

4 Leit zu Lëtzebuerg kréien  
all Dag e Schlag - 112 - Zäit = Gehir

5  
JOËR



**BLËTZ 2018**  
a.s.b.l.

**Lëtzebuerger Associatioun  
fir Betreffener  
vun engem Gehirschlag**

Sous le Haut Patronage de Son Altesse Royale la Grande-Duchesse Héritière, Stéphanie

**PORTE OUVERTE**  
**Centre Louis Ganser**  
9, rue Vieille - L-3284 Bettembourg

Courrier: **BLËTZ a.s.b.l.** - 68, rue du Château L-3217 Bettembourg  
Tél.: 621 88 00 88 - [info@bletz.lu](mailto:info@bletz.lu) - [www.bletz.lu](http://www.bletz.lu)

Stroke Alliance For Europe  
The Stroke Patient Voice in Europe

**S·A·F·E**  
Stroke Alliance For Europe



## Was ist die Mission von „Blätz a.s.b.l.“?

Ziel der Vereinigung ist es Personen mit einem Hirnschlag zu helfen. Sie bietet den Betroffenen, ihren Familien und Freunden Hilfe und Unterstützung an.

Sie achtet auf die Integration der Betroffenen in die Gesellschaft, dazu unterstützt sie die Verbesserung der Lebensbedingungen der Betroffenen und ihres Umfelds.

Sie informiert die Öffentlichkeit über die Fragen, die mit Gehirnverletzungen einhergehen und die Bedürfnisse, die sich aus diesen Verletzungen ergeben.

Sie fördert die medizinische und die wissenschaftliche Forschung, die sich diesem Thema widmet.

Die Vereinigung achtet auf strikte ideologische, politische oder religiöse Neutralität.



Claudia Heiderscheid-Landa, Marc Schommer, Karin Magar-Klein, Laurent Van Goidsenoven, Chantal Keller, Guy Frantzen, Josette Wirion-Schmit, Raoul Klapp.

Präsidentin : Chantal KELLER (AVC)  
Sekrétärin : Josette WIRION-SCHMIT (Mann AVC)  
Trésorier : Guy FRANTZEN (Famille AVC)

Comitésmembere :  
Marc SCHOMMER (AVC), Claudia HEIDERSCHIED-LANDA (Mann AVC),  
Karin MAGAR-KLEIN (AVC), Laurent VAN GOIDSENOVEN (AVC),  
Website : Raoul KLAPP (Famille AVC)

## Wissenschaftliches Gremium von Blätz a.s.b.l.

Was versteht man unter „wissenschaftlichem Rat“? Der wissenschaftliche Rat begreift Vertreter verschiedener Berufsverbände, die in unterschiedlichen Sparten, im medizinischen Bereich oder im Bereich der Rehabilitation, tätig sind. Ein Vertreter und eine Ersatzperson werden jeweils von ihren Vereinigungen ausgewählt um ihre Kompetenzen in den Dienst unseres „Blätz“ zu stellen: so organisieren sie in dem vom „Blätz“ bestimmten Rahmen Informationssitzungen und stellen sich den Fragen der Betroffenen .

### Experten für Neurologie:

Dr. Dirk W. Droste CHL, Dr. Michel Hoffmann, CHdN, Dr. Dirk Ulbricht CHEM, Dr. Monique Reiff CHL ( SAFE)

Experte für Neurochirurgie: Dr. Frank Hertel CHL

Experte für Kardiologie: Dr. Jean Beissel CHL

Experte für Rehabilitationsmedizin: Dr. Frédéric Chantraine Rehzenter, Dr Danielle Ledesch-Camus CHdN

### Expertinnen für Orthophonie:

Myriam Kieffer, Renate Bartolini, Tessa Schitter Rehzenter

### Expertinnen für Neuropsychologie:

Anne-Marie Schuller Rehzenter, Michèle Pisani, Patricia Santos CHdN, Vannina Pieri CHL

### Expertinnen für Psychomotorik:

Tilly Jodocy, Josiane Raus-Schmit, Mireille Sarrazin Rehzenter

### Expertinnen für Ergotherapie:

Dorothea Hemmer, Joëlle Kieffer CHEM, Laurent Beer Rehzenter

Expertinnen für Kinesitherapie: Sylvie Jackmuth CHL, Bettina Pratt, Xavier Masson Rehzenter

### Assistentes Sociales:

Yasmine Finck, Monique Gloden, Françoise Schintgen Rehzenter

### Klinik Diätassistentin:

Monica Teixeira Morais, Anne-Liss Borschette

Experte für Musikwissenschaft: Camille Kerger

## Möchten Sie unsere Vereinigung unterstützen?

Werden Sie Mitglied von Blätz a.s.b.l durch Überweisung eines Beitrags von 10 Euro. Durch Überweisung eines Beitrags von mehr als 10 Euro können Sie Gönnermitglied werden. Jeder Beitrag, der 10 Euro überschreitet, kann von den Steuern abgesetzt werden, wenn der Jahresbetrag der allgemeinen Beiträge 120 Euro überschreitet.

**CCPL LU84 1111 7009 1792 0000**

Anmerkung: Eine Veränderung unserer Vereinsstatuten bedingt diese leichte Anpassung: als Vollmitglieder mit Stimmrecht darf fortan nur das Komitee gelten!

# Centre Louis Ganser



**9, rue Vieille**

L-3284  
Bettembourg

(Zugang für Personen mit eingeschränkter Mobilität.  
Grouse Parking nicht der Kirche.)

## Porte ouverte

Samstags von  
10h00-12h00

27.1, 24.2, 24.3, 28.4, 30.6  
7.7, 22.9, 24.11, 15.12

## Konferenzen

13.05 von 10h00-12h00  
im RehaCenter  
30.05 Wiltz

Centre Hospitalier du Nord:  
10, Rue Grande-Duchesse  
L-9515 Wiltz

28.10 ab 16h00 im Bet-  
temburger Schloss

## Generalversammlung

3.02.2018 von 10h00-12h00

## Pétanque

erster Sonntag im Monat  
4.03, 1.04, 6.05, 3.06, 1.07,  
5.08, 2.09, 7.10, 4.11



# Missionen von Blötz a.s.b.l.

**Unterstützung**

**Prävention**



**Forschung**

(S- A- F- E)  
Stroke Alliance for Europe



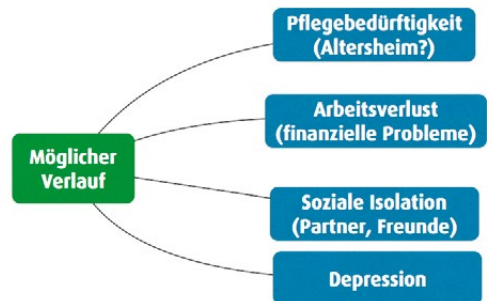
**1400 Personen** erleiden **jedes Jahr** einen Hirnschlag



Quelle: Droste D., Metz R., Hoffmann M., Krüger M., 2004

**Treffpunkt:**  
Centre Louis Ganser 9, rue Vieille L-3284 Bettembourg.

**Gespräch/Beratung nach Vereinbarung:**  
Es besteht die Möglichkeit jeden Montag, von 10 bis 12 Uhr,  
nach Vereinbarung ein Gespräch oder eine Beratung  
anzufordern. Schreiben sie an [info@bletz.lu](mailto:info@bletz.lu)  
oder rufen Sie an unter 621 88 00 88.



**Ein Schlag ändert ALLES – aber das Leben geht WEITER**

## Risikofaktoren

Arterielle Hypertonie  
Blutzuckerspiegel  
Diabetes mellitus  
Cholesterol  
Genetische Vorbelastung  
Stress  
Kokain/Methamphetamine

## Ratschläge

Regelmäßige Kontrolle von:  
den Blutdruck  
Cholesterolspiegel  
Stress vermeiden  
Genetische Vorbelastung  
Nicht Rauchen !  
Keine Drogen konsumieren!

- Unter der Schirmherrschaft Ihrer Königlichen Hoheit Erbgroßherzogin Stéphanie
- Blötz a.s.b.l anerkannt als gemeinnütziger Verein
- Mitglied „Conseil supérieur des personnes handicapées“
- Mitglied „Info-Handicap“
- Stroke Alliance for Europe

The Stroke Alliance for Europe (SAFE) was formed October 2004 in Brussels with a membership of 30 European Stroke Organisations; Austria, Denmark, Finland, France, Germany, Hungary, Ireland, Israel, Italy, Netherlands, Norway, Slovenia, Spain, Sweden, and United Kingdom. Since then Belgium, Czech Republic, Scotland, Portugal, Georgia and **Luxembourg** have joined.

**Die Vereinigung achtet auf strikte ideologische, politische oder religiöse Neutralität.**

### Web Presence



www.bletz.lu

2016 27.622 visitors

2017 2.035.986 visitors



facebook.com/bletzasbl

331 Likes

523 Likes



385 Connections

591 Connections



**Aus Anlass des „Welttag des Schlaganfalls“ vom 29 Oktober 2016, hat die Vereinigung Blötz a.s.b.l ihr Sensibilisierungs-video vorgestellt. Jang LINSTER in Zusammenarbeit mit RTL.**

1. Vorstellung eines Animationskurzfilms, erstellt, geleitet und gnädiger Weise zur Verfügung gestellt von Jang LINSTER, verantwortlich für die Texte, die Musik ( Sänger Noël TANI und Mia CONTER; Musiker Ab VAN GOOR und Marty TOWNSEND) und von freiwilligen Spezialisten erstellte Bilder der „Fabrique d’images“ aus Kehlen ( Rhian JONES und Phil JEFFERY). Es geht darum, dem weiten Publikum die Symptome eines Schlaganfalls nahezulegen und somit zu bewirken, dass schnellstens reagiert wird, wenn diese Symptome erkannt werden. (Präsentation am 29. Oktober im Kontext des „ Welttags des Schlaganfalls“.

2. Erstellen durch RTL ( Danke an Steve SCHMIT und Eric STEICHEN)- von 10 spots, die, im Hinblick auf die Sensibilisierungskampagne und die Vorbereitung unseres Tages des Schlaganfalls, während 10 Tagen ausgestrahlt wurden. Jeder Spot stellt ein Porträt eines Mannes, der einen Schlaganfall erlitten hat, vor. (10 Männer, 1 Schlaganfall, 10 Geschichten). Siehe **www.bletz.lu**

### Ziele für die Zukunft:

Unterstützung

Prävention



**Nachsorgezentrum**  
Ambulante & stationäre  
neurologische Therapie

**Forschung**

(S - A - F - E)

Stroke Alliance for Europe



## Der Schlaganfall

Zu einem Schlaganfall, kommt es, wenn ein gehirnversorgendes Gefäß durch ein Blutgerinnsel verstopft ist (85%-90%) oder wenn ein Gefäß im Gehirn platzt (etwa 10-15% der Fälle). Das minderdurchblutete oder von dem ausgetretenen Blut zusammengedrückte Gehirnnareal funktioniert nicht mehr richtig und es kommt zu meist plötzlich auftretenden Ausfällen.

Gehirngefäßkrankheiten sind die dritthäufigste Todesursache und die Hauptursache erworbener Behinderungen im Großherzogtum. 2001 waren hierauf 12% der Todesfälle zurückzuführen.

Im Großherzogtum Luxemburg treten etwa 4 Schlaganfälle pro Tag auf.

Die häufigsten Symptome sind:

- 1. Muskelschwäche :** Eine plötzlich auftretende Schwäche kann jedes Körperteil betreffen, gewöhnlich aber eine Hand, einen ganzen Arm, ein Bein oder eine Gesichtshälfte. Häufig sind eine Gesichtshälfte, ein Arm und ein Bein derselben Seite betroffen. Nicht selten kommt es dabei zu einem Sturz.
- 2. Gefühlstörung :** Plötzlich auftretendes Taubheitsgefühl oder Kribbeln im Gesicht, in einem Arm oder einem Bein.
- 3. Sprachstörungen :** Plötzlich auftretende Sprach- oder Artikulationsstörungen oder Sprachverständnisschwierigkeiten.
- 4. Sehstörungen :** Plötzlich auftretender Verlust der Sehkraft, vor allem auf einem Auge oder plötzlich auftretende Doppelbilder.

Andere Symptome sind:

- 5. Kopfschmerzen :** Plötzlich auftretende heftigste, noch nie erlebte Kopfschmerzen.
- 6. Gleichgewichtsstörungen :** Plötzlich auftretende Gleichgewichtsstörungen, vor allem, wenn sie von weiteren oben genannten Symptomen begleitet werden.

Der wichtigste Faktor in der Akutbehandlung des Schlaganfalles ist die rasche Zuweisung in eine spezialisierte neurologische Krankeneinrichtung, eine sogenannte Schlaganfallspezialstation oder Stroke Unit. Die rasche Zuweisung in eine Stroke Unit ist von herausragender Bedeutung, da eine Wiedereröffnung eines Gefäßes (Thrombolyse) in der Regel nur innerhalb der ersten 3 Stunden durchgeführt werden kann. Hierdurch kann das Ausmaß des Schlaganfalls vermindert werden. Darüber hinaus können auf einer Stroke Unit ein zweiter Schlaganfall und weitere Komplikationen verhindert werden.

**Die transitorische ischämische Attacke (TIA) = ein Warnschuss**

Die TIA (=vorübergehende Blutleere in einem Teil des Gehirns) oder «kleiner» Schlaganfall dauert Sekunden bis maximal 24 Stunden. Sie darf nicht verharmlost werden, da sie häufig der Vorläufer eines schwereren Schlaganfalls ist. Ein Patient mit einer solchen akuten TIA muss genauso dringend wie ein kompletter Schlaganfall auf einer Stroke Unit behandelt werden.

Die Symptome eines Hirnschlags rechtzeitig erkennen, heißt Leben retten!



Der Mund ist schief.



Ein Arm und/oder ein Bein sind gelähmt.



Sprachstörungen treten auf



Achten Sie auf den Beginn der Symptome. Wird der Betroffene innerhalb der ersten 3 Stunden behandelt, sind die Chancen am größten, daß keine bleibenden Schäden auftreten.

Prof. Dr Dirk W. Droste.

## Richtig Handeln bei Schlaganfall NOTRUF 112

Die Zeichen und Symptome eines Schlaganfalls zu erkennen ist der erste Schritt, schnelle ärztliche Hilfe zu erhalten. Mit jeder Minute, in der der Schlaganfall unbehandelt und somit der Blutfluss zum Gehirn unterbrochen bleibt, verliert der Patient ca. 1,9 Millionen Neuronen im Gehirn. Dies kann bedeuten, dass der Patient möglicherweise das Sprachvermögen, die Motorik, das Gedächtnis und vieles mehr verliert. Das Erkennen der verschiedenen Symptome eines Schlaganfalls hilft, schnell zu handeln und so möglicherweise Leben zu retten. Act FAST !

### F.A.S.T:

**F: Face = Gesicht:** Bitten Sie den Patienten zu lächeln. Ist das Lächeln asymmetrisch?

**A: Arms = Arme:** Bitten Sie den Patienten, beide Arme zu heben. Sinkt ein Arm nach unten?

**S: Speech = Sprache:** Ist die Sprache verwaschen oder komisch?

**T: Time = Zeit:** Erkennen Sie eines dieser Symptome: umgehend 112 wählen !!



### Wichtige Informationen für den Rettungsdienst :

- Genaue Uhrzeit des Beginns der Symptome
- Vorerkrankungen und aktuelle Medikation

### Zwischenzeitlich :

Achten auf freie Atemwege!

Dem Betroffenen nichts zu essen oder zu trinken geben!

Dr Monique Reiff

# PROGRAMM BLÉTZ 2018

## JANUAR

### 27.01.: „Empfehlungen zur Vorbeugung Wiederauftretens eines Schlaganfalls“

10:00 -11:00 Uhr

Die Ernährung spielt eine wesentliche Rolle im Wiederauftreten eines Schlaganfalls. Auf dieser Konferenz wird der Fokus auf schützende Lebensmittel gelegt, sowie Lebensmittel, die Schlaganfall-Risikofaktoren erhöhen. Welche Gewohnheiten und Ernährungsgewohnheiten sollten eingehalten werden? Monica Teixeira Morais, Klinik Diätassistentin am CHEM und

Anne-Liss Borschette, Klinik Diätassistentin am Zentrum für Pädiatrie, Mitglieder des wissenschaftlichen Gremiums der Blézt a.s.b.l.

11:00 -12:00 Uhr

### Singen mit Camille Kerger

Warum nicht mehr sprechen, aber singen? Weshalb gelingt es einem Aphasiker (ohne Sprechvermögen) zu singen? Die gesunde Hirnhälfte (rechte Seite) hilft dem Sprachzentrum (linke Seite)! Singen beeinflusst gleichzeitig mehrere Faktoren, die bei Aphasikern besonders gefördert werden sollen. Durch das Singen werden: Intonation, Prosodie (Betonung) Atmung, Rhythmus, Improvisation und viele weitere Faktoren positiv gestärkt.

„Ich bin Komponist und Sänger, und leitete das INECC (Institut Européen de Chant Choral). Singen ist Medizin um gesund zu bleiben oder es zu werden, das ist für mich die schönste Aufgabe.“ Mitglied des wissenschaftlichen Gremiums von Blézt.

## FEBRUAR

### 3.02.: Generalversammlung

10:00 – 12:00 Uhr

### 24.02.: Erfahrungsaustausch für Betroffene, für Familien, Kinder und Jugendliche geleitet von Psychologen

10:00 -12:00 Uhr

Ziel ist der gegenseitige Austausch von Erfahrungen und Informationen in einem ungezwungenen und geselligen Umfeld, gemeinsam mit erfahrenen Fachkräften. Patricia Santos, Mitglied des wissenschaftlichen Gremiums von Blézt und Aline Becker - Joanne Maas - Neuropsychologinnen im CHdN

## MÄRZ

### 4.3.: Pétanque

10:00 - 12.00 Uhr

Stade John Grün : 1, Route de Remich, L-5650 Mondorf-les-Bains

Dank der freundlichen Unterstützung der Mondorfer Gemeinde und dem Engagement ihres Pétanque clubs ist es der Blézt a.s.b.l möglich, diese sportliche Aktivität anzubieten.

### 24.03.: Schlaganfall & Bluthochdruck

10:00 - 11:00 Uhr

Mitteilung von Dr. S. Steil: „Chefin der Abteilung für Gesundheit im Gesundheitsministerium, laut der weltweiten Gesundheitsorganisation ist Bluthochdruck der erste Risikofaktor für einen Hirnschlag; mit der Zeit kann ein zu hoher Druck des Blutes auf die Gefäße diese verletzen und zu einer Ruptur führen. In Luxemburg leiden ungefähr 30 % der Erwachsenen unter Bluthochdruck. Dieser Prozentsatz ist einer der höchsten in Europa (European Heart Network, 2014). Zwischen 1975 und 2015 hat sich der Prozentsatz der an Hypertonie leidenden Personen verdoppelt. Fast 2/3 der über 60-jährigen Personen, die in Luxemburg wohnen, sind von Bluthochdruck betroffen“. Über die genauen Zusammenhänge zwischen Bluthochdruck und Hirnschlag wird uns Dr Jean Beissel, Kardiologe im CHL, aufklären.

11:00 -12:00 Uhr

### Singen mit Camille Kerger

Warum nicht mehr sprechen, aber singen? Weshalb gelingt es einem Aphasiker (ohne Sprechvermögen) zu singen? Die gesunde Hirnhälfte (rechte Seite) hilft dem Sprachzentrum (linke Seite)! Singen beeinflusst gleichzeitig mehrere Faktoren, die bei Aphasikern besonders gefördert werden sollen. Durch das Singen werden: Intonation, Prosodie (Betonung) Atmung, Rhythmus, Improvisation und viele weitere Faktoren positiv gestärkt.

„Ich bin Komponist und Sänger, und leitete das INECC (Institut Européen de Chant Choral). Singen ist Medizin um gesund zu bleiben oder es zu werden, das ist für mich die schönste Aufgabe.“ Mitglied des wissenschaftlichen Gremiums von Blézt.

## APRIL

### 01.04.: Pétanque

10:00 - 12:00 Uhr

Stade John Grün : 1, Route de Remich, L-5650 Mondorf-les-Bains.

Dank der freundlichen Unterstützung der Mondorfer Gemeinde und dem Engagement ihres Pétanque clubs ist es der Blézt a.s.b.l möglich, diese sportliche Aktivität anzubieten.

### 28.04.: Bewegungstherapie nach Schlaganfall: Bleiben Sie fit!

10:00 -11:00 Uhr

Heute werden wir in der Gruppe, im Sitzen oder im Stehen je nach Ihren Möglichkeiten, Dehnungsübungen sowie leichtes Krafttraining der verschiedenen Muskelgruppen durchführen. Dabei werden die Rumpfmuskulatur sowie die Dysbalance der Muskulatur unser Hauptziel sein. Kleine Gleichgewichtsübungen sowie Lagerungswechsel und Übungen für Zuhause stehen auch auf dem Programm. Die Wichtigkeit eines regelmäßigen Trainings, auch Jahre nach dem Schlaganfall, ist seit langem bewiesen. Sylvie Jackmuth, Physiotherapeutin, Bereich Neurologie/ Stroke- Unit CHL und Bettina Pratt, Physiotherapeutin, spezialisiert auf Neurologie, Mitglieder des luxemburgischen Verbands der Physiotherapeuten und Mitglieder des wissenschaftlichen Gremiums der Blézt a.s.b.l und Hélène Pirenne Physiotherapeutin.

11:00 -12.00 Uhr

Im Rahmen von „**LiteraTour2018**“ findet eine Lesung aus „Man muss ein Kämpfer sein. Das Leben nach einem Schlaganfall“ statt.



## MAI

### 06.05.: Pétanque

10:00 – 12:00 Uhr

Stade John Grün 1, Route de Remich, L-5650 Mondorf-les-Bains

Dank der freundlichen Unterstützung der Mondorfer Gemeinde und dem Engagement ihres Pétanque clubs ist es der Blätz a.s.b.l möglich, diese sportliche Aktivität anzubieten.

### 13.05.: Tag gegen den Schlaganfall

10:00 -12:00 Uhr Rehazenter

1999 wurde zum ersten Mal in Deutschland von der „Stiftung Deutsche Schlaganfallhilfe“ der „Tag gegen den Schlaganfall“ eingeführt. Blätz a.s.b.l organisiert 1x im Jahr zusammen mit der Direktorin des Rehazenters, Dr. Anja Dekant, eine Fortbildung für unterschiedliche Fachgebiete. Im vergangenen Jahr waren es die Physiotherapeuten und dieses Jahr ist die Fortbildung für Ergotherapeuten geplant.

**Am Samstag den 12.05.** findet die Fortbildung für Ergotherapeuten statt.

**Am Sonntag den 13.05** findet eine Konferenz für die Öffentlichkeit von Ergotherapeut Herr Karl-Michael-Haus zum Thema "Funktionelles Alltagstraining" statt. Weitere Details folgen in Kürze

### 30.05.: Informationsveranstaltung

Centre Hospitalier du Nord: 10, Rue Grande - Duchesse Charlotte, L-9515 Wiltz. Informationsveranstaltung zum Thema Schlaganfall 17:00-19:00 Uhr

Programm: Erklärung der medizinischen Aspekte des Hirnschlags, der kognitiven und psychosozialen Konsequenzen für den Betroffenen und seine Familie, der Rolle der Angehörigen, Informationen zu möglichen Hilfeleistungen. Danach gibt es eine Fragerunde und einen Austausch. Die Informationsabende finden in Zusammenarbeit mit den Neurologen, Rehabilitationsärzten und Therapeuten des CHdN und Blätz a.s.b.l. statt.

## JUNI

### 03.06.: Pétanque

10:00 - 12.00 Uhr

Stade John Grün : 1, Route de Remich, L-5650 Mondorf-les-Bains

Dank der freundlichen Unterstützung der Mondorfer Gemeinde und dem Engagement ihres Pétanque clubs ist es der Blätz a.s.b.l möglich, diese sportliche Aktivität anzubieten.

## 30.06.: -----Réagis-----

10:00 – 12:00 Uhr

Réagis ist eine Initiative des Luxembourg Resuscitation Council welche in Zusammenarbeit mit dem Gesundheitsministerium regelmäßige Öffentlichkeitsarbeit zum Thema Herzstillstand außerhalb des Krankenhauses darstellt. Praktischer Kurs zum richtigen Handeln als Ersthelfer bei einer Person, die einen Herzstillstand erlitten hat. Kursus für Anfänger zur Sensibilisierung des Herzstillstandes außerhalb des Krankenhauses: die ersten lebenswichtigen Maßnahmen. Kursleiter: Carlo Claren, als Kranken-Pflegedienstleiter ausgebildet. Sekretär bei Luxembourg Resuscitation Council.

## JULI

### 01.07.: Pétanque

10 :00 – 12 :00 Uhr

Stade John Grün : 1, Route de Remich, L-5650 Mondorf-les-Bains

Dank der freundlichen Unterstützung der Mondorfer Gemeinde und dem Engagement ihres Pétanque clubs ist es der Blätz a.s.b.l möglich, diese sportliche Aktivität anzubieten.

### 07.07.: Vom Schlag getroffen.

Neuropsychologische Folgen und deren Impact auf die Familie.

10:00 -11.00 Uhr

Anne-Marie Schuller, Dr. Dipl. Psychologin SLP / Rehazenter / Université du Luxembourg, Mitglied des wissenschaftlichen Gremiums von Blätz.

11:00 -12:00 Uhr

### Singen mit Camille Kerger

Warum nicht mehr sprechen, aber singen? Weshalb gelingt es einem Aphasiker (ohne Sprechvermögen) zu singen? Die gesunde Hirnhälfte (rechte Seite) hilft dem Sprachzentrum (linke Seite)!

Singen beeinflusst gleichzeitig mehrere Faktoren, die bei Aphasikern besonders gefördert werden sollen. Durch das Singen werden: Intonation, Prosodie (Betonung) Atmung, Rhythmus, Improvisation und viele weitere Faktoren positiv gestärkt. „Ich bin Komponist und Sänger, und leitete das INECC (Institut Européen de Chant Choral, Luxembourg).

Singen ist Medizin um gesund zu bleiben oder es zu werden, das ist für mich die schönste Aufgabe.“ Mitglied des wissenschaftlichen Gremiums von Blätz.

## AUGUST

### 05.08. Pétanque

10 :00 -12.00 Uhr

Stade John Grün : 1, Route de Remich, L-5650 Mondorf-les-Bains

Dank der freundlichen Unterstützung der Mondorfer Gemeinde und dem Engagement ihres Pétanque clubs ist es der Blätz a.s.b.l möglich, diese sportliche Aktivität anzubieten.

## SEPTEMBER

### 02.09.: Pétanque

10:00 -12:00 Uhr

Stade John Grün : 1, Route de Remich, L-5650 Mondorf-les-Bains

Dank der freundlichen Unterstützung der Mondorfer Gemeinde und dem Engagement ihres Pétanque clubs ist es der Blätz a.s.b.l möglich, diese sportliche Aktivität anzubieten.

### 22.09.: Speed-Dating

10:00 - 12:00 Uhr

Gemeinsam lachen, sich austauschen, man ist den Tränen sehr nah und doch würde man es immer mal wieder gern wiederholen. Das ist es, was Speed-Dating ausmacht. Ein Zusammenspiel von Emotionen und Kontaktaufnahme.

Innerhalb von 10 Minuten lernen die Teilnehmer einander kennen und unterhalten sich mit ihrem Gegenüber z.B über: den Urlaub, sportliche Aktivitäten, Krankheiten, Ängste, aber auch über das Lieblossessen, besondere Fähigkeiten, Passionen...

## OKTOBER

### 07.10.: Pétanque

10:00 -12:00 Uhr

Stade John Grün : 1, Route de Remich, L-5650 Mondorf-les-Bains

Dank der freundlichen Unterstützung der Mondorfer Gemeinde und dem Engagement ihres Pétanque clubs ist es der Blätz a.s.b.l möglich, diese sportliche Aktivität anzubieten.

### 28.10.: « WELTTAG DES SCHLAGANFALLS »

16:00 -19:00 Uhr

Château de Bettembourg 13, rue du Château L-3201 Bettembourg

Im Vorfeld wird in der Woche vor dem 28.10 eine Kampagne in Zusammenarbeit mit den Apotheken des Landes stattfinden. Während einer Woche wird in jeder teilnehmenden Apotheke gratis der Blutdruck gemessen. Auch werden dieses Jahr wieder Blätz-éclair verkauft.

Weitere Details folgen in Kürze

## NOVEMBER

### 04.11.: Pétanque

10:00 -12:00 Uhr

Stade John Grün : 1, Route de Remich, L-5650 Mondorf-les-Bains

Dank der freundlichen Unterstützung der Mondorfer Gemeinde und dem Engagement ihres Pétanque clubs ist es der Blätz a.s.b.l möglich, diese sportliche Aktivität anzubieten.

### 24.11.: Schlaganfall-Sprachtherapie, auch noch Jahre danach...

10:00 -11:00 Uhr

Ein Schlaganfall kann die Sprache, das Sprechen, Lesen, Schreiben und Verstehen verändern. Immer noch ist vielen Betroffenen nur unzureichend bekannt, dass Störungen und Probleme im Bereich der Sprachproduktion akut, aber auch noch Jahre später, mit einer orthophonistischen Therapie behandelt und verbessert werden können. Wir möchten über die Sprachtherapie und die begleitende Funktion der Orthophonisten sprechen. Wir bieten auch Raum für Fragen über dieses Thema.

Myriam Kieffer & Renate Bartolini (Orthophonistinnen), Mitglieder des wissenschaftlichen Gremiums von Blätz.

11:00 -12:00 Uhr

### Singen mit Camille Kerger

Warum nicht mehr sprechen, aber singen? Weshalb gelingt es einem Aphasiker (ohne Sprechvermögen) zu singen? Die gesunde Hirnhälfte (rechte Seite) hilft dem Sprachzentrum (linke Seite)! Singen beeinflusst gleichzeitig mehrere Faktoren, die bei Aphasikern besonders gefördert werden sollen. Durch das Singen werden: Intonation, Prosodie (Betonung) Atmung, Rhythmus, Improvisation und viele weitere Faktoren positiv gestärkt.

Ich bin Komponist, Sänger, und leitete das INECC (Institut européen de Chant Choral, Luxembourg. Singen ist Medizin um gesund zu bleiben oder zu werden, das ist für mich die schönste Aufgabe. Mitglied des Wissenschaftlichen Gremiums von Blätz

## DEZEMBER

### 15.12.: Warum Schlaf so wichtig ist!

10:00 -11:00 Uhr

Der Chronobiologe Prof. Achim Kramer von der Charité in Berlin erklärt es so: "Morgenmuffel sind zum Zeitpunkt des Weckens noch in der Tiefschlafphase, empfinden deshalb das Wachwerden als sehr anstrengend." Dahinter steckt eine etwas verlangsamte innere Uhr. Die tickt bei allen Menschen verschieden. Grundsätzlich unterscheidet die Chronobiologie zwischen zwei Typen: den Lerchen und Eulen. "Die Lerchen sind früh aktiv, und die Eulen kommen morgens nur schwer aus den Federn," sagt Kramer. Warum der Schlaf so wichtig ist, erklärt uns Dr. Krüger Michel, Neurologie CHEM.

11:00 -12:00 Uhr

### Singen Camille Kerger

Warum nicht mehr sprechen, aber singen? Weshalb gelingt es einem Aphasiker (ohne Sprechvermögen) zu singen? Die gesunde Hirnhälfte (rechte Seite) hilft dem Sprachzentrum (linke Seite)!

Singen beeinflusst gleichzeitig mehrere Faktoren, die bei Aphasikern besonders gefördert werden sollen. Durch das Singen werden: Intonation, Prosodie (Betonung) Atmung, Rhythmus, Improvisation und viele weitere Faktoren positiv gestärkt.

„Ich bin Komponist und Sänger, und leitete das INECC (Institut Européen de Chant Choral, Luxembourg. Singen ist Medizin um gesund zu bleiben oder es zu werden, das ist für mich die schönste Aufgabe.“ Mitglied des wissenschaftlichen Gremiums von Blätz.



L'ouvrage est publié par Blêtz a.s.b.l. au 2.11.2017  
(Relié ; format A4 ; 204 pages) Prix : 45,00 €  
En vente en librairie et chez Blêtz a.s.b.l.  
par virement au : LU84 1111 7009 1792 0000 ou commande  
en ligne via : <http://bletz.lu/book>  
Paulo Lobo, journaliste / Photographe  
Magazine Wunnen / LuxÉdit sàrl

**YOU HAVE TO BE A FIGHTER !**  
Chantal Keller  
*Life after a stroke*

**É PRECISO SER UM LUTADOR !**  
*A vida depois de um AVC*

**Blêtz a.s.b.l.**  
L'ouvrage est publié par Blêtz a.s.b.l. au 2.11.2017  
(Relié ; format A4 ; 204 pages) Prix : 45,00 €  
En vente en librairie et chez Blêtz a.s.b.l.  
par virement au : LU84 1111 7009 1792 0000 ou commande  
en ligne via : <http://bletz.lu/book>  
Paulo Lobo, journaliste / Photographe  
Magazine Wunnen / LuxÉdit sàrl