



## Commission de la Santé, de l'Égalité des chances et des Sports

### Procès-verbal de la réunion du 07 juin 2016

#### Ordre du jour :

1. Divers
2. Uniquement pour le volet Santé:  
6953 Débat d'orientation sur le rapport d'activité de l'Ombudsman 2015  
- Rapporteur : Monsieur David Wagner  
  
- Examen des volets concernant la Santé
3. Approbation du projet de procès-verbal de la réunion du 12 avril 2016
4. Uniquement pour le volet Sport:  
  
Présentation de l'étude «Luxfit» par Dr Daniel Theisen, chercheur en médecine du sport

\*

Présents : M. Marcel Oberweis remplaçant Mme Sylvie Andrich-Duval, Mme Nancy Arendt, M. Gilles Baum, Mme Claudia Dall'Agnol, Mme Tess Burton remplaçant M. Georges Engel, M. Gusty Graas, M. Jean-Marie Halsdorf, Mme Martine Hansen, Mme Cécile Hemmen, Mme Françoise Hetto-Gaasch, M. Alexander Krieps, Mme Josée Lorsché, M. Edy Mertens

M. Romain Schneider, Ministre des Sports

Mme Mariette Hames, M. Robert Thillens, du Ministère des Sports

M. Jean-Claude Schmit, Directeur de la Santé

M. Jean-Paul Bever, Mme Tania Sonnetti, de l'Administration parlementaire

Excusés : Mme Sylvie Andrich-Duval, M. Marc Baum, M. Eugène Berger, M. Georges Engel, Mme Martine Mergen

\*

Présidence : Mme Cécile Hemmen, Présidente de la Commission

\*

## 1. Divers

Rien à signaler sous la rubrique «Divers».

## 2. Uniquement pour le volet Santé :

### 6953 Débat d'orientation sur le rapport d'activité de l'Ombudsman 2015

La Commission examine, en présence du Directeur de la Santé du Ministère de la Santé, le volet du rapport d'activité de l'Ombudsman 2015 concernant l'immigration qui comporte un élément touchant directement le domaine de la santé.

Le Directeur de la Santé traite plus en détail le point concernant la croissance alarmante de réclamations ayant trait aux avis défavorables du médecin-délégué de la Division de l'Inspection sanitaire. En effet, la Médiateure a constaté dans son rapport d'activité 2015 qu'à partir du premier trimestre de l'année 2015, elle a reçu un nombre croissant de réclamations similaires de la part de personnes qui contestent un refus d'octroi ou de renouvellement d'un sursis à l'éloignement ou bien un refus de l'octroi ou de renouvellement d'une autorisation de séjour pour raisons médicales fondés sur des avis défavorables du médecin-délégué de la Division de l'Inspection sanitaire.

Il est à noter que les décisions en matière de sursis à l'éloignement et d'autorisations de séjour pour raisons médicales sont prises par le Ministre de l'Immigration et de l'Asile sur avis motivé du médecin-délégué de la Division de l'Inspection sanitaire de la Direction de la Santé. Cet avis porte sur la nécessité d'une prise en charge médicale, d'éventuelles conséquences médicales d'une exceptionnelle gravité et la possibilité de bénéficier d'un traitement approprié dans le pays vers lequel l'étranger est susceptible d'être éloigné.

Plus particulièrement, un étranger peut bénéficier de ce sursis si les deux conditions cumulatives suivantes sont remplies:

- son état de santé nécessite un traitement qui ne peut lui être refusé sous peine de conséquences graves pour sa santé;
- il prouve que les soins nécessaires ne peuvent lui être prodigués dans le pays vers lequel il risque d'être renvoyé.

La Médiateure s'est interrogée sur les raisons pour lesquelles des personnes qui ont précédemment pu bénéficier d'une telle mesure en raison de leur état de santé déficient sont maintenant renvoyées sur base du même dossier médical.

Selon la Médiateure, de telles décisions pourraient toutefois être admises, si elles étaient dûment justifiées. Mais, en l'occurrence, des explications circonstanciées font défaut dans les avis contestés, et ce même après demande expresse des intéressés ou de leurs mandataires.

Dans leur réunion de ce jour, les membres de la commission sont informés que la Médiateure a eu l'occasion de rencontrer le nouveau Directeur de la Santé dans le cadre d'un dialogue constructif. A cette occasion, le Directeur a présenté des propositions d'amélioration concrètes.

Sur demande de la Médiateure, le nouveau Directeur de la Santé a accepté de réexaminer cinq dossiers de refus d'octroi ou de renouvellement d'un sursis à l'éloignement, étant entendu qu'il s'agissait en l'occurrence d'un traitement favorable, puisqu'une telle procédure de réexamen n'est légalement pas prévue. Il s'est avéré que dans quatre des cinq cas de refus d'octroi ou de renouvellement d'un sursis à l'éloignement les décisions ont été dûment justifiées. Par conséquent, les dispositions légales en cause ont été correctement appliquées. Néanmoins, il a été convenu que dorénavant des justifications plus détaillées seront fournies aux intéressés et que l'accès aux informations requises pour pouvoir analyser le bien-fondé des réclamations en question sera amélioré.

### **3. Approbation du projet de procès-verbal de la réunion du 12 avril 2016**

Le projet de procès-verbal de la réunion du 12 avril 2016 est adopté à l'unanimité.

### **4. Uniquement pour le volet Sport :**

#### **Présentation de l'étude «Luxfit» par Dr Daniel Theisen, chercheur en médecine du sport**

**L'étude «Luxfit» du Dr Daniel Theisen** est l'aboutissement d'un projet-pilote mené au lycée classique de Diekirch (LCD) en 2015 et constitue une évaluation de la condition physique liée à la santé chez les jeunes au Luxembourg.

Telle que définie par l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), la médecine du sport étudie l'impact

- du mouvement, de l'entraînement et des sports, ainsi que
- de l'inactivité sur des personnes en bonne santé et malades de tous âges

afin de fournir des informations décisives en matière de prévention, de thérapie, de rééducation et de pratique sportive.

Les résultats de ces recherches permettent de conseiller les décisionnaires en matière de santé et de sports.

C'est aussi dans ce contexte que se situe **l'étude « Luxfit » du Dr Daniel Theisen**. De par sa composition génétique, l'être humain est prédestiné à être actif. Or, son évolution ne va pas dans le bon sens : de plus en plus sédentaire, de moins en moins enclin à toute activité physique, se nourrissant de manière de plus en plus déséquilibrée (trop de graisses, trop de sucre, etc.), les femmes ou hommes en situation de surpoids, voire en situation d'obésité ont tendance à devenir de plus en plus nombreux. N'étant pas adapté à cela d'un point de vue génétique, l'être humain doit en conséquence adapter son comportement, car la qualité physique dont on dispose à un jeune âge conditionne celle à un âge avancé.

Un suivi (monitoring) de notre forme physique (fitness) s'impose donc et constitue une démarche pertinente. A l'image de ce qui se fait en Belgique (Communauté française de Belgique), le **Laboratoire de Recherche en Médecine du Sport (LRMS) du Luxembourg**

**Institute of Health (LIH)**<sup>1</sup> a voulu établir un baromètre de la condition physique liée à la santé des jeunes au Luxembourg.

A cette fin, le **LRMS** s'est servi d'un échantillon de 200 élèves de la 1<sup>re</sup> année de secondaire - année charnière en quelque sorte - du LCD pour leur faire subir toute une batterie de tests allant de

- mesures de morphologie (taille, poids et indice de masse corporelle, tour de taille, pourcentage de matière grasse) à des
- tests de condition physique (équilibre, vitesse et coordination, flexibilité, force, endurance-force, force explosive, endurance de force, vitesse et agilité, endurance).

Des rapports individuels de chaque élève ont été confectionnés et un certain nombre de résultats ont pu être établis en fonction de différentes variables, du sexe et de l'âge des élèves (**pour le déroulement de l'étude et les résultats obtenus : cf. polycopie distribuée par le Dr Daniel Theisen**).

Alors que les résultats obtenus par le Dr Theisen et son équipe peuvent être considérés comme flatteurs - seuls pour les paramètres de la flexibilité et de l'équilibre (garçons), les résultats sont à interpréter comme inférieurs à la moyenne -, le Dr Theisen ne manque pas de préciser aux membres de la Commission des Sports que ces résultats ne sauraient être représentatifs pour le Grand-Duché, le LCD étant un lycée où l'éducation physique est enseignée d'une façon originale et non comme une matière de second plan<sup>2</sup> à laquelle elle est malheureusement souvent reléguée.

Finalement, le Dr Theisen affirme qu'avec les résultats obtenus, il y a moyen d'établir un baromètre de la condition physique au Luxembourg, du moins parmi les élèves. A l'instar un peu de ce qui se fait déjà en Belgique. Cependant, réaliser un tel baromètre de façon généralisée à travers le pays avec une équipe aussi petite que la sienne - une dizaine de collaborateurs - est impensable. D'où l'idée, développée avec des responsables du Ministère des Sports, d'y associer les écoles et les professeurs d'éducation physique. En organisant une sorte d'atelier avec les professeurs concernés pour leur apprendre la méthodologie, l'évaluation des élèves de la 1<sup>re</sup> année de secondaire - telle qu'elle vient de se faire dans le cadre du projet-pilote que le Dr Theisen a mené à Diekirch - pourrait systématiquement faire partie du programme scolaire de tous les élèves qui intègrent pour la première fois une classe du secondaire. En coordonnant la démarche et en centralisant ainsi les résultats obtenus, le **LRMS** pourrait établir annuellement un rapport en la matière ce qui permettrait non seulement de voir l'évolution de la condition physique des élèves à ce niveau au fil des ans, mais également de mesurer l'incidence d'une politique ciblée pour aboutir à de meilleurs résultats.

---

<sup>1</sup> Le **Laboratoire de Recherche en Médecine du Sport (LRMS) du Luxembourg Institute of Health (LIH)** concentre ses recherches sur l'impact de l'activité et l'inactivité physique sur le corps humain, pour des sujets sains, blessés ou malades. Son but principal est de fournir des informations fiables et proposer de nouvelles solutions pour la prévention, la thérapie et les questions de santé liées aux blessures de sport pour les patients, les athlètes de tous niveaux, les entraîneurs, les physiothérapeutes, les médecins et les décideurs dans le domaine du sport et de la santé publique. Grâce à un partenariat privilégié avec la Clinique du Sport située à Eich du Centre Hospitalier de Luxembourg (CHL), le LRMS a pu développer plusieurs axes de recherche depuis sa création en 2009. Un grand nombre d'autres collaborations ont été formées depuis avec des sociétés scientifiques, des universités et des entreprises privées à travers l'Europe et au-delà.

<sup>2</sup> Pour ce qui est de l'échantillon des 200 élèves étudiés au LCD, le Dr Theisen parle d'une cohorte «sélective» qui ne saurait en aucun cas refléter la situation globale telle qu'elle se présente pour tous les élèves sensiblement du même âge au Luxembourg.

## Echange de vues :

Après la présentation de **l'étude «Luxfit»**, un échange de vues sur les conclusions à tirer de l'étude effectuée a lieu entre le Dr Theisen et les membres de la Commission des Sports, ceci en présence de Monsieur le Ministre des Sports.

Commentant l'étude réalisée, une représentante parlementaire CSV est d'avis qu'il ne s'agit que d'un début et qu'il faut persister pour continuer sur cette voie. Elle se demande par ailleurs s'il ne faut pas déjà procéder de la sorte au niveau de l'école fondamentale, c'est-à-dire réaliser de telles études quand les enfants ont entre 7 et 12 ans, âges qui constituent à ses yeux des âges stratégiques pour leur inculquer qu'une pratique sportive régulière s'impose si l'on veut se sentir bien dans sa peau et rester en bonne santé.

De la part du Dr Theisen, elle aimerait savoir si les professeurs d'éducation physique qui, en temps normal, encadrent et suivent leurs élèves, furent présents lors des tests réalisés par son équipe afin de soutenir et encourager les enfants, ce qui peut constituer une source de motivation supplémentaire pour ces derniers. Une autre question qui la taraude est de savoir pourquoi le Dr Theisen, lors de la présentation de de **l'étude «Luxfit»** aux membres de la commission, a insisté à plusieurs reprises sur le fait que le LCD fonctionne bien. Qu'est-ce qu'il a bien voulu exprimer par-là? Est-ce que cela signifie que dans le LCD, les professeurs d'éducation physique sont plus motivés que dans les autres lycées ou est-ce que cela veut dire qu'au LCD, les professeurs d'éducation physique travaillent plus activement avec les enfants qu'ailleurs ? Est-ce à dire que si **l'étude «Luxfit»** était réalisée dans un autre lycée du pays, les résultats risqueraient d'être beaucoup moins bons ?

Pour finir ses propos, la représentante parlementaire CSV tient à faire savoir à l'assistance qu'elle ne considère pas comme représentative l'étude menée par le Dr Theisen et son équipe sachant qu'à ses yeux, il faut un échantillon beaucoup plus étoffé d'élèves - pour la représentante parlementaire CSV, un échantillon représentatif dans ce cas de figure n'est garanti qu'à partir d'un nombre de 500 élèves - si on veut tirer des conclusions sérieuses relatives à la forme et santé physiques des élèves. En ce qui la concerne, elle n'a pas besoin d'études pour constater que la fitness des élèves au Luxembourg laisse à désirer : il n'y a qu'à se placer devant une école ou un lycée et attendre la sortie des élèves pour comprendre qu'il y a quelque chose qui ne tourne pas rond en la matière.

Dans sa réponse aux interrogations de la représentante parlementaire CSV, le Dr Theisen avoue qu'il a besoin de corriger ce qu'il vient de déclarer au sujet du LCD, à savoir que c'est un lycée qui fonctionne bien. En l'espèce, il s'agit d'un jugement subjectif étant donné qu'il a lui-même fréquenté le LCD et qu'il a fait cette déclaration en comparant son fonctionnement d'aujourd'hui à celui de son époque. Le Dr Theisen avoue cependant qu'il a été épaté par la façon dont les cours d'éducation physique sont organisés au LCD (par exemple à travers une fusion des heures de cours et des infrastructures afin que les élèves puissent profiter un maximum et optimiser le temps passé sur un terrain ou un agrégat sans le dilapider inutilement dans les vestiaires ou le bus pour arriver à bon port).

Pour ce qui est de la question de la présence des professeurs d'éducation physique pendant les tests effectués par l'équipe du Dr Theisen, ce dernier précise que les tests ont eu lieu pendant les heures normales de cours d'éducation physique suivis par les élèves. Les tests ont eu lieu sous la responsabilité des professeurs, même s'ils n'ont pas participé activement aux tests pour ne pas influencer sur leur déroulement et la méthodologie utilisée par l'équipe du Dr Theisen. Si la présence des professeurs d'éducation physique a pu avoir une incidence sur la motivation des élèves et leurs résultats obtenus dans les différentes épreuves du test est difficile à dire.

La même chose vaut pour la question de savoir si les résultats obtenus par les élèves du LCD lors des différentes épreuves du test pouvaient être reproduits par d'autres élèves d'une 1<sup>re</sup> année de secondaire dans n'importe quel autre lycée du pays.

Il revient alors à Monsieur le Ministre des Sports de prendre la parole pour dire que le présent projet-pilote n'a pas été effectué afin de pouvoir affirmer que tout est pour le mieux dans le meilleur des mondes. S'il est vrai qu'au LCD, l'esprit du sport est très développé - déjà du simple fait de l'existence d'une filière C-sport pour les classes de troisième, deuxième et première -, **l'étude «Luxfit» du Dr Daniel Theisen** a cependant permis de confirmer certains principes et certaines choses que l'on soupçonnait déjà depuis un certain temps, à savoir que

- chaque élève devrait faire du sport et y consacrer régulièrement un certain nombre d'heures par semaine;
- les élèves, déjà actifs dans un club, réussissent mieux dans les exercices et les tests effectués,
- l'environnement social joue beaucoup étant donné que la propension des élèves, issus d'un milieu social modeste ou défavorisé, à se consacrer à des activités sportives est beaucoup moins prononcé.

Aux yeux de Monsieur le Ministre des Sports, et alors que le projet-pilote du Dr Daniel Theisen vient de le confirmer, il y a lieu de relever avant tout une chose : là où on accorde une certaine importance au sport, là où le sport est mis à l'avant-plan, que ce soit dans les écoles ou dans d'autres structures, les résultats s'en font immédiatement ressentir.

A la question d'une autre représentante parlementaire CSV de savoir si l'étude faite par le Dr Daniel Theisen a vocation à être renouvelée dans les années à venir, éventuellement en ayant recours à des échantillons plus grands et plus représentatifs, Monsieur le Ministre des Sports répond clairement par l'affirmative. Le budget du Ministère des Sports prévoit d'ailleurs annuellement une certaine somme pour de telles études. Avant de mettre sur pied des programmes pour combattre la sédentarité ou l'inactivité de plus en plus prononcée chez les jeunes, il faut aussi se doter des bons outils pour mesurer tout au long de l'exécution de ces programmes si cette sédentarité ou inactivité régresse ou si elle a au contraire tendance à persister, voire même à progresser.

C'est alors au tour d'une représentante parlementaire déi gréng de prendre la parole et de s'intéresser de plus près aux activités du **Laboratoire de Recherche en Médecine du Sport (LRMS) du Luxembourg Institute of Health (LIH)** en demandant des précisions sur le genre d'études menées par le LRMS et si certaines études ont déjà permis d'aboutir à des conclusions définitives concernant le sport.

Dans sa réponse à la question posée par la représentante parlementaire déi gréng, le Dr Daniel Theisen fait observer que 60% des activités du laboratoire sont financés par le Ministère de l'Enseignement supérieur et de la Recherche et que les 40% restants reposent sur de la recherche contractuelle ou compétitive. En clair, cela veut dire que les thèmes de recherche, contrairement à **l'étude «Luxfit»** qui constitue une évaluation de la condition physique liée à la santé chez les jeunes au Luxembourg, ne relèvent pas toujours du domaine de la santé publique. Une des tâches principales du Dr Theisen consiste donc à décrocher chaque année un certain nombre de contrats permettant de financer les salaires des membres de son équipe. Et de citer en exemple un certain nombre de projets contractés avec des sociétés privées à l'instar de celui que le LRMS a signé avec une société française pour le compte de laquelle le laboratoire essaie de développer un appareil permettant de mesurer la laxité du genou. Un tel appareil pourrait notamment servir dans le domaine de la

rééducation suite à certaines blessures (rupture des ligaments, des tendons etc.) ayant nécessité une intervention chirurgicale et c'est aussi la raison pour laquelle le LRMS travaille en étroite collaboration avec les orthopédistes de la clinique du sport du CHL, située à Eich<sup>3</sup> pour optimiser le processus de la réhabilitation.

Un autre point fort de la recherche effectuée ces dernières années par le LRMS fut constitué, à travers une collaboration avec Décathlon, par la mise au point de chaussures de course à pieds devant permettre aux coureurs, qu'ils soient professionnels ou du dimanche, d'éviter de se blesser en chaussant un matériel inadapté. Les travaux de recherche ainsi menés font régulièrement l'objet de publications dans des revues scientifiques, ce qui fait partie des «key performance indicators» qui ont été assignés au laboratoire. Les résultats de ces recherches sont aussi publiés sur le site Internet du LRMS et peuvent même intéresser le coureur occasionnel sachant que la moitié des 25% de la population au Luxembourg qui dit pratiquer régulièrement le jogging se blesse au moins une fois par an. Grâce aux recherches effectuées par le LRMS, il a pu être prouvé scientifiquement que le risque de blessure diminue sensiblement si le coureur n'utilise pas toujours les mêmes chaussures de course, mais les alterne régulièrement.

Par ailleurs et grâce à une collaboration avec le Ministère des Sports, le LRMS a pu mettre sur les fonds baptismaux la plateforme TIPPS (Training and Injury Prevention Platform for Sports)<sup>4</sup>, offrant à tout un chacun la possibilité d'établir un compte personnel pour contrôler son activité physique.

Une autre question émanant de la représentante parlementaire déi gréng concerne la stratégie interministérielle «Gesond iessen - Méi bewegen» (GIMB) qui vient de fêter son 10<sup>e</sup> anniversaire<sup>5</sup>. Est-ce qu'il existe entre-temps une évaluation de cette stratégie et si non, ne

---

<sup>3</sup> La clinique du sport du CHL, située sur le site CHL Eich, est née de l'étroite collaboration entre la médecine du sport et l'orthopédie / traumatologie. Elle intègre également la médecine physique et de rééducation, la rhumatologie ainsi que la kinésithérapie du sport. Ses activités se distinguent par un travail d'équipe interdisciplinaire centré autour du sportif et des patients exerçant une activité physique en coordonnant un grand nombre de médecins de différentes spécialités et de 5 physiothérapeutes.

<sup>4</sup> Comment savoir si votre pratique physique et sportive est suffisante pour maintenir votre capital santé ? En d'autres mots, est-il possible de tenir une comptabilité de vos activités ainsi que de votre état de santé. La réponse est «OUI», grâce à un programme informatique (TIPPS) mis au point par les experts du Laboratoire de Recherche en Médecine du Sport du Luxembourg Institute of Health (LIH). Il s'agit d'un agenda sportif électronique accessible gratuitement via Internet, destiné aussi bien au débutant qu'au sportif de haut niveau. Il permet l'encodage au jour le jour des données relatives à la pratique d'activité physique, mais également à l'état de santé de la personne (douleurs, blessures, maladies).

<sup>5</sup> C'est en juillet 2006 que le plan d'action national interministériel «Gesond iessen - Méi bewegen» a été lancé au Grand-Duché, son principal objectif étant de combattre la problématique croissante de l'obésité et de la sédentarité (manque d'activité physique) dans la population en général et auprès des enfants et adolescents en particulier.

En effet, ces fléaux de la société moderne peuvent avoir de lourdes conséquences pour la santé: maladies cardio-vasculaires, diabète, ostéoporose, différents types de cancer, etc. Au Luxembourg, près de 15,6% des adultes et 5,8% des enfants âgés entre 6 et 12 ans sont considérés comme obèses et 14,2% des enfants sont évalués comme étant en surpoids. Néanmoins, le surpoids et l'obésité, aussi bien que les maladies non transmissibles qui les accompagnent, sont dans une grande mesure évitables.

La sédentarité est considérée comme le quatrième facteur de risque de décès dans le monde (6%). On estime par ailleurs qu'elle est la cause principale de 21 à 25% des cancers du sein ou du colon, de 27% des cas de diabète et d'environ 30% des cas de cardiopathie ischémique.

faudrait-il pas qu'elle soit faite par un laboratoire tel que le LRMS ? Par ailleurs, qu'en est-il des projets-pilotes qui ont été initiés avec cinq communes devant permettre de mieux coupler le sport aux études ? Il fut toujours question de continuer dans cette direction, c'est-à-dire d'étendre ces projets-pilotes si jamais ils allaient s'avérer payants. Là aussi, la représentante parlementaire déi gréng pose la question de savoir si un bilan a déjà pu être dressé ?

Monsieur le Ministre des Sports rappelle que l'initiative «Gesond iessen - Méi bewegen» (GIMB) a été mis sur les rails en 2006 avant d'être étendue en une initiative nationale en 2009. Tous les domaines, tous les axes couverts par GIMB sont en train d'être évalués de même que les projets-pilotes qui ont été initiés avec cinq communes devant permettre de mieux coupler le sport aux études. Il est prévu que le Ministère des Sports, en compagnie des autres ministères impliqués (Ministère de la Santé, Ministère de l'Education nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse), fasse un bilan de l'initiative qui vient de fêter son 10<sup>e</sup> anniversaire, y compris pour faire le point sur ce qui a bien marché comme sur ce qui est susceptible d'être amélioré. En toute transparence, ce bilan sera présenté au grand public et en fonction des constats dressés, il faudra peut-être recadrer le tout en y associant suffisamment de partenaires. Car en tant que seul acteur derrière une telle initiative, le Ministère des Sports ne pourra pas faire grand-chose. Tant par les programmes couverts par l'initiative GIMB que par l'ampleur des moyens financiers que l'on doit y consacrer, il serait souhaitable d'impliquer un maximum de ministères.

Un représentant parlementaire CSV constate que les efforts déployés par les différentes instances pour mieux connaître la forme physique des jeunes dans nos lycées et les rendre attentifs au fait qu'une activité physique régulière peut s'avérer bénéfique pour leur état de santé futur - il est bien vérifié que la qualité physique dont on dispose à un jeune âge conditionne celle à un âge avancé - sont réels. Toutefois, et à l'image de ce qui est le cas dans le domaine de la santé publique au Luxembourg, les autorités ne peuvent que très rarement se référer à des statistiques fiables pour mesurer par après l'impact de la politique qu'elles définissent. D'où l'invitation lancée par le représentant parlementaire CSV aux responsables du ministère des Sports de prendre encore davantage les devants pour agir d'une façon plus volontariste et concrète.

Monsieur le Ministre des Sports acquiesce aux propos de l'intervenant qui vient de le précéder. A l'instar de ce que vient de déclarer le représentant parlementaire CSV, Monsieur le Ministre est d'accord pour dire qu'en ce qui concerne la forme physique et une activité physique régulière de la part des jeunes en général, il revient au Ministère des Sports de prendre le « lead » et d'y associer - par le biais d'une approche horizontale - d'autres ministères. L'orateur attire l'attention du représentant parlementaire CSV sur le fait que son ministère, en collaborant étroitement avec celui de l'Education nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse, a réussi à mettre sur pied un certain nombre de projets intéressants destinés à thématiser l'importance d'une activité physique régulière chez les jeunes. Et de lui rappeler que pas plus tard que demain, son homologue du ministère précité présentera à la presse le projet « pionnier » : **«Bewegte Schule und Maison relais»** (écoles et maisons relais en mouvement)<sup>6</sup> qui, en dehors du cours d'éducation physique, introduira l'activité physique

---

L'activité physique pratiquée de manière régulière et adaptée par un adulte réduit le risque d'hypertension, de cardiopathies coronariennes, d'accident vasculaire cérébral, de diabète, de cancer du sein et du colon, de dépression et de chute; améliore l'état des os et la santé fonctionnelle; et est un déterminant clé de la dépense énergétique, et donc fondamental pour l'équilibre énergétique et le contrôle du poids.

<sup>6</sup> Il s'agit d'introduire des pauses «actives» ou des exercices de relaxation dans le quotidien scolaire, pendant quelques minutes plusieurs fois par jour, mais aussi d'inclure le mouvement à part entière dans l'apprentissage (lire en marchant, apprendre son vocabulaire dans l'escalier, décliner les verbes

dans les salles de classe et dans les maisons relais à raison de 15 à 20 minutes par jour. Aux yeux de Monsieur le Ministre des Sports, il s'agit de promouvoir de telles initiatives et d'aller dans cette direction. C'est aussi dans ce cadre que le Ministère des Sports entend dorénavant équiper systématiquement toutes les nouvelles installations sportives ainsi que des équipements déjà existants de salles de motricité afin d'inciter les jeunes à adopter les bons gestes et à prendre goût à l'effort et l'activité physique.

En relation avec l'activité et la forme physique affichées par les jeunes, un deuxième représentant parlementaire CSV profite de l'occasion pour s'enquérir auprès du Dr Theisen des raisons qui font qu'un certain nombre de jeunes souhaitant entrer ou entamer une carrière dans les forces armées luxembourgeoises échoue régulièrement aux tests physiques qui leur sont imposés.

Dans sa réponse, le Dr Theisen fait observer que le problème qui se pose en relation avec les tests physiques pour entrer dans l'armée trouve notamment son origine dans le fait que nombre de jeunes qui s'y essaient ont, d'un point de vue professionnel, déjà tout essayé ou presque et n'ont jamais connu le succès escompté. Entre-temps, le LRMS a aussi entamé une collaboration avec le Ministère des Affaires étrangères et européennes (Direction de la Défense) afin d'analyser pourquoi tant de jeunes se blessent en subissant ces tests. Et de préciser que s'ils ne se blessent pas pendant les tests physiques pour entrer dans l'armée, ils contractent pas mal de petits bobos ou blessures une fois y admis. Ceci est dû au fait que les jeunes d'aujourd'hui ne disposent plus de la constitution physique dont disposaient encore leurs aînés quand ils étaient jeunes, du temps où ceux-ci enfourchaient encore à longueur de journée une bicyclette, couraient derrière un ballon ou grimpaient sur les arbres et ne rentraient qu'à la maison que lorsqu'ils avaient faim. L'environnement des jeunes d'aujourd'hui est tel qu'ils ne sont plus incités à produire un effort physique ce qui se fait ressentir sur leur état corporel. Au lieu de monter les escaliers, ils prennent l'ascenseur, au lieu d'aller à pied et marcher, ils prennent le bus. Ils ne se déplacent plus en vélo qu'à la faveur d'une piste cyclable.

Dès lors, comment faire en sorte que les jeunes deviennent de nouveau plus actifs et aient envie de bouger? Aux yeux du Dr Daniel Theisen, ce ne sont pas deux ou trois heures d'éducation physique à l'école qui feront que les jeunes deviennent plus actifs. Par contre, ce qu'il faut, c'est qu'à travers l'éducation physique dispensée à l'école, les jeunes prennent de nouveau goût à la motricité, aient envie de s'activer physiquement de façon à ce que cela

---

en chantant...). Le mobilier peut aussi être adapté, avec des ballons ergonomiques pour remplacer parfois la chaise, un matelas pour ceux qui veulent lire couchés, un grand tapis où se réunir.

De par la mise en œuvre de ce projet dans les maisons relais et l'école fondamentale, non seulement la santé des enfants est censée s'améliorer, mais aussi leurs capacités cognitives et donc leurs résultats scolaires. Une étude allemande a en effet montré que chez les élèves qui pratiquent une activité physique soutenue pendant la récréation et bougent en classe, la concentration augmente nettement au fil des heures de cours. Chez les enfants qui ne profitent pas de cette opportunité, la concentration baisse continuellement au cours de la journée scolaire.

À partir de ce constat, le projet-pilote «Bewegte Schule und Maison relais» a été lancé en 2014, dans les écoles des communes de **Fischbach (Angelsberg), Larochette et Nommern**. Il s'inscrit dans le cadre du plan national «**Gesond iessen, méi bewegen**» (Manger sainement, bouger plus) mis en place en 2006 par les ministères de l'Éducation nationale, de la Famille, de la Santé et des Sports pour sensibiliser les jeunes à une bonne alimentation et à l'activité physique.

Dès la rentrée 2016-2017, le projet-pilote sera élargi à **sept écoles supplémentaires (dix au total)** dans le 17<sup>e</sup> arrondissement de l'enseignement fondamental : Bissen, Boevange/Attert, Lintgen, Lorentzweiler, Mersch, Saeul et Vichten. Quelque 2.500 élèves profiteront ainsi de ces écoles et maisons relais en mouvement.

leur fasse plaisir et les incite à s'inscrire dans un club. Ce travail d'incitation, de procurer du plaisir doit déjà se faire dès le plus jeune âge, au niveau des maisons relais ou d'autres structures d'accueil des enfants. Et c'est ensuite que les infrastructures pour pratiquer du sport doivent prendre le relais.

Ce qui procure beaucoup de satisfaction au Dr Theisen à l'heure qu'il est, c'est que la prise de conscience d'une activité physique régulière s'est enfin installée dans la tête de beaucoup de gens vivant au Luxembourg. L'initiative «Gesond iessen - Méi bewegen» (GIMB) y est certainement pour beaucoup. Ce qui importe, ce ne sont pas les résultats immédiats de cette initiative qui n'a vu le jour qu'en 2006 et dont les fruits - il ne faut pas se voiler la face en ce sens - ne seront pas récoltés avant une génération. Ce qui compte avant tout, c'est que la nécessité de s'activer, de bouger et de veiller à se nourrir sainement et d'une façon équilibrée ait enfin pu être thématisée et que l'activité physique soit désormais considérée comme une valeur sociétale. Les acteurs politiques (Ministère des Sports, Ministère de la Santé, ministère de l'Education nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse, Ministère de la Famille) doivent donc capitaliser sur cette prise de conscience, sur cet élan pour véhiculer les bons messages et donner de la consistance à ce nouvel élan.

Dans le contexte que l'éducation physique enseignée à l'école est censée enthousiasmer les jeunes et éveiller en eux le désir de s'activer, une représentante parlementaire LSAP affirme qu'il lui a été rapporté à plusieurs reprises déjà que l'enseignement de l'éducation physique à l'école fondamentale pose problème dans le sens où beaucoup de maîtresses ou maîtres d'école qui enseignent cette matière sont complètement démotivés pour le faire ou, pire encore, s'en fichent. Si l'on ne peut certainement pas mettre tout le monde dans le même sac, la représentante parlementaire LSAP qualifie toutefois l'attitude des enseignants qui se comportent de la sorte comme décevante. Si celles et ceux censés enchanter les enfants en leur faisant part de leur flamme pour la motricité et l'activité physique se révèlent défaillants, sommes-nous alors en droit de blâmer les jeunes qui passent leur temps devant les écrans et optent pour la sédentarité ? Concernant les maisons relais - et ayant déjà pu faire cette expérience dans sa propre commune -, elle dit pouvoir constater que les choses ne se passent heureusement pas de la sorte, étant donné que la Ligue des Associations Sportives de l'Enseignement Primaire (Lasep) s'active énormément afin de recruter le personnel qu'il faut pour véhiculer les bons gestes de la motricité aux enfants dès leur plus jeune âge et les passionner ainsi pour l'activité physique.

Dans ce cadre, une représentante parlementaire CSV évoque le projet «Gutt drop», un projet consacré au sport et à la motricité, initié par la commune de Junglinster en collaboration avec le Ministère des Sports dont le but est de soutenir les enfants de 3-4 ans dans leurs besoins de mouvement et de développement, de renforcer la musculature, l'esprit d'équipe, la coordination et la condition. Il s'agit aussi de surmonter ses peurs et de trouver ses limites. Ce projet est littéralement sollicité par les enfants et leurs parents et rencontre leur faveur.

Dans sa réaction à ces interventions, Monsieur le Ministre des Sports se dit heureux d'entendre que ce genre de projet, initié par ses services avec la commune de Junglinster, trouve une grande adhésion parmi les enfants et leurs parents. Il rend d'ailleurs attentif au fait que d'autres projets de ce genre ont été initiés dans diverses communes à travers le pays (notamment les communes de Mersch, Rédange-sur-Attert, Mondercange, etc.). Tous ont connu un grand succès à l'exception d'un seul qui fut la victime de rivalités internes entre personnels devant s'en occuper.

Monsieur le Ministre des Sports profite de son intervention pour véhiculer un certain nombre d'autres messages à ce sujet aux membres de la Commission des Sports de la Chambre :

- durant la Présidence luxembourgeoise de l'Union européenne (UE) et sous l'impulsion des responsables luxembourgeois, les Ministres des Sports de l'UE ont adopté à l'unanimité les conclusions du Conseil sur la promotion de l'activité motrice, physique et sportive chez les enfants en bas âge (entre 0 et 5 ans), en soulignant à cet égard l'importance d'une collaboration de tous les acteurs : écoles, clubs sportifs, autorités locales et famille. Monsieur le Ministre croit pouvoir affirmer que l'importance d'une telle activité a aussi pu être thématiquée et diffusée auprès de la population et que les communes, les différentes fédérations sportives, les clubs et le COSL y ont grandement contribué;
- dans ce contexte, le Commissaire du Gouvernement à l'Education Physique et aux Sports a pu rencontrer le Collège des inspecteurs d'école pour discuter de l'importance de cette promotion de l'activité motrice, physique et sportive chez les enfants auprès des enseignants pour que ces derniers puissent l'appliquer dans leur travail quotidien avec les enfants;
- les clubs semblent avoir pris conscience de l'importance de la qualification adéquate de leurs entraîneurs et personnel de formation pour véhiculer le goût de la pratique sportive aux enfants tout en bénéficiant un maximum de leurs expertise et conseils;
- pour ce qui est des maisons relais, les services du Ministère des Sports participent désormais pleinement à l'élaboration de leur concept et infrastructure. Dans chaque commune, et dans la mesure du possible, il est veillé à l'installation d'une relation triangulaire entre écoles / centre d'accueil, maisons relais, crèches / infrastructures sportives afin de réduire à un minimum les distances qu'il faut parcourir entre les différentes entités. Une telle relation ne peut s'établir que si les communes disposent des terrains nécessaires à sa réalisation. Le temps dévolu aux enfants pour se consacrer à une activité motrice, physique et sportive peut ainsi être optimisé. A quoi peuvent servir les meilleures infrastructures et installations si on perd un temps fou pour s'y rendre en bus?

Prenant appui sur le dernier point évoqué par Monsieur le Ministre, une représentante parlementaire déi gréng intervient pour qu'on n'oublie pas le précoce dans toute cette affaire. Les enfants de 0 à 3 ans fréquentant le précoce sont souvent assis dans des bancs d'école au lieu de profiter de l'espace et de se déplacer à souhait dans les salles qui leur sont mis à disposition. Dans le même ordre d'idées, une représentante parlementaire LSAP attire l'attention sur le fait que de nombreux enfants dans l'école fondamentale souffrent déjà aujourd'hui de maux de dos.

Prenant position par rapport à tout ce qui vient d'être dit par les membres de la Commission des Sports, le Dr Theisen ne manque pas de souligner encore une fois qu'en dehors des infrastructures, un accent particulier doit être mis sur la qualité de la formation des enseignants de l'école primaire et du personnel encadrant dans les clubs et maisons relais. Et de rappeler qu'il y a quelques années, l'Université du Luxembourg, en charge de la formation des enseignants de l'école primaire, avait décidé de ne plus leur enseigner l'éducation physique et le sport que comme matière optionnelle. Chose dramatique aux yeux du Dr Theisen qui prie les députés de s'assurer que pareille chose ne se reproduise plus. Il est de la responsabilité du législateur de veiller à ce que, dans la formation des futurs enseignants, une place de choix soit réservée à l'enseignement de l'éducation physique ou à l'enseignement de méthodes alternatives liées à la motricité et l'activité physique.

Le mot de la fin revient finalement à Monsieur le Ministre des Sports qui annonce aux députés que dorénavant, et à l'instar de ce qui se fait en matière de mobilité, une semaine européenne du sport sera organisée annuellement. Lancée l'année dernière, cette semaine

du sport devrait se tenir cette année du 23 au 30 septembre et à partir de 2017, une plage fixe devrait lui revenir dans le calendrier.

Luxembourg, le 7 juin 2016

Le Secrétaire-administrateur,  
Jean-Paul Bever

La Présidente,  
Cécile Hemmen

Le Secrétaire-administrateur,  
Tania Sonnetti



**LuxFit**

ÉVALUATION DE LA CONDITION PHYSIQUE LIÉE À LA SANTÉ CHEZ LES JEUNES AU LUXEMBOURG - PROJET PILOTE AU LCD (2015)

Lëtzebuerg, den 7. Juni 2016

LUXEMBOURG INSTITUTE OF HEALTH

LE GOUVERNEMENT DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG  
Ministère des Sports

Prof. Daniel Nassis, PhD  
Sports-Medicine Research Laboratory  
Luxembourg Institute of Health

---

---

---

---

---

---

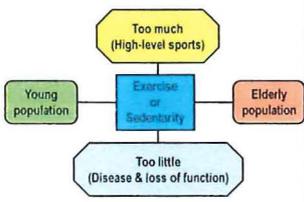
---

---

LUXEMBOURG INSTITUTE OF HEALTH

### Recherche en médecine du sport

Analyse l'influence du mouvement, de l'entraînement et du sport ainsi que de l'inactivité sur les personnes en bonne santé et malades de tout âge afin de fournir les renseignements utiles à la prévention, la thérapie, la réhabilitation ainsi que le sport.



```
graph TD; Y[Young population] --- E[Exercise or Sedentarity]; E --- O[Older population]; E --- T1{{Too much (High-level sports)}}; E --- T2{{Too little (Disease & loss of function)}}; T1 --- G[= general research interests]; T2 --- G;
```

= general research interests

---

---

---

---

---

---

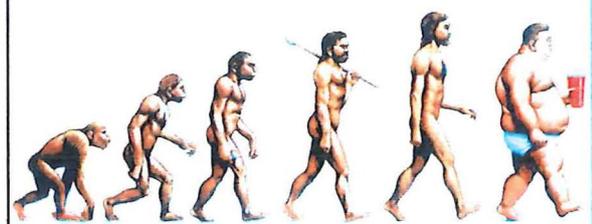
---

---

LUXEMBOURG INSTITUTE OF HEALTH

### Evolution humaine

Introduction



Maladaptation génétique – ou plutôt comportementale

---

---

---

---

---

---

---

---

**LUXEMBOURG INSTITUTE OF HEALTH**

## Importance de la condition physique

**Introduction**

**Condition physique**  
Indicateur de la santé  
Liée à cond. cardioresp., obésité, diabète, santé mentale

**Activité physique régulière**  
Risque de maladies cardiovasculaires, cancer

**Qualités physiques des enfants**  
= condition physique à l'âge adulte

**Le monitoring de la fitness est une démarche pertinente**



---

---

---

---

---

---

---

---

**LUXEMBOURG INSTITUTE OF HEALTH**

## Evaluation de la condition physique

**Luxembourg: 2006, 2010**

**Cf Belgique: 1994, 2004, 2013**



---

---

---

---

---

---

---

---

**LUXEMBOURG INSTITUTE OF HEALTH**

## Objectifs de l'étude

**Introduction**

**Objectif général :**  
Evaluation de la condition physique liée à la santé des jeunes au Luxembourg

**Objectif spécifique :**  
Etude de faisabilité – application de la batterie de test **EUROFIT** au **LCD** sur un échantillon de 200 élèves (**1<sup>re</sup> année de secondaire**)

**Intention :**  
Outil à la détermination de la politique destinée à ce groupe cible dans le domaine du sport et de la santé



---

---

---

---

---

---

---

---

**LUXEMBOURG INSTITUTE OF HEALTH**

### Tests (1): Mesures de morphologie

Méthodes

Taille, poids et IMC



Tour de taille



Pourcentage de masse grasse



---

---

---

---

---

---

---

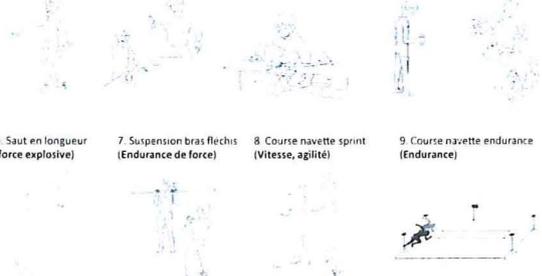
---

**LUXEMBOURG INSTITUTE OF HEALTH**

### Tests (2): Tests de condition physique

Méthodes

1. Flamingo (Equilibre)
2. Frappe de Plaques (Vitesse, coordination)
3. Flexion tronc avant (Flexibilité)
4. Dynamometrie man (Force)
5. Sit-ups (Endurance-force)
6. Saut en longueur (force explosive)
7. Suspension bras fléchis (Endurance de force)
8. Course navette sprint (Vitesse, agilité)
9. Course navette endurance (Endurance)




---

---

---

---

---

---

---

---

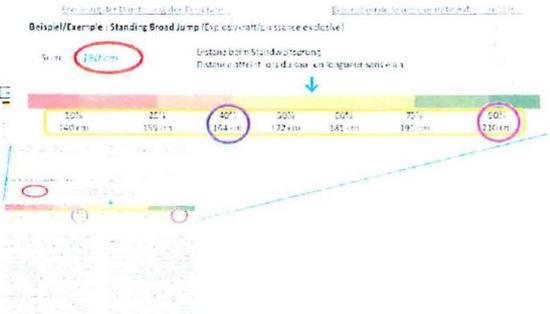
**LUXEMBOURG INSTITUTE OF HEALTH**

### Feedback aux concernés

Méthode

Beispiel/Exemple : Standing Broad Jump (Explosivkraft / force explosive)

Gründe beim Standardsprung (Gründe nicht auf das Bein, ein Sprung vorwärts)



Performance Level	Distance (cm)
10%	140 cm
20%	155 cm
40%	164 cm
50%	172 cm
60%	181 cm
70%	190 cm
80%	210 cm

---

---

---

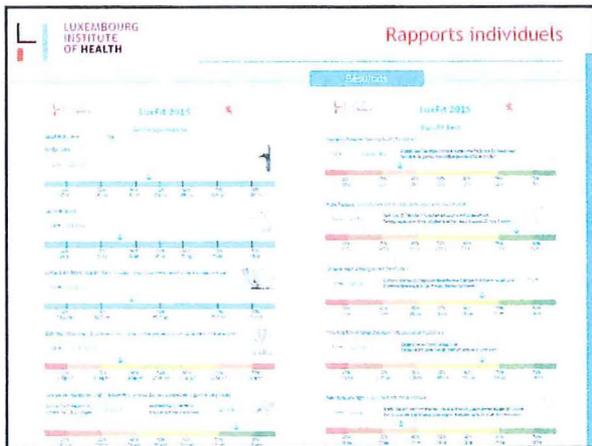
---

---

---

---

---



---

---

---

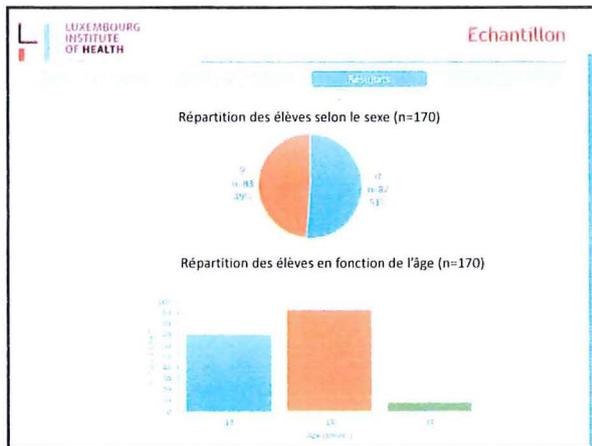
---

---

---

---

---



---

---

---

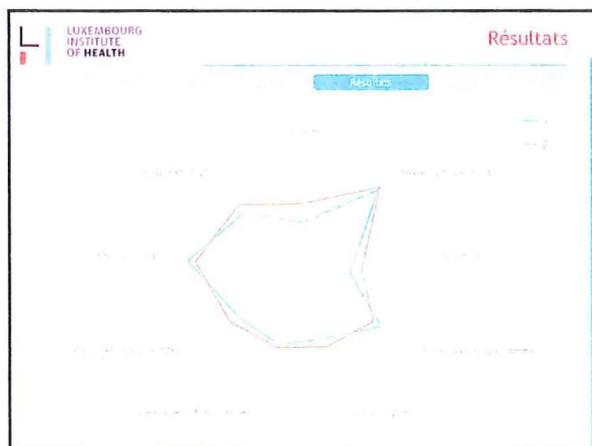
---

---

---

---

---



---

---

---

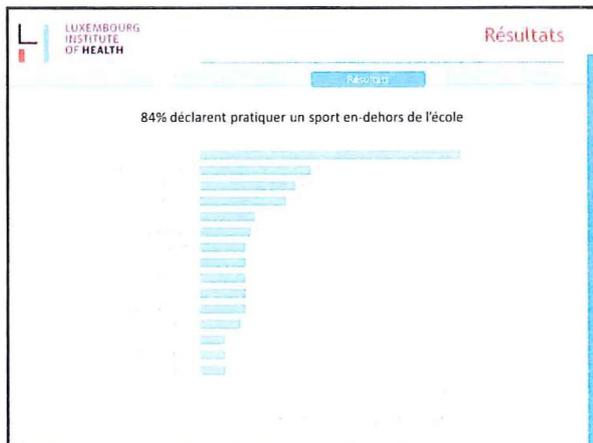
---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---

LUXEMBOURG INSTITUTE OF HEALTH Résultats

Résultats

Variables	< 7h/sem.	≥ 7h/sem.	Valeur p
Individus testés (n, %)	90 (53%)	79 (47%)	n.a.
Somme des plis cutanés [mm]	53,4 ± 26,6	46,3 ± 22,2	p=0,064
Indice de masse corporelle [kg/m <sup>2</sup> ]	19,7 ± 3,9	19,4 ± 3,5	p=0,537
Tour de taille [cm]	66,0 ± 8,3	65,7 ± 8,0	p=0,822
Test d'équilibre Flamingo [nombre de chutes]	17,6 ± 8,1	17,2 ± 8,5	p=0,747
Frappe de plaques [s]	10,7 ± 1,1	10,7 ± 1,2	p=0,779
Flexion tronc avant en position assise [cm]	15,7 ± 9,1	17,0 ± 10,3	p=0,383
Saut en longueur sans élan [cm]	156,2 ± 25,7	166,8 ± 24,4	p=0,007
Dynamométrie manuelle [kg]	25,5 ± 7,2	25,9 ± 6,3	p=0,719
Redressement station assise [redressements]	18,6 ± 3,6	19,8 ± 3,3	p=0,027
Suspension bras fléchis [s]	13,5 ± 11,7	15,2 ± 12,8	p=0,383
Course navette 10 x 5 m [s]	19,7 ± 2,0	19,2 ± 1,7	p=0,121
Course navette endurance [niveaux complétés]	5,1 ± 1,8	6,2 ± 2,2	p=0,001

---

---

---

---

---

---

---

---

- LUXEMBOURG INSTITUTE OF HEALTH Résultats
- Conclusions
- Résultats dans la moyenne pour
    - taille
    - poids corporel
    - indice de masse corporelle
    - tour de taille et plis adipeux
    - force de préhension
    - endurance muscles du tronc et membres supérieurs
  - Résultats supérieurs de l'échantillon testé pour
    - vitesse/coordination membres supérieurs & supérieurs
    - force explosive membres inférieurs
    - endurance cardio-respiratoire
  - Résultats inférieurs pour
    - flexibilité
    - équilibre (garçons)
  - Performances associées à la pratique sportive

---

---

---

---

---

---

---

---

**LUXEMBOURG INSTITUTE OF HEALTH**

### Quelle suite pour ce projet-pilote ?

- Implémentation dans les structures**
  - Ecoles secondaires
  - (Ecoles primaires, maisons relais ?)
- Formation des professeurs d'EP**
  - Organisation workshops EUROFIT
- Suivi de la condition physique**
  - Administration par les prof. d'EP
  - 1 ou plusieurs années d'études
  - Centralisation des données
  - Evaluation annuelle par le LIH

→ Baromètre de la condition physique liée à la santé des jeunes au GD de Luxembourg

---

---

---

---

---

---

---

---

**LUXEMBOURG INSTITUTE OF HEALTH**

### Team and Support


---

---

---

---

---

---

---

---

**LuxFit**

Évaluation de la condition physique liée à la santé chez les jeunes au Luxembourg - Projet pilote au LCD (2015)

Lëtzebuerg, den 7. Juni 2016

**LUXEMBOURG INSTITUTE OF HEALTH**

LE GOUVERNEMENT  
DU LUXEMBOURG  
Ministère des Sports

Prof. Daniel Theisen, PhD  
Sports and Exercise Research Laboratory  
Luxembourg Institute of Health

---

---

---

---

---

---

---

---