



ŒUVRE
Nationale de Secours
Grande-Duchesse Charlotte



LUXEMBOURG
INSTITUTE
OF **HEALTH**
RESEARCH DEDICATED TO LIFE

Projet « Sport-Santé »

13 Janvier 2015
« La Philanthropie », L-3375 Leudelange

M. Pierre Bley

Président de Œuvre Nationale de Secours Grande-Duchesse Charlotte

Pourquoi l'Œuvre Nationale de Secours Grande-Duchesse Charlotte souhaite s'impliquer dans ce projet « **Sport-Santé » ?**

Quels sont les objectifs de l'Œuvre Nationale de Secours Grande-Duchesse Charlotte en matière de promotion de la santé par l'activité physique ?

M. Pierre Bley

Président de Œuvre Nationale de Secours Grande-Duchesse Charlotte

En quoi le Luxembourg Institute of Health est particulièrement adapté pour remplir cette mission de promotion de la santé par l'activité physique ?

Pr Daniel Theisen

Responsable du Laboratoire de Recherche en Médecine du Sport au
Luxembourg Institute of Health

Présentation du projet

Projet « **Sport-Santé** »

Pr Daniel Theisen

Responsable du Laboratoire de Recherche en Médecine du Sport au
Luxembourg Institute of Health

Bénéfices sur la santé



Limite du déclin

Maintien

Amélioration



Exercices vs. Médicaments

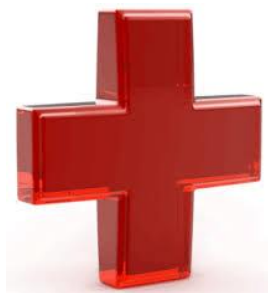


- Démonstré dans la prévention secondaire
- maladies coronariennes
 - rééducation à la suite d'un AVC
 - traitement d'une insuffisance cardiaque
 - prévention du diabète

Bénéfices économiques



Dépenses de santé



Economie : 65-250 €/pers/an

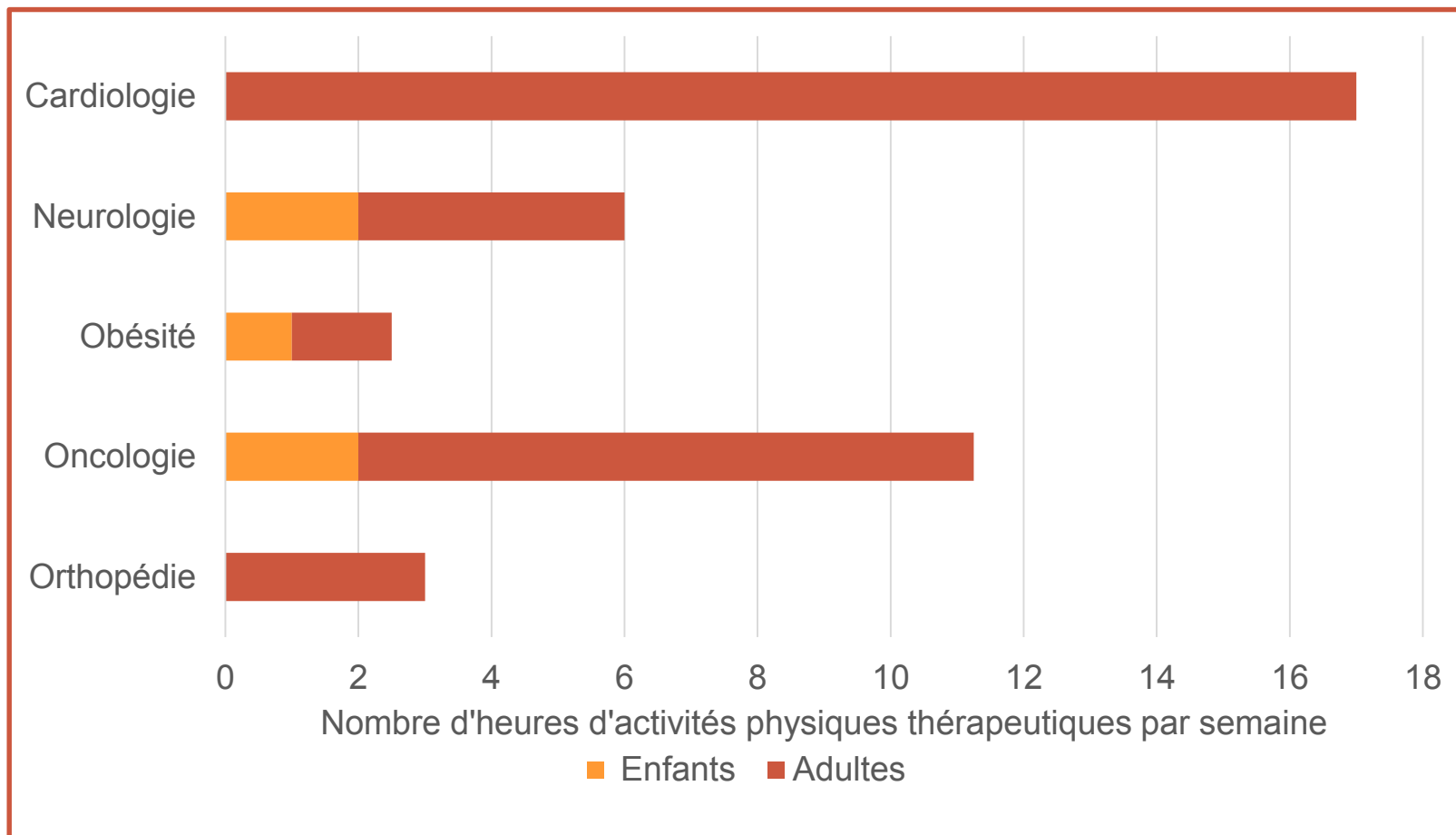
Perte de productivité et absentéisme



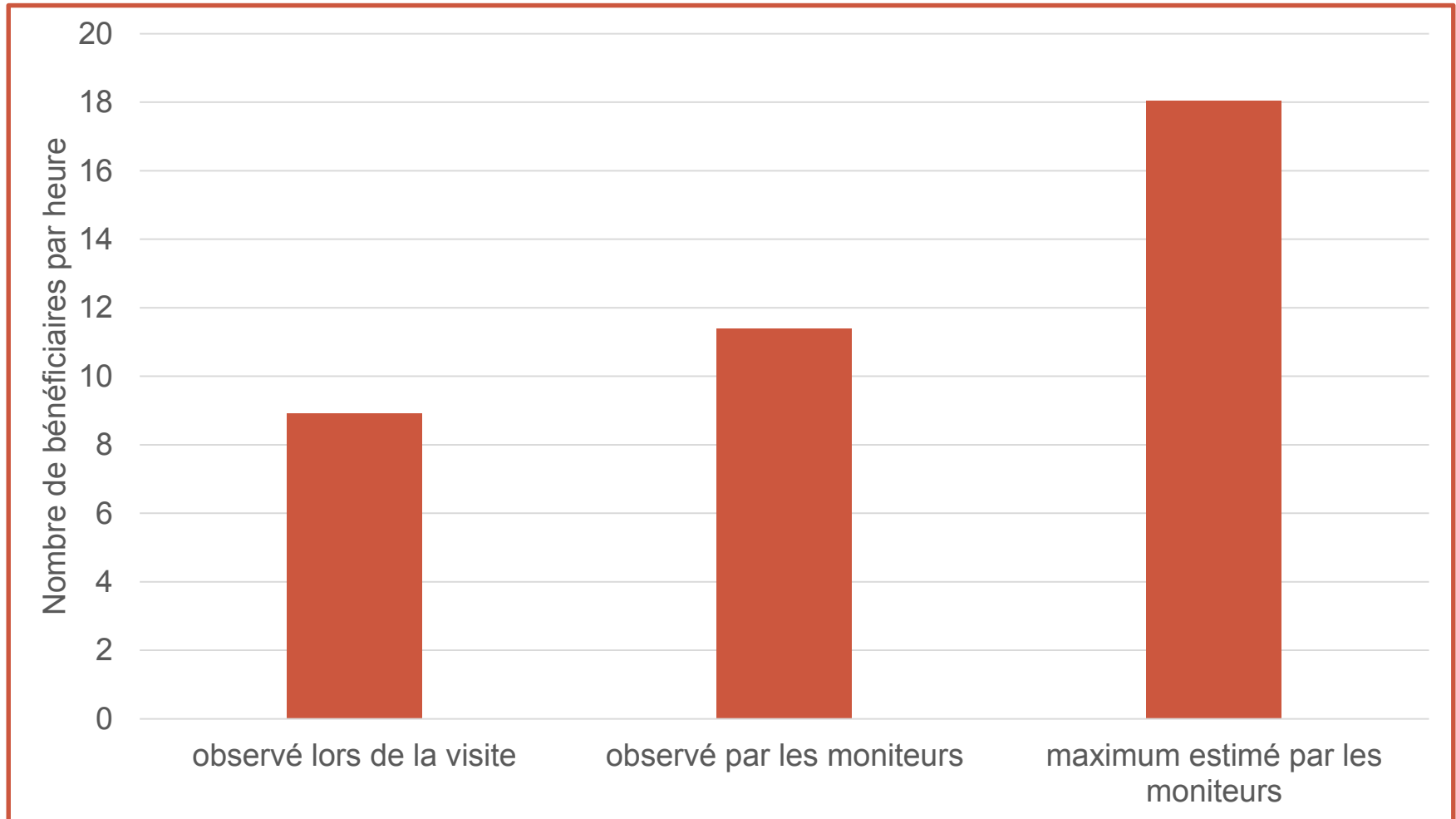
Economie : 200 €/pers/an

État des lieux – Mai 2014

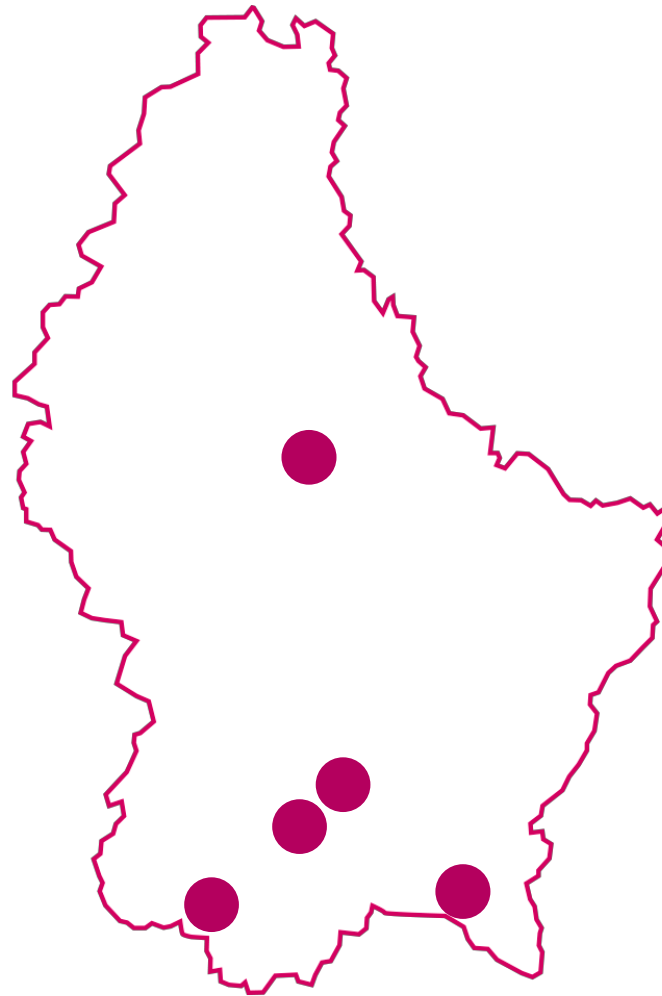
Offre en matière d'activité physique thérapeutique



Participation



Répartition géographique de l'offre



Objectifs

Doubler le nombre de participants



Augmenter l'offre



Pérenniser l'offre



Groupes d'activités physiques thérapeutiques

Maladies cardiovasculaires

Association Luxembourgeoise des Groupes Sportifs pour Cardiaques (ALGSC)



Population ciblée	<ul style="list-style-type: none">- Personnes ayant eu une maladie cardiovasculaire- Personnes avec des facteurs de risque de maladies cardiovasculaires
Types d'activités	<ul style="list-style-type: none">- Gymnastique- Natation- Aquagym- Marche Nordique- Randonnée- Cyclisme
Nombre d'heures	> 17 h/semaine

www.algsc.lu

Groupes d'activités physiques thérapeutiques

Maladies neurologiques et maladies rares

Parkinson Luxembourg



Population ciblée	- Personnes atteintes de la maladie de Parkinson
Types d'activités	- Marche Nordique - Entraînement de type boxe - Danse (Tango) (nouveau) - Gymnastique (nouveau) - Qi-Gong (nouveau)
Nombre d'heures	> 4 h/semaine

www.parkinsonlux.lu

Groupes d'activités physiques thérapeutiques

Maladies neurologiques et maladies rares

Multiple Sclerosis Luxembourg (MS Lux)



Population ciblée	- Personnes atteintes d'un sclérose en plaque
Types d'activités	- Marche Nordique Aquatique
Nombre d'heures	1 h/semaine

www.msweb.lu

Groupes d'activités physiques thérapeutiques

Maladies neurologiques et maladies rares

ALAN Maladies Rares



Population ciblée	- Personnes ayant une maladie rare
Types d'activités	- Aquagym (adultes) - Hydrothérapie (enfants)
Nombre d'heures	2 h/semaine

www.alan.lu

Groupes d'activités physiques thérapeutiques

Obésité

Groupe Sportif Obésité



Population ciblée - Personnes obèses ou en surpoids

Types d'activités - Préparation physique générale

Nombre d'heures 1,5 h/semaine

www.medecinedusport-chl.lu

Groupes d'activités physiques thérapeutiques

Oncologie

Association Luxembourgeoise des Groupes Sportifs Oncologiques (ALGSO)



Population ciblée	- Personnes ayant ou ayant eu un cancer
Types d'activités	- Musculation - Fitness - Gymnastique - Footing - Jeux (enfants - Fondatioun Kriibskrank Kanner)
Nombre d'heures	> 8 h/semaine



www.sportifsoncologiques.lu

Groupes d'activités physiques thérapeutiques

Oncologie

Fondation Cancer



Population ciblée - Personnes ayant ou ayant eu un cancer

Types d'activités - Gymnastique
- Marche Nordique
- Marche Afghane
- Yoga

Nombre d'heures 4 h/semaine

www.cancer.lu

Groupes d'activités physiques thérapeutiques

Oncologie

Europa Donna Luxembourg



Population ciblée	- Personnes ayant ou ayant eu un cancer du sein
Types d'activités	- Yoga
Nombre d'heures	1 h/semaine

www.europadonna.lu

Groupes d'activités physiques thérapeutiques

Orthopédie

1. Luxemburger Hüft- und Kniesportgruppe



Population ciblée	- Personnes ayant une prothèse de hanche - Personnes ayant une prothèse de genou
Types d'activités	- Gymnastique - Marche Nordique
Nombre d'heures	2 h/semaine

www.medecinedusport-chl.lu

Groupes d'activités physiques thérapeutiques

Orthopédie

Luxembourgish Return-to-Play Group



Population ciblée	- Personnes ayant une blessure et souhaitant refaire du sport
Types d'activités	- Préparation physique générale
Nombre d'heures	1,5 h/semaine

www.medecinedusport-chl.lu

Groupes d'activités physiques thérapeutiques

En attente de réponse, d'officialisation ou de création de groupe d'activité physique



Moyens

Campagne de sensibilisation

- Site internet
- Conférences
- Distributions de flyers
- Autres formes de communication

Support pour les groupes existants

- Publicité
- Aide pour trouver des moniteurs
- Aide pour trouver des salles

Création de nouveaux groupes

- Groupe d'activités physiques quelle que soit la pathologie
- Maison « Sport-Santé »

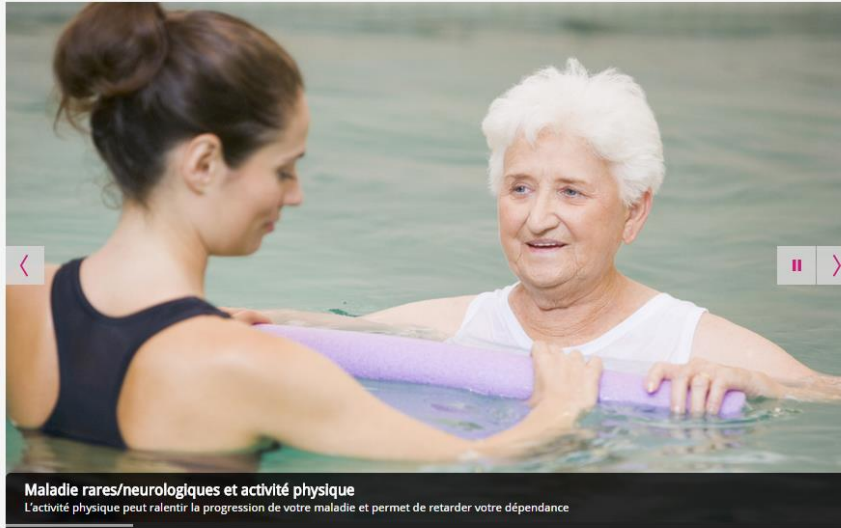
sport santé S

www.sport-sante.lu

Lancement prévu en Mars / Avril 2015

Email : contact@sport-sante.lu

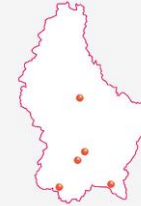
sport santé 



Maladie rares/neurologiques et activité physique

L'activité physique peut ralentir la progression de votre maladie et permet de retarder votre dépendance

Où pratiquer ?



Évènements à venir

01
APR
2015

Physical Activity for Secondary Prevention

15:00 to 16:00

Conférence organisée dans le cadre des colloques de l'Académie Luxembourgeoise de Médecine, Kinésithérapie et Sciences du Sport. Selon l'OMS, l'inactivité physique est le 4e facteur de risque



Maladies Cardiovasculaires

A la suite d'un incident cardiovasculaire, les activités physiques limitent le risque de rechute et augmentent le pronostic vital.

[Read More](#)



Cancer

Les activités physiques sont recommandées pendant et après un cancer. Les recommandations varient selon les types de cancer.

[Read More](#)



Obésité

En dehors de leurs effets limités sur la perte de poids, les activités physiques ont des bénéfices sur la santé réduisant les effets délétères de l'obésité.

[Read More](#)



Maladies Neurologiques/Rares

Les activités physiques ne peuvent pas inverser l'évolution de la plupart des maladies neurologiques/rares mais elles limitent l'atteinte à la qualité de vie.

[Read More](#)



Pathologies orthopédiques

Les activités physiques restaurent la mobilité et limitent l'augmentation de la dépendance. Les exercices doivent être adaptés à chaque pathologie.

[Read More](#)

Physical activity for secondary prevention

Jane S. Thornton, MD, PhD
CHUV, Lausanne, Suisse

1^{er} Avril 2015 – 17h00

Fondation Norbert Metz (Clinique d'Eich)

Conférence organisée dans le cadre des colloques de
l'Académie Luxembourgeoise de Médecine,
Kinésithérapie et Sciences du Sport



Jane Thornton

@JaneSThornton vous suit

MD, PhD (Sports Med), Olympian & World Champion rower for Canada. Now resident doctor in Switzerland and advocate for physical activity as medicine worldwide.

📍 Toronto, CAN / Lausanne, SUI

sport santé 



Questions et interventions du public

Modérateurs :

Dr Anik Sax

Membre du Conseil d'Administration de Œuvre Nationale de
Secours Grande-Duchesse Charlotte

Pr Daniel Theisen

Responsable du Sports Medicine Research Laboratory au
Luxembourg Institute of Health