORMATIOUNEN &
NËTZLECH ADRESSEN
NOUT-LIWWERDÉNGSCHT
SOLIDARITÉIT**

T: 2754-2210

Vun Méindes bis Freides

9:00-12:00 & 13:00-16:00

 Escher BiBSS

hellef.esch.lu

#ZesummenStattAleng



ESCH-TV Spezial COVID-19

Informationen & Beiträg

Rendezvous all Dag um 18:00 & 20:00 Auer

Post: Kanal 86 oder Eltrona

Bei Problemer: T: 2754-2210

ESCH AIDE LES ESCHOIS*ES VULNÉRABLES ET SEUL*E*S

Un service de dépannage et d'urgence mis en place par la Ville d'Esch-sur-Alzette à l'attention des personnes :

- **Domicilié*e à Esch-sur-Alzette**
- **Et** Âgé*e de 65+ **et/ou** vulnérable (diabète, maladies cardiovasculaires, chroniques des voies respiratoires, cancer, faiblesse immunitaire due à une maladie ou à une thérapie)
- **Et** vivant seul*e ou isolé*e
- **Et** n'ayant pas de famille/parenté qui puisse s'occuper d'eux.

Remplissez-vous ces conditions ?

Si oui, contactez l'Escher BiBSS- Bureau d'Information Besoins Spécifiques Seniors de la Ville d'Esch-sur-Alzette au 2754-2210 du lundi au vendredi de 9:00-12:00 et de 13:00-16:00 ou en ligne pour faire part de votre demande.

Le paquet « **vivres** » vous permet de passer commande et être livré*e*s à domicile. La livraison est limitée et dépend des produits et ressources existantes.

Durant la période COVID-19 le paquet « **repas** » vous propose un repas sur roues à réchauffer, menu unique, selon la formule Entrée, plat et dessert. Ces commandes doivent être reçues 48 heures en avance et ce avant 11:30.

Pour traiter votre commande, vous devez nous communiquer les informations suivantes : nom et prénom, matricule, adresse, numéro de téléphone, adresse email et situation familiale. Si vous souhaitez bénéficier de cette offre de soutien, vous donnez en même temps votre accord à ce que vos données soient communiquées à des tiers comme le fournisseur, le livreur volontaire et le service de facturation de la Ville d'Esch-sur-Alzette.

Votre commande sera livrée dans les meilleurs délais en fonction des disponibilités. L'agent livreur déposera vos courses à votre domicile, mais n'entrera pas à l'intérieur. Vous devez attester par une signature la réception de la commande. La Ville d'Esch-sur-Alzette vous adressera une facture de vos achats par courrier.

En plus du service de dépannage vous trouverez sur : **hellef.esch.lu** une liste avec les restaurants et commerces eschois auprès desquels vous pouvez passer commande.

Si vous avez d'autres besoins p.ex. faire promener le chien, sortir les poubelles, aide à passer des commandes... prenez contact.

Esch-TV vous informe :
18:00 Emission / 20:00 Rediffusion

PAQUET « VIVRES »

BOISSONS

- Jus d'oranges
- Café (moulu)
- Infusion camomille
- Infusion menthe
- Thé noir
- Thé vert
- Lait (UHT)
- Lait sans lactose (UHT)
- Lait de soja (s.c.d.f.)
- Crème (UHT)

ALIMENTS (longue durée)

- Pâtes
- Pâtes (sans gluten)
- Riz
- Biscottes
- Farine
- Sucre
- Confiture
- Compote de pommes
- Petit-beurre
- Miel
- Chocolat au lait
- Bouillon (cubes)
- Potage ☞
- Raviolis ☞
- Huile d'olive
- Huile de tournesol
- Vinaigre
- Paté de sardines
- Sardines ☞
- Carottes ☞
- Haricots verts ☞
- Champignons ☞
- Macédoine de légumes ☞
- Sauce de tomates
- Knacks
- Corned-beef
- Purée de pommes de terre en poudre

- Pois chiches
- Sel
- Poivre
- Herbes de provence
- Flocons d'avoine
- Lentilles sèches
- Haricots secs
- Fruits secs (Dattes, Prunes, Noix)
- Petits pois secs
- Cornichons
- Levure sèche
- Ail en poudre
- Oignons en poudre
- Millet
- Couscous
- Margarine
- Tranches de fromage (s.c.d.f.)
- Yaourt de soja (s.c.d.f.)
- Tofu (s.c.d.f.)

ALIMENTS (fraîches)

- Pommes de terre
- Carottes
- Pommes
- Oranges
- Bananes
- Pain à toast
- Pain blanc
- Pain complet
- Pain sans gluten
- Œufs
- Choux (blanc, rouge)
- Broccoli
- Chou-Fleur
- Courgette
- Tomates
- Salade
- Concombre
- Gingembre
- Poivrons

ARTICLES D'HYGIÈNE

- Shampoing
- Mouchoirs papier
- Papier de cuisine
- Papier toilette
- Sacs poubelle
- Savon
- Crème hydratante
- Lessive
- Dentifrice
- Corega tabs
- Brosse à dents
- Peigne / Brosse
- Déodorant
- Détergent sol
- Serviette hygiénique
- Couche-culotte incontinence
- Tampon
- Rasoirs jetables
- Mousse à raser
- Détergent
- Détergents pour lave-vaisselle

IMPORTANT : Max. 10 articles, max. 2 de chaque article, charge maximale des achats 10kg. Aucun choix de marque possible.

UHT = Upérisation Hautes températures (pasteurisé)
s.c.d.f. = sans chaîne du froid
☞ = en conserve

PAQUET « REPAS »

- Plat unique (Entrée, plat et dessert)

Commandes « paquet repas » doivent être passées 48 heures en avance avant 11:30.

DE ESCH HILFT GEFÄHRDETEN UND ALLEINSTEHENDEN ESCHER*INNEN

Ein Aushilfe- und Notdienst der Stadt Esch, während der COVID-19 Pandemie, für folgende Einwohner*innen,

- **wohnhaft in Esch**
- **65+ und/oder gefährdet** (z.B. Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, chronische Erkrankung der Atemwege, Krebs, Immunschwäche aufgrund einer Krankheit oder Therapie)
- **und** allein oder isoliert lebend
- **und ohne** Familie/Verwandte, die sich um Sie kümmern können.

Sind Sie in diesem Fall?

Wenn ja, melden Sie sich beim Escher BiBSS – Infobüro der Stadt Esch für Senioren und Bürger*innen mit spezifischen Bedürfnissen und geben Sie Ihre Bestellung unter der Nummer 2754-2210 von montags bis freitags 9:00-12:00 und 13:00-16:00 oder online auf.

Mit dem Angebot „**Lebensmittel**“-**Paket** können Sie von zu Hause bestellen und werden nach Hause beliefert. Die Lieferbarkeit hängt von der Verfügbarkeit der Produkte und Ressourcen ab.

Während der COVID-19 Periode wird ein zusätzliches Tagesmenü zum Aufwärmen angeboten. Dieses „**Essen-Paket**“ bietet ein einziges Menü mit Vor-, Haupt- und Nachspeise. Bei Interesse müssen Sie Ihre Bestellung mindestens 48 Stunden im Voraus bis 11:30 aufgeben.

Zur Aufnahme Ihrer Bestellung geben Sie folgende Informationen an: Name und Vorname, Sozialversicherungsnummer, Adresse, Telefon, Email und Familiensituation. Mit Ihrem Antrag erklären Sie sich einverstanden, dass Ihre persönlichen Daten an Dritte mitgeteilt werden dem Zulieferer, dem freiwilligen Zusteller sowie den Abteilungen der Stadt Esch, welche Ihnen Ihre Bestellungen in Rechnung stellen.

Ihre Bestellung wird Ihnen je nach Verfügbarkeit und Anfrage schnellstmöglich geliefert. Der freiwillige Zusteller gibt die Bestellung an der Türschwelle ab. Er betritt nicht Ihre Wohnung. Sie bestätigen den Erhalt Ihrer Bestellung per Unterschrift vor Ort. Die Stadt Esch wird Ihnen eine Rechnung über Ihre Einkäufe per Post zusenden.

Neben diesen Lieferangeboten finden Sie auf **hellef.esch.lu** eine Liste mit Escher Restaurants und Geschäften, wo Sie bestellen können.

Brauchen Sie Unterstützung in alltäglichen Aufgaben wie z.B. mit dem Hund Gassi gehen, die Mülltonne hinausstellen, Hilfe bei der Aufgabe von Bestellungen, dann melden Sie sich bitte.

Esch-TV informiert:
18:00 Sendung
20:00 Wiederholung

#ZusammenStattAllein
[hellef.esch.lu](https://www.hellef.esch.lu)

LEBENSMITTEL-PAKET

GETRÄNKE

- Orangensaft
- Kaffee (gemahlen)
- Teebeutel Kamille
- Teebeutel Pfefferminz
- Schwarzer Tee
- Grüner Tee
- H-Milch
- Milch Laktosefrei (UHT)
- Sojamilch (o.K.)
- Sahne (UHT)

NAHRUNGSMITTEL

(lange haltbar)

- Nudeln
- Nudeln (glutenfrei)
- Reis
- Zwieback
- Mehl
- Zucker
- Marmelade
- Apfelkompott
- Butterkekse
- Honig
- Milkschokolade
- Brühwürfel
- Dosensuppe ☞
- Dosenravioli ☞
- Olivenöl
- Sonnenblumenöl
- Essig
- Thunfisch ☞
- Sardinen ☞
- Karotten ☞
- Grüne Bohnen ☞
- Champignons ☞
- Gemüsemix ☞
- Tomatensauce
- Würstchen (Glas)
- Corned Beef
- Kartoffelpüreepulver

- Kichererbsen
- Salz
- Pfeffer
- Kräuter der Provence
- Haferflocken
- Linsen (getr.)
- Bohnen (getr.)
- Trockenfrüchte (Datteln, Pflaumen, Nüsse)
- Erbsen (getr.)
- Gurken (Glas)
- Trockenhefe
- Knoblauch (getr.)
- Zwiebeln (getr.)
- Hirse
- Couscous
- Margarine/Fettaufstrich (o.K.)
- Käsescheiben (o.K.) (z.B. La vache qui rit)
- Soja Joghurt (o.K.)
- Tofu (o.K.)

NAHRUNGSMITTEL (frisch)

- Kartoffeln
- Möhren
- Äpfel
- Orangen
- Bananen
- Toastbrot
- Weissbrot
- Schwarzbrot
- Glutenfreies Brot
- Eier
- Weiskohl / Rotkohl
- Brokkoli
- Blumenkohl
- Zucchini
- Tomaten
- Salat
- Salatgurke
- Ingwer
- Paprika

HYGIENEARTIKEL

- Shampoo
- Taschentücher
- Küchenpapier
- Toilettenpapierrollen
- Müllbeutel
- Körper- und Handseife
- Waschpulver
- Zahnpasta
- Corega Tabs
- Zahnbürste
- Kamm / Bürste
- Deodorant
- Allesreiniger
- Binden
- Inkontinenzwindel
- Tampons
- Einwegrasierer
- Rasierschaum
- Spülmittel
- Spülmaschinentabs

UHT = ultrahocherhitzt

o.K. = ohne Kühlkette

☞ = Dose

getr. = getrocknet

WICHTIG: Max. 10 Artikel, max. 2 Stück pro Artikel, Maximalgewicht einer Bestellung 10kg. Keine Markenauswahl.

ESSEN

- Ein Menü zur Auswahl (Vor-, Haupt- und Nachspeise)

Geben Sie Ihre Bestellung mindestens 48 Stunden im Voraus bis 11:30 auf.

ESCH APOIA OS SEUS CIDADÃOS MAIS VULNERÁVEIS E SOLITÁRIOS

a cidade de Esch-sur-Alzette criou um serviço de assistência para:

- **Residentes de Esch-sur-Alzette**
- com 65 ou + anos de idade **e/ou** pertencendo ao grupo de risco (diabéticos, com doenças cardiovasculares, doenças respiratórias crónicas, cancro, com sistema imunitário enfraquecido devido a doença ou terapia)
- **E** a viver sozinho/a ou isolado/a
- **E** sem família ou parentes que possam auxiliar.

Reúne estas condições?

Em caso afirmativo, entre em contato, para fazer o seu pedido, com o Escher BiBSS – Bureau d'information Besoins Spécifiques Seniors, da Cidade de Esch-sur-Alzette, através do número de telefone 2754-2210, no seguinte horário: de segunda a sexta-feira das 9:00 às 12:00 e das 13:00 às 16:00 ou online.

O pacote « **Alimentos** » permite de encomendar alimentos e de ser livrado ão domicílio. A entrega é limitada e depende dos produtos dos recursos existentes.

Durante este período COVID-19 é possível encomendar uma refeição de entrega ao domicílio. Propomos o seguinte menu composto por uma entrada, um prato principal e uma sobremesa.

Para que se possa processar o seu pedido, devem ser fornecidas as seguintes informações: nome e apelido, número de identificação, morada, número de telefone, endereço de e-mail, e situação familiar.

Pretendendo beneficiar deste programa, deve ser dado consentimento para que os seus dados sejam transmitidos ao fornecedor, ao voluntário que lhe irá entregar os alimentos e ão serviço de faturação da Cidade de Esch-sur-Alzette.

A sua encomenda será entregue, dependendo da disponibilidade, com a maior brevidade possível. A pessoa que fará a entrega deixará as compras na sua casa, mas não entrará, no entanto deve a receção ser sempre validada através de assinatura. A fatura da compra será enviada pelo correio pela Cidade de Esch-sur-Alzette.

Além do pacote « **Alimentos** », você dispõe de uma lista de restaurantes e lojas em Esch onde pode fazer a sua encomenda no link seguinte **hellef.esch.lu**.

Pretendendo beneficiar de outras ajudas, por exemplo, passear o cão, sair o lixo,... entre em contato conosco.

Esch-TV informa:
18:00 Transmissão / 19:00 repetição

PACOTE ALIMENTOS

BEBIDAS

- Sumo de laranja
- Café (moído)
- Chá de camomila
- Chá de menta
- Ché preto
- Ché verde
- Leite (UHT)
- Leite sem lactose (UHT)
- Leite de soja (s.c.d.f.)
- Creme (UHT)

ALIMENTOS (longa duração)

- Massa
- Massa (sem gluten)
- Arroz
- Tostas
- Farinha
- Açúcar
- Geléia
- Compota de maçã
- Cookies de manteiga
- Mel
- Leite de chocolate
- Caldo de cubo
- Sopa enlatada
- Ravioli em conserva
- Azeite
- Azeite oleo de girassol
- Vinagre
- Paté de sardinha
- Sardinhas [☞]
- Cenouras enlatadas
- Conservas de feijão verde
- Cogumelos [☞]
- Macedónia de legumes [☞]
- Molho de tomate
- Knacks
- Carne enlatada
- Purê de batata em pó
- Grão de bico

- Sal
- Pimenta
- Ervas de provence
- Aveia em flocos
- Lentilhas secas
- Feijões secos
- Frutos secos (datas, ameixas, nozes)
- Ervilhas secas
- Pickles
- Levedura seca
- Alho
- Cebolas em pó
- Milho de painço
- Cuscuz
- Margarina
- Fatias de queijo (s.c.d.f.)
- Iogurte de soja (s.c.d.f.)
- Tofu (s.c.d.f.)

ALIMENTOS (fresca)

- Batatas
- Cenouras
- Maçãs
- Laranjas
- Bananas
- Torradas de pão
- Pão branco
- Pão integral
- Pão sem gluten
- Ovos
- Repolho (branco, roxo)
- Brócolis
- Couve-Flor
- Abobrinha
- Tomates
- Salada
- Pepino
- Gengibre
- Pimentos

ITENS DE HIGIENE

- Shampoo
- Lenços
- Papel de cozinha
- Papel higiénico
- Sacos de lixo
- Sabão
- Creme hidratante
- Lavanderia
- Crema dental
- Corega tabs
- Escova de dentes
- Pente / Escova
- Desodorizante
- Detergente para chão
- Pensos higiénicos
- Fralda para incontinência
- Tampões higiénicos
- Lâminas descartáveis
- Espuma de barbear
- Detergente
- Pastilhas da máquina de lavar louça

IMPORTANTE: máximo 10 artigos, máximo 2 peças por artigo, peso máximo de compra 10 kg. Não há opção de marcas.

UHT = ultrapasteurização
s.c.d.f. = sem cadeia de frio
☞ = em conserva

REFEIÇÕES

- menu único à escolha (entrada, prato principal e sobremesa)

As encomendas devem ser feitas com 48 horas de antecedência, antes das 11:30.

ESCH AIUTA I CITTADINI*E VULNERABILI E SOLI*E*

Un servizio di aiuto e d'urgenza organizzato dalla Ville d'Esch-sur-Alzette per le seguenti persone :

- **Residenti a Esch-sur-Alzette**
- **E/o** Anziani*e di 65+ **e/o** vulnerabili (diabete, malattie cardio-vascolari, croniche delle vie respiratorie, cancro, difese immunitarie basse dovute ad una malattia o ad una terapia)
- **E** che vivono da soli*e o isolati*e
- **E** che non hanno famiglia/parenti che possano occuparsi di loro.

Lei soddisfa queste condizioni ?

Se sì, contattate l'Escher BiBSS-Bureau d'Information Besoins Spécifiques Seniors della Ville d'Esch-sur-Alzette al 2754-2210 dal lunedì al venerdì dalle 9:00-12:00 e dalle 13:00-16:00, oppure on-line, per comunicare la Sua richiesta.

Il pacchetto « **viveri** » vi permette di fare l'ordinazione ed essere consegnata*e* a domicilio. Le consegne sono limitate e dipendono dai prodotti e dalle risorse esistenti.

Durante il periodo COVID-19 il pacchetto « **pasti** » Vi propone un piatto a domicilio da riscaldare, menu unico, secondo la formula : Antipasto, primo e dolce. Queste ordinazioni devono essere ricevute con 48 ore di anticipo e prima delle 11:30.

Per trattare il Suo ordine, dovete comunicarci le seguenti informazioni : cognome e nome, matricola, indirizzo, numero di telefono, indirizzo email e situazione familiare. Se desiderate beneficiare di questa offerta di sostegno, date anche il Suo consenso affinché i Sui dati siano comunicati a terzi, come il fornitore, l'addetto alla consegna volontario e al servizio di fatturazione della Ville d'Esch-sur-Alzette.

Il Suo ordine sarà consegnato nel più breve tempo possibile, in funzione della disponibilità . L'addetto alla consegna depositerà la spesa al Suo domicilio, ma non entrerà all'interno. Lei dovete poi certificare con una firma il ricevimento dell'ordine.

La Ville d'Esch-sur-Alzette Le spedisce una fattura dei Suoi acquisti, tramite lettera.

In aggiunta al servizio di aiuto Lei trova, su **hellef.esch.lu**, una lista con i ristoranti e le attività commerciali di Esch, presso i quali Lei può fare l'ordine.

Se Lei a altre necessità, per esempio : portare a passeggio il cane, mettere fuori la spazzatura, sostegno nel fare l'ordinazione... contattateci.

Esch-TV informa:
18:00 Emissione / 19:00 Ripetizione

PACCHETTO DE ALIMENTARI

BIBITE

- Succo d'arancio
- Caffé (macinato)
- Tisana alla camomilla
- Tisana alla menta
- Thè nero
- Thè verde
- Latte (UHT)
- Latte senza lattosio (UHT)
- Latte di soya (s.c.d.f.)
- Crema (UHT)

GENERI ALIMENTARI

(a lunga durata)

- Pasta
- Pasta (senza glutine)
- Riso
- Biscotti
- Farina
- Zucchero
- Marmellata
- Composta di mele
- Biscotti al burro
- Miele
- Cioccolato al latte
- Dadi per brodo (cubetti)
- Zuppa ☞
- Ravioli ☞
- Olio d'oliva
- Olio di semi di girasole
- Aceto
- Paté di sardine
- Sardine ☞
- Carote ☞
- Fagiolini verdi ☞
- Funghi ☞
- Minestra di verdure ☞
- Salsa di pomodoro
- Crostini di pane
- Carne in scatola
- Purè di patate in polvere

- Ceci
- Sale
- Pepe
- Erbe di provenza
- Fiocchi d'avena
- Lenticche secche
- Fagioli secchi
- Frutta secca (Datteri, Prugne, Noci)
- Piselli secchi
- Sottaceti
- Lievito secco
- Aglio in polvere
- Cipolla in polvere
- Miglio
- Cous cous
- Margarina
- Formaggio a fette (s.c.d.f.)
- Yogurt di soya (s.c.d.f.)
- Tofu (s.c.d.f.)

GENERI ALIMENTARI (fresco)

- Patate
- Carote
- Mele
- Arance
- Banane
- Pane per toast
- Pane bianco
- Pane integrale
- Pane senza glutine
- Uova
- Cavolo (bianco, rosso)
- Broccoli
- Cavolfiore
- Zucchine
- Pomodori
- Insalata
- Cetriolo
- Zenzero
- Peperoni

ARTICOLI PER L'IGIENE

- Shampoo
- Fazzolettini di carta
- Carta assorbente da cucina
- Carta igienica
- Sacchetti per spazzatura
- Sapone
- Crema idratante
- Detersivo per lavatrice
- Dentifricio
- Corega tabs
- Spazzolino da denti
- Spazzola per capelli
- Deodorante
- Detersivo per pavimenti
- Salviette igieniche
- Pannolini per incontinenza
- Tamponi
- Rasoi usa e getta
- Schiuma da barba
- Detergente
- Detersivo per i piatti

UHT = a lunga conservazione
s.c.d.f. = senza catena del freddo
☞ = in scatola

Massimo 10 articoli, massimo 2 di ogni articolo, carico massimo degli acquisti 10kg. Nessuna scelta di marca.

PASTI A DOMICILIO

- Un menu unico a scelta (antipasto, primo, dolce)

Queste ordinazioni devono essere ricevute con 48 ore di anticipo e prima delle 11:30.