



# **Rapport d'activité**

## **« Gesond iessen, Méi beweegen »**

### **(GIMB)**

### **2019**



## Table des matières

Axe 1 : Renforcer la gouvernance .....	4
La nouvelle gouvernance.....	4
Comité exécutif.....	4
Bureau de coordination.....	5
Focal points .....	5
Groupes de travail.....	5
Budget.....	7
Renforcer les collaborations au sein des ministères engagés .....	7
Améliorer la visibilité interne des activités GIMB .....	7
Améliorer la visibilité externe des activités GIMB.....	7
Participation et suivi des réunions en internationales.....	8
Axe 2 : Promouvoir l'alimentation équilibrée et l'activité physique régulière et adaptée.....	8
Environnement propice.....	9
Promotion de l'allaitement .....	9
« clever move ».....	10
Concept pour une éducation motrice, physique et sportive pour enfants de 0 à 12 ans .....	9
Information et sensibilisation de la population générale .....	12
Promotion de la consommation de fruits et légumes.....	12
Actions de promotion « vélo et mobilité douce » .....	10
#Wéi fit si mer ? Eise Kierper – Eis Beweegung – Eis Gesondheet .....	14
Nuit du Sport .....	15
Wibbel an Dribbel.....	11
Semaine européenne du Sport (European Week of Sports EWos) - #beactive .....	16
Freestyle Tour.....	18
Formation et sensibilisation des professionnels .....	18
MOBAK-LUX.....	18
Axe 3 : Assurer l'implémentation nationale et la viabilité du programme GIMB .....	20
Développer et mettre à jour les recommandations GIMB .....	20



Diffusion des recommandations nationales .....	21
Nouvelles recommandations.....	21
Le Label GIMB.....	21
Un site internet national dédié aux thématiques GIMB .....	22
Axe 4 : Mettre en place des mesures pour la consolidation et l'élargissement de GIMB .....	22
Journée d'échanges de bonnes pratiques nationales.....	22
Échange de bonnes pratiques au niveau européen .....	23
Réseau européen des « Health enhancing Physical Activity (HEPA) Focal Points .....	23
Axe 5 : Accroître l'accessibilité du programme GIMB .....	24
Accès aux adultes et personnes âgées.....	24
Nationale Sportsdag - Fit50PLUS .....	24
Collaborations avec le milieu du travail .....	26
Sportsdag fit a gesond an der Fonction publique .....	26
Mise en place d'actions destinées aux populations vulnérables .....	28
Inclusion sociale à travers le sport des personnes en situation d'handicap .....	28
Plan d'action « handicap » 2019-2024 .....	28
Projet-pilote « l'mPOSSIBLE » .....	28
Axe 6 : Instaurer un système d'évaluation.....	30



Le programme GIMB est soutenu par quatre ministères à savoir le ministère de la Santé (coordination), le ministère des Sports, le ministère de l'Éducation nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse et le ministère de la Famille, de l'Intégration et à la Grande Région.

L'objectif général est de promouvoir ensemble l'alimentation équilibrée et l'activité physique régulière et adaptée et de lutter contre la problématique de l'obésité et de la sédentarité pour l'ensemble de la population.

Le rapport d'activité est rédigé annuellement par le bureau de coordination, sous la responsabilité du ministère de la Santé, avec les ajouts respectifs des ministères engagées, membres du comité exécutif GIMB.

## Axe 1 : Renforcer la gouvernance

### **Mettre en place un mécanisme de gestion et de représentation de la politique GIMB**

**Renforcer la visibilité et l'importance de la politique GIMB au niveau national et la collaboration au niveau international**

### La nouvelle gouvernance

#### Comité exécutif

Le comité interministériel GIMB, renommé en comité exécutif GIMB, a comme rôle de suivre la mise en place du plan et de ces actions. En 2019, 6 réunions interministérielles ont eu lieu.

La participation des membres nommés au comité exécutif était la suivante :

- 06.02.2019 : 5 sur 8 membres (3 ministères représentés)
- 27.03.2019 : 5 sur 8 membres (3 ministères représentés)
- 22.05.2019 : 4 sur 8 membres (2 ministères représentés)
- 24.07.2019 : 4 sur 8 membres (3 ministères représentés)
- 02.10.2019 : 3 sur 8 membres (3 ministères représentés)
- 20.11.2019 : 3 sur 8 membres (2 ministères représentés)

En 2019, le comité exécutif (ancien comité interministériel) a été élargi temporairement à des experts dans le domaine de l'alimentation équilibrée et de l'activité physique régulière et adaptée chez les adolescents, notamment en vue de la publication des nouvelles recommandations GIMB pour adolescents et la préparation et l'organisation de la journée nationale GIMB 2019. (Objectif 1, Mesure 3, Activité 3.4.)



### Bureau de coordination

Le bureau de coordination, sous la responsabilité du ministère de la Santé, s'occupe de la coordination et de la mise en œuvre du plan GIMB.

Les activités plus spécifiques du bureau de coordination sont :

- Coordination du plan GIMB ;
- Evaluation annuelle du plan GIMB ;
- Définition des recommandations et best practices en matière d'alimentation et participation à celles pour l'activité physique ;
- Diffusion et communication des recommandations et best practices (contrôles de l'application)
- Gestion du site internet et des réseaux sociaux GIMB ;
- Création, organisation et gestion de groupes de travail en vue de l'élaboration d'outils, de recommandations, de best practices pour différents publics cibles et pour différents settings ;
- Via ces groupes de travail, mettre en réseau les différents partenaires et acteurs du terrain et communication des recommandations ;
- Gestion de l'attribution du label GIMB et des projets labellisés (accompagnement des projets et gestion soutien financier) ;
- Gestion des demandes de collaboration en matière GIMB ;
- Organisation de formations continues et de journées thématiques ;
- Diffusion de matériel d'information et didactique.

### Focal points

Des équipes focal points GIMB ont été créées à la Direction de la santé et au sein du ministère de l'Education nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse. (Objectif 1, Mesure 2, Activité 2.2.)

Au sein du ministère de la Famille, de l'Intégration et à la Grande Région et du ministère des Sports, des réunions informelles ont eu lieu.

L'équipe focal point de la Direction de la santé s'est réunie lors de 2 réunions. Sa création a facilité la communication sur les thématiques GIMB au sein de la direction de la Santé.

### Groupes de travail

Le bureau de coordination, ensemble avec le service de l'éducation et d'accueil du MENJE, a créé un groupe de travail sur l'alimentation équilibrée dans les structures d'éducation et d'accueil pour les enfants de 4 mois à 4 ans.

Le comité national pour la mise en place du plan national allaitement a continué ses travaux. Le comité national pour promotion de l'allaitement s'est réuni quatre fois au cours de 2019.

Le bureau de coordination GIMB a également participé à l'élaboration du Plan national Maladies cardio-neuro-vasculaire en ce qui concerne le volet prévention. (Objectif 1, Mesure 3, Activité 3.5.)



### Programme gouvernemental 2018-2023

L'accord de coalition 2018-2023, sous la rubrique « Sports », vise des mesures à prendre dans le contexte du PCN GIMB 2018-2025 en misant sur l'impact de l'activité physique et sportive sur le développement moteur et cognitif des enfants (sport scolaire), sur son impact en qualité d'outil de prévention (sport pour tous), d'outil thérapeutique (sport santé) et d'outil d'inclusion sociale (sport et handicap).

*Extrait du Rapport d'activité 2019 du ministère des Sports, chapitre « Le Sport-Loisir » – [www.sports.lu](http://www.sports.lu).*

(Objectif 1, Mesure 1, Activité 1.2.)



## Budget

Au cours de l'année 2019, des propositions budgétaires ont été établies par chaque ministère engagé. (Objectif 1, Mesure 4, Activité 4.1.) Le budget pour la mise en œuvre du plan en 2019 était le suivant :

<b>Ministère</b>	<b>Article budgétaire</b>	<b>2019</b>
<i>Ministère de la Santé</i>	14.1.12.134	283 752€
<i>Ministère de l'Éducation nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse</i>		72 000 €
<i>Ministère de la Famille, de l'Intégration et à la Grande Région</i>		7000 €
<i>Ministère des Sports</i>	13.0.12.363 (11.134, 12.003)	102.000 €
<b>Total</b>		

## Renforcer les collaborations au sein des ministères engagés

Au niveau des nouvelles collaborations, la collaboration avec d'autres actions et plan nationaux au sein des ministères a été renforcée (Objectif 1, Mesure 6 ; Activités 6.1. et 6.2.) :

- Plan National Cancer (DISA)
- Programme Sport-Santé (DISA)
- Plan national Maladies cardio-neuro-vasculaires (DISA)
- La Ligue Luxembourgeoise d'Hygiène Mentale a.s.b.l. (DISA)
- Division de la santé au travail & de l'environnement de la Direction de la santé (DISA)
- Plan d'action « handicap » 2019-2024 du Gouvernement luxembourgeois (MIFA, MENJE, MSP)

## Améliorer la visibilité interne des activités GIMB

Les activités 2019 réalisées dans le cadre de la mise en place du PCN GIMB ont été intégrée dans les rapports d'activité des 4 ministères engagés. (Objectif 2, Mesure 1, Activité 1.1.)

Afin d'informer les collaborateurs de la Direction de la santé sur l'avancée de la mise en place des activités, 2 réunions ont été organisée en interne. (Objectif 2, Mesure 1, Activité 1.2.)

Un rapport d'activité GIMB 2018 sur l'avancée du plan a été publié sur le site internet GIMB : [gimb.public.lu](http://gimb.public.lu). (Objectif 2, Mesure 1, Activité 1.3.)

## Améliorer la visibilité externe des activités GIMB

Le bureau de coordination a élaboré une stratégie de communication digitale à mettre en place en 2019 et 2020. Une site internet GIMB a été créé au cours de l'année 2019. Il est en ligne depuis le 21 octobre 2019. En 2020, la stratégie est axée sur les réseaux sociaux.

Le site contient toutes les informations concernant la politique GIMB, les recommandations nationales, les actions et activités organisées dans le cadre du programme GIMB et les publications en liens avec les thématiques GIMB. Il permet de renforcer la communication auprès du grand public et des professionnels.



En 2019, au niveau du portail du Ministère des Sports (sports.lu), la visualisation de GIMB a été considérablement renforcée : le logo GIMB apposé en page d'accueil ; le chapitre dédié à GIMB complété, voire élargi ; la mise en réseau avec « gimb.public.lu » établie.

Le Ministère des Sports a également veillé à relever son adhérence au programme GIMB sur le site gouvernement.lu : <https://msp.gouvernement.lu/fr.html>.

Il en est de même en ce qui concerne la visualisation appropriée de GIMB dans le contexte de chaque projet, action, campagne et publication en relation avec la mise en place de GIMB par le Ministère des Sports et ses partenaires.

(Objectif 2, Mesure 2, Activité 2.1. et 2.2.)

### Participation et suivi des réunions en internationales

Le programme GIMB et la collaboration interministérielle ont amené une plus-value à notre présence en tant que représentants du Grand-Duché du Luxembourg au sein des communautés européennes et plus particulièrement du groupe « High level on Nutrition & Physical Activity » et du groupe « Experts sur la reformulation » de la Commission européenne.

Le groupe de haut niveau sur la nutrition et l'activité physique est composé de représentants des 28 pays de l'UE (+ le Norvège et la Suisse). Il est présidé par la Commission européenne et vise une approche cohérente des différentes politiques nationales relatives à la nutrition et à l'activité physique. Un axe d'activité important est celui de la reformulation des produits manufacturés, notamment pour réduire leur teneur en sel, sucres ajoutés et graisses saturées.

En 2019, le ministère des Sports a participé à la 10<sup>ème</sup> réunion des points focaux HEPA qui s'est déroulée à Bruxelles les 18 et 19 juin (voir également Axe 4/ sous- rubrique : Échange de bonnes pratiques au niveau européen).

(Objectif 2, Mesure 3, Activité 3.1. et 3.2.)

## **Axe 2 : Promouvoir l'alimentation équilibrée et l'activité physique régulière et adaptée**

**Instaurer un environnement propice à une alimentation équilibrée et à la pratique d'une activité physique régulière et adaptée pour tous les âges.**

**Améliorer les compétences nécessaires à l'adoption d'une alimentation équilibrée et d'une activité physique régulière et adaptée.**





## Environnement propice

### Promotion de l'allaitement

En 2019, la promotion de l'instauration d'un cadre favorable à l'allaitement maternel sur les lieux de travail a continué à l'aide de la campagne « allaiter et travailler, c'est un droit ».

La brochure « allaiter et travailler c'est un droit » renseignant sur les pauses d'allaitement prévues par la législation du GDL, ancrées dans le code du travail, et s'adressant aux mamans comme aux patrons, a été actualisée. 2000 exemplaires ont été imprimés. Un poster a été créé en vue d'une campagne de sensibilisation en 2020.

Le comité national de l'allaitement a continué ses travaux pour restreindre la publicité et le marketing pour certains aliments pour les jeunes enfants et pour les femmes enceintes ou allaitantes notamment en adoptant la législation nationale aux recommandations de l'OMS et en défendant l'application du code de commercialisation des substituts du lait maternel.

La promotion de l'allaitement, de l'alimentation saine et la pratique d'activité physique chez les mères non salariées s'est fait par l'intermédiaire des associations-membres du comité national de l'allaitement.

### Alimentation saine dans les services d'éducation et d'accueil

Les recommandations sur l'alimentation saine dans les services d'éducation et d'accueil pour enfants, élaborées par le ministère de l'Education nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse et du ministère de la Santé ont été largement diffusées avec une information et un envoi aux prestataires du secteur. Plus de 300 guides ont été commandés auprès des ministères.

(Objectif 1, Mesure 2, Activité 2.1.)

### Concept pour une éducation motrice, physique et sportive pour enfants de 0 à 12 ans

Dans le « concept motricité 0 à 12 ans » de mai 2018, le ministère de l'Éducation nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse et le ministère des Sports, ont défini les principes, les pistes et les acteurs indispensables pour créer au profit des enfants de 0 à 12 ans des conditions d'encadrement et de soutien propices à un développement physique et moteur harmonieux suscitant le plaisir de bouger, l'envie et l'intérêt pour la pratique d'une activité sportive régulière.

L'accord de coalition 2018-2025 se réfère au « concept motricité 0 à 12 ans » dans le contexte de la lutte contre le manque de mouvement des enfants, et souligne l'importance de sa mise en œuvre de concert avec tous les acteurs ayant un impact sur le développement de la motricité de l'enfant (parents, clubs sportifs, écoles fondamentales, communes, services d'éducation et d'accueil (SEA), LASEP, et autres offres de motricité complémentaires).

La formation initiale et la formation continue, jouant un rôle clef dans la réussite des objectifs poursuivis, l'École nationale de l'éducation physique et des sports (ENEPS) a continué à déployer en 2019 les moyens nécessaires pour moderniser et améliorer son offre. En collaboration avec des instituts de formation partenaires nationaux et étrangers, des formations spécifiques - visant à renforcer éducateurs, enseignants et entraîneurs dans l'accomplissement de leurs missions dans le domaine de l'éducation



motrice – ont été élaborées et mises en œuvre: « Ballschoul », « Bewegungsförderung und -erziehung in formalen und non-formalen Bildungssettings », « préparateurs en motricité ».

Les formations respectives sont détaillées dans le chapitre ENEPS du Rapport d'activité 2019 du ministère des Sports.

*Extrait du Rapport d'activité 2019 du ministère des Sports, chapitre « Le Sport-Loisir » – [www.sports.lu](http://www.sports.lu)*

(Objectif 1, Mesure 1, Activité 1.4)

### **Manuel sur l'éducation physique des enfants de 0 à 12 ans**

L'élaboration du manuel, mentionné sous rubrique, dont la publication est prévue pour printemps 2020, s'inscrit dans le contexte de la première extension du Plan d'action national GIMB ( juin 2011), ainsi que dans les pistes énoncées dans le « Concept pour une éducation motrice, physique et sportive des enfants de 0 à 12 ans » (voir également Axe 3/ Sous- rubrique : Développer et mettre à jour les recommandations GIMB).

#### **« clever move »**

**Le projet « clever move »** a pour objectif de donner aux enfants tous les jours l'occasion de s'adonner à de multiples activités physiques pendant 15 à 20 minutes, intégrées dans les cours. Les bienfaits d'une activité physique régulière se ressentent non seulement sur la santé et sur le développement de l'enfant, mais aussi sur sa capacité à se concentrer et sa disposition à apprendre.

En 2014 le projet a débuté pour une durée de deux ans dans trois écoles fondamentales : Fischbach, Larochette et Nommern. Depuis, il a déjà été présenté à vingt écoles.

Un groupe de travail a également été constitué en 2016 en vue de généraliser l'offre au niveau national. Le label de qualité « clever move » a été créé pour récompenser les écoles et les maisons relais qui s'engagent pour le mouvement pendant et par l'enseignement afin de favoriser l'apprentissage et d'améliorer la qualité de l'enseignement. En 2019, le label a été remis à seize écoles fondamentales et à quatre maisons relais. Dès lors, plus de 5.000 enfants profitent pour l'instant de ces moments supplémentaires de mouvement.

Le portail internet <https://clevermove.script.lu/> propose des idées d'activités physiques et de jeux à réaliser avec les enfants, des informations sur la formation pour les enseignants ainsi que sur le label de qualité « clever move ».

(Objectif 1, Mesure 1, Activité 1.6)

#### **Actions de promotion « vélo et mobilité douce »**

Fin 2016, le programme d'activités du ministère de l'Éducation nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse « **Vélo an der Grondschoul - Le cyclisme à l'École fondamentale** », a repris la relève du projet « Sécher um Vëlo (SUV) », qui s'est déroulé de 2013 à 2016 sur initiative du ministère des Sports, sous forme d'une école de vélo itinérante organisée au profit des enfants âgés entre 4 et 12 ans issus des écoles



fondamentales, des sections LASEP, des maisons relais ainsi que de tout autre organisme d'encadrement pour enfants.

La pratique du vélo, étant intégré depuis 2017 dans le plan d'études de l'enseignement fondamental, le Service de coordination de la recherche et de l'innovation pédagogiques et technologiques (SCRIPT) s'est vu confier la mise en œuvre du projet lancé fin 2016, et provisoirement rebaptisé « Clever Bike - Sécher a mat Freed Vëlofueren ».

Sur base des expériences acquises dans leurs domaines de compétence respectifs, les ministères de l'Éducation nationale et des Sports continuent à investir leurs efforts conjoints pour créer le cadre nécessaire en faveur d'une pratique sécurisée du vélo dès le plus jeune âge, dans une optique de promotion de l'activité physique et sportive, ainsi que de la mobilité douce.

Dans ce même contexte, un groupe de travail en charge de l'élaboration concrète d'un « Concept global vélo » a été créé en décembre 2019 et placé sous la coordination du SCRIPT. Au sein du groupe de travail collaborent les ministères de l'Éducation nationale, des Sports, de la Mobilité et des Travaux publics, la Police grand-ducale, la Fédération du sport cycliste luxembourgeois (FSCL), les associations « Lëtzebuerger Vëlos-Initiativ (LVI) » et « La Sécurité routière Luxembourg ».

*Extrait du Rapport d'activité 2019 du ministère des Sports, chapitre « Le Sport-Loisir » – [www.sports.lu](http://www.sports.lu)*

### Wibbel an Dribbel

Le **Wibbel an Dribbel** réalisé pour la première fois en 1991 au vu de la nécessité de

- créer et de renforcer la motivation des enfants à pratiquer du sport;
- faire découvrir aux enfants des activités sportives nouvelles;
- détecter des talents et les orienter vers la pratique en club, c'est à dire ouverture du sport scolaire et transition vers le sport associatif.

L'événement constitue une occasion pour mettre en valeur les aspects positifs de la pratique sportive. Les enfants apprennent à découvrir leurs propres talents et possibilités, à agir ensemble entre amis et à dépasser leurs doutes et résistances internes.





Le Wibbel an Dribbel a connu en 2019 sa 29<sup>e</sup> édition qui s'est déroulée du 5 au 11 juillet. Pendant les 5 jours, le ministère des Sports a organisé sa manifestation traditionnelle à la Coque. Parallèlement, les structures en motricité « Hesper beweegt sech », « Sport-Krees Atert » et « Fit Kanner Miersch » ont organisé pour la deuxième fois consécutive des projets locaux dans les communes de Hesperange, Redange et Mersch. Toutes les manifestations ont accueilli des élèves du cycle 2.2. de l'enseignement fondamental.

En 2019, 1.469 élèves (93 classes) du cycle 2.2 de l'enseignement fondamental ont pu participer au Wibbel an Dribbel à la Coque. Grâce aux nouveaux projets, qui ont fonctionné sous la direction des structures en motricité, 568 élèves (36 classes) additionnels ont pu participer aux projets locaux.

Pour l'édition 2019, le ministère des Sports et ses partenaires se sont efforcés à conférer à la 29<sup>e</sup> édition une orientation qui s'inscrit pleinement dans la continuité.

L'orientation des élèves vers la pratique en club sportif est restée un des objectifs principaux de la 29<sup>e</sup> édition du Wibbel an Dribbel. Pour réaliser cet objectif, le programme « jeunes talents » permet à chaque fédération et chaque club sportif de sélectionner et d'inviter des élèves particulièrement doués dans une discipline. En 2019, toutes les fédérations et la majorité des clubs ont profité de cette occasion et ont contacté 910 élèves par ce biais.

Par ailleurs, une très grande importance est attachée à l'encadrement des enfants. En 2019, l'encadrement sur tous les sites a été garanti par 133 animateurs sportifs qui assuraient l'encadrement des ateliers sportifs et 59 animateurs de sport-loisir qui accompagnaient les enfants entre les différents modules. Ce nombre élevé d'animateurs a permis d'accompagner les enfants en fonction de leurs capacités individuelles.

*Extrait du Rapport d'activité 2019 du ministère des Sports, chapitre « Le Sport-Loisir » - [www.sports.lu](http://www.sports.lu)*

### Information et sensibilisation de la population générale

#### Promotion de la consommation de fruits et légumes

La collaboration étroite entre **le groupe Cactus** et le ministère de la Santé a continué lors de l'année 2019 avec les actions suivantes :

- De janvier à août, un calendrier saisonnier « fruits & légumes » a été affiché dans les supermarchés Cactus.
- De janvier à décembre, une page GIMB « wat iesse mer » a été publié dans le magazine C-News du groupe Cactus.
- De janvier à décembre, une action de vente à 1 Euro par unité de vente de fruit ou légume de culture conventionnelle (1 vente / semaine).
- De janvier à décembre, une action de vente à prix promotionnel d'une unité de vente les fruits et légumes de culture biologique (1 vente / semaine).
- Organisation d'un concours GIMB dans tous les supermarchés et marchés Cactus du 22/04 au 05/05/2019 avec comme prix des séjours et entrées au Domaine Thermal de Mondorf.



- Organisation d'une Expo GIMB dans le mall de la Belle-Etoile du 09/07 au 13/07/2019 avec la collaboration de la Fondation Cancer, de L'Ecole du goût, la Fédération des Marcheurs, le Ministère des Sports ensemble avec FLASS – Lunexx.
- Affichage d'une publicité GIMB dans les Abri-caddy de certains supermarchés Cactus.
- Publication du calendrier Yuppi 2019/2020 sous la thématique GIMB. 86.400 exemplaires ont été imprimés et distribués.

Enfin, le ministère de la Santé a continué sa collaboration avec le « Natur Musée » pour la rédaction du **Panewippchen**. Le magazine est imprimé en 4.000 exemplaires et envoyé aux écoles et membres du Panda Club.

*(Objectif 2, Mesure 1)*

#### Réactualisation du matériel de promotion de l'allaitement

Les associations du comité national de l'allaitement travaillent sur l'amélioration de l'éducation des mères, pères et familles sur l'allaitement et l'alimentation en intégrant les thématiques dans les consultations pré- et postnatales.

Plusieurs brochures ont été actualisées et rééditées :

- Le **flyer « qui fait quoi »** renseignant sur les différentes associations et professionnels de santé actifs dans le domaine du soutien et de la promotion de l'allaitement, a été complètement revu et actualisé. La version papier est distribuée dans les différentes maternités.
- La **brochure « allaiter d'A à Z »** a été relue et actualisée en français, allemand et anglais. 2000 exemplaires de chaque version ont été imprimées suite à la demande pour la version papier.
- La **brochure « oui j'allait encore »** a été actualisée, les documents correspondants ont été retravaillés. Toutes les nouvelles versions des brochures de sensibilisation seront mises à disposition sur le portail santé dès 2020.

Tous ces documents sont disponibles dans plusieurs langues.



## #Wéi fit si mer ? Eise Kierper – Eis Beweegung – Eis Gesondheet



« **#Wéi fit si mer? Eise Kierper - Eis Beweegung - Eis Gesondheet** » est un atelier itinérant de la catégorie « Santé et Bien-être », lancé en 2019 par le ministère des Sports avec pour objectif de fournir à toute personne intéressée les informations concrètes pour améliorer sa condition physique de manière ciblée et sécurisante en faveur de l'adoption d'un mode de vie sain et actif.

Pour la mise en œuvre de ce nouveau projet GIMB, le ministère des Sports s'est assuré le concours d'un réseau de partenaires composé d'experts issus des domaines du sport-santé, de l'éducation et des sciences (réseau FLASS – LUNEX – CHL Clinique du sport – LIROMS).

Pour aider le public intéressé à mieux comprendre, et surtout à vivre le lien étroit entre corps, mouvement et santé, le programme a été conçu en trois parties, chacune adaptable en fonction des circonstances et spécificités de l'événement-cadre respectif:

- exposé interactif sur le thème « diagnostic et entraînement de la condition physique générale »;
- tests d'évaluation de la condition physique;
- conseils et recommandations individuels pour une pratique sportive adaptée et favorable à la santé.

Lors des événements-cadres suivants, quelque 200 personnes ont participé à l'atelier « #Wéi fit si mer ? »:

- Exposition interactive GIMB, Cactus Belle Étoile Bertrange - 9-13 juillet 2019.
- Sportsdag fit a gesond an der Fonction publique, Luxembourg/Merl - 11 juillet 2019.
- FIT50PLUS Nationale Sportsdag, Ettelbruck - 14 septembre 2019.

*Extrait du Rapport d'activité 2019 du ministère des Sports, chapitre « Le Sport-Loisir » – [www.sports.lu](http://www.sports.lu)*

## Nuit du Sport

Depuis son lancement en 2009, la « **Nuit du Sport** » a évolué au fil des éditions vers une action nationale de promotion sportive dans le domaine du « Sport pour tous ».

Placée sous le patronage du ministère de l'Éducation nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse et du ministère des Sports (convention « Nuit du Sport » du 18 décembre 2017), la coordination de la « Nuit du sport » relève de la compétence du Service national de la jeunesse (SNJ). Chaque commune participante assume la tutelle organisationnelle de son propre programme des activités.



En 2019, le réseau des partenaires institutionnels s'est élargi avec la collaboration ponctuelle des ministères de la Santé et de la Famille, tous les deux membres co-fondateurs GIMB, ainsi que du Comité olympique et sportif luxembourgeois (COSL) et du Syndicat des villes et communes luxembourgeoises (SYVICOL).

Les objectifs poursuivis par la « Nuit du Sport » se résument comme suit :

- (re)-donner goût et plaisir à l'activité physique et sportive ainsi qu'à un mode de vie sain et actif;
- faire découvrir des activités sportives peu usuelles, nouvelles ou adaptées à des besoins divers;
- fidéliser, le cas échéant, pour une pratique régulière dans une association sportive locale;
- offrir un cadre accueillant, sportif et festif à tous les citoyens, jeunes et moins jeunes, quel que soit leur statut social, leur nationalité et leur prédisposition physique;
- favoriser l'échange et l'intégration entre groupes sociaux et entre générations;
- offrir aux associations sportives, maisons de jeunes et autres services communaux une plateforme de visibilité et de promotion.

Le samedi, 8 juin 2019 s'est déroulée la onzième édition avec 185 ateliers et démonstrations sportifs et 9.000 participants répartis sur 31 communes:





Bettembourg, Betzdorf, Bissen, Clervaux, Colmar-Berg, Contern, Dudelange, Echternach, Esch-sur-Alzette, Esch-sur-Sûre, Feulen, Frisange, Grevenmacher, Hesperange, Koerich, Kopstal, Leudelange, Lorentzweiler, Luxembourg, Mondercange, Mondorf-les-Bains, Niederanven, Pétange, Rambrouch, Roeser, Sandweiler, Sanem, Schengen, Schuttrange, Steinfort, et Wormeldange.

Le tableau ci-dessous reprend l'évolution de la « Nuit du Sport » depuis ses débuts.

ÉDITIONS	DATES (samedis)	COMMUNES	PARTICIPANTS
2009	16.05	4	400
2010	24.04	4	1.600
2011	21.05	13	3.000
2012	12.05	13	4.000
2013	18.05	20	4.700
2014	17.05	20	6.500
2015	16.05	21	6.500
2016	04.06	25	7.000
2017	20.05	25	7.000
2018	02.06	24	8.000
2019	08.06	31	9.000

*Extrait du Rapport d'activité 2019 du ministère des Sports, chapitre « Le Sport-Loisir » – [www.sports.lu](http://www.sports.lu)*

Semaine européenne du Sport (European Week of Sports EWos) - #beactive

Initiée en 2015 par la Commission européenne, la « **Semaine européenne du Sport- Campagne #beactive** », a pour objectif principal de mobiliser de manière durable tous les citoyens européens pour une activité physique régulière. Ainsi, elle entend apporter une plus-value à des initiatives existantes, tout en engendrant des projets et événements nouveaux.

Au Luxembourg, cette campagne européenne ne fait que rejoindre les efforts nationaux entrepris depuis 2006 dans le cadre de GIMB: promouvoir parmi toute une population de 0 à 99 ans, une alimentation saine et équilibrée ainsi qu'une activité physique régulière et adaptée en multipliant et en diversifiant l'offre afférente permettant à chacun d'opter pour le choix le plus favorable à sa santé et à son bien-être.

Le Ministère des Sports, en charge de la coordination nationale de « EWoS - #beactive » accorde, de son côté, une importance particulière à cette convergence des deux programmes en visualisant le logo GIMB et en intégrant les messages y correspondants à l'occasion des activités officielles qui se déroulent au Luxembourg dans le cadre de la Semaine européenne du Sport (23-30 septembre).

Le programme de la Semaine européenne du Sport, édition 2019, est décrit dans l'extrait ci-dessus tiré du chapitre « Le Sport-Loisir » du Rapport d'activité 2019 du ministère des Sports.





En 2019, la #BeActive Night, a constitué l'événement phare de la semaine européenne du sport au Luxembourg. La manifestation a été réalisée en coopération avec la Ville de Luxembourg et a eu lieu le 28 septembre 2019 au complexe sportif « Boy Konen » à Cessange.

Lors de la #BeActive Night, le grand public a eu la possibilité de découvrir de nombreuses activités sportives organisées et animées par des fédérations nationales, des clubs sportifs, des communes ou d'autres associations. Dans le but de proposer un programme diversifié, ont été promues des disciplines moins connues comme par exemple le baseball, le rugby ou l'Ultimate Frisbee. Par ailleurs, les visiteurs ont pu assister tout au long de la nuit à des démonstrations sportives spectaculaires.

La deuxième édition du #BeActive Clip Contest a été lancée en 2019. Ce concours, qui s'adresse aux maisons relais et foyers de jours agréés par le ministère de l'Éducation nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse, a comme objectif de sensibiliser les plus jeunes sur les bienfaits d'une activité physique et sportive régulière.

En 2019, 20 structures d'accueils ont participé au concours réunissant plus de 250 élèves. Le concours a également été un grand succès au niveau de sa visibilité sur les réseaux sociaux avec plus de 10.000 « likes » au total pour toutes les vidéos sur Facebook.

Le règlement du concours se présentait comme suit: une école de danse professionnelle élaborait une chorégraphie, adaptée aux enfants, qui a été publiée sur le site officiel du programme #BeActive ([www.beactive.lu](http://www.beactive.lu)). Les participants réalisent une vidéo d'environ 2 minutes en reproduisant la chorégraphie avec un groupe de minimum 6 enfants. Après la fin de la période de participation, toutes les vidéos réalisées ont été soumises à un vote en ligne sur la page Facebook officielle du programme #BeActive au Luxembourg. Les 3 vidéos ayant obtenues le plus grand nombre de « likes » ont gagné un prix.

Une autre action a été initiée en 2019 sous le nom de #BeActive Programme. Le but était de promouvoir un programme diversifié comprenant des activités sportives qui répondent à certains critères à savoir: avoir lieu en septembre, être à caractère non compétitif, gratuites ou à but non lucratif et ouvertes aux personnes non-licenciées. Dans le but de créer un programme intéressant, un maximum de disciplines différentes a été présenté, tout comme des sports moins connus. Ces activités bénéficiaient d'une visibilité accrue grâce à une stratégie de communication nationale.



Comme en 2018, quelques événements du #BeActive Programme ont été organisés dans un centre national par des fédérations agréées. En 2019, les fédérations de badminton, de golf, de jeu de quilles, de kayak et de squash ont organisé un événement.

### Freestyle Tour

De janvier à mars le « **Freestyle Tour** » a lieu à Ettelbruck, Luxembourg et Esch-sur-Alzette.

L'équipe du « Freestyle Tour » propose aux classes scolaires de l'enseignement secondaire de vivre une journée originale autour du thème de l'alimentation équilibrée et de l'activité physique.

Le but est de promouvoir l'activité physique et l'alimentation équilibrée ; proposer aux jeunes, non pas des activités sportives classiques, mais leur faire découvrir des activités urbaines comme p.ex. le Longboard, le Parkour, l'HipHop, le Jonglage, le Freestyle Soccer ou la Capoeira.

(Objectif 2, Mesure 1)

### Formation et sensibilisation des professionnels

Au niveau de l'Ecole Nationale de l'Education Physique et des Sports (Ministère des Sports), des formations spécifiques - visant à renforcer éducateurs, enseignants et entraîneurs dans l'accomplissement de leurs missions dans le domaine de l'éducation motrice – ont été élaborées et mises en œuvre en collaboration avec des instituts de formation partenaires nationaux et étrangers : « Ballschoul », « Bewegungsförderung und -erziehung in formalen und non-formalen Bildungssettings », « préparateurs en motricité ».

Les formations respectives sont détaillées dans le chapitre ENEPS du Rapport d'activité 2019 du ministère des Sports.

*Extrait du Rapport d'activité 2019 du ministère des Sports, chapitre « Le Sport-Loisir » – [www.sports.lu](http://www.sports.lu)*

Le comité national de l'allaitement a fait une analyse du contenu en relation avec l'allaitement du plan d'études professionnels de santé en contact avec les femmes enceintes, mères et jeunes en fans.

De plus, le comité national de l'allaitement a pris contact avec les responsables de la formation des médecins généralistes au Luxembourg, afin de discuter sur la place de la promotion de l'allaitement au sein de la formation.

*L'Institut de Formation de l'Education National (IFEN) a élargie son offre dans le domaine des thématiques GIMB et propose des formations sur le label de qualité « clever move ».*

### MOBAK-LUX

Dans le cadre du projet **MOBAK-LUX (EF)** (Motorische Basiskompetenzen Luxemburgischer SchülerInnen), des formations sont offertes à l'attention du personnel enseignant des cycles 1.1, 2.1, 3.1 et 4.1 participant au projet. Les ressources développées se basent sur une approche par compétences. Les résultats des outils de diagnostic pédagogique MOBAK, fournissent aux enseignants des indicateurs de performance établissant un profil de l'évolution des compétences motrices de chaque élève. Ces outils permettent aux enseignants d'adapter les cours d'éducation physique et d'initier des mesures de soutien



au sein de leur classe et/ou de leur école. Un concept regroupant des mesures de soutien et de remédiation en rapport avec les niveaux de la motricité identifiés a été élaboré en 2019. Il sera mis à disposition de tout le personnel enseignant et éducatif en 2020 par le biais d'un site internet. Par ailleurs, un coffret regroupant environ 100 activités promouvant les compétences motrices sera mis à la disposition des enseignants au courant de l'année scolaire 2020/21."

*(Objectif 2, Mesure 2, Activité 2.2.)*



## Axe 3 : Assurer l'implémentation nationale et la viabilité du programme GIMB

***Assurer la cohérence des messages nationaux sur l'alimentation équilibrée et l'activité physique régulière et adaptée***

***Améliorer la communication et la visibilité autour des activités liées à la politique GIMB***

### Développer et mettre à jour les recommandations GIMB

Le **Manuel sur l'éducation physique des enfants de 0 à 12 ans** est issu du contexte de la première extension du plan d'action national GIMB, et plus particulièrement du Centre d'intérêt 2 (CI2) « Stimulation et éducation motrice des enfants », ce projet, dénommé PAN GIMB Projet CI2-1, a pour objectif de « mettre les personnes et les structures d'accueil des enfants de 0 à 12 ans en mesure d'assurer une stimulation et une éducation motrices ».

Des experts en activité physique et motrice et des professionnels du terrain de l'enfance ont collaboré au sein du groupe de travail afférent à l'élaboration d'un manuel susceptible de fournir, d'un côté, des informations compilées sur le développement moteur de l'enfant dès le plus jeune âge, et d'un autre côté, des conseils pratiques pour mettre en route des actions, initiatives, et programmes y favorables.

De nouvelles recommandations pour une alimentation équilibrée et une activité physique régulière et adaptée ont été développées et mis en ligne sur le site internet GIMB. Ils constituent la base pour le développement d'outils pédagogiques pratiques.

L'élaboration du manuel, dont la publication est prévue pour printemps 2020, s'inscrit également dans les pistes énoncées dans le « Concept pour une éducation motrice, physique et sportive des enfants de 0 à 12 ans ».

*Extrait du Rapport d'activité 2019 du ministère des Sports, chapitre « Le Sport-Loisir » – [www.sports.lu](http://www.sports.lu)*

(Objectif 1, Mesure 1)



### Diffusion des recommandations nationales

Le matériel de sensibilisation des quatre ministères engagés a été distribué à maintes reprises lors d'événements :

- Nuit du Sport – 08.06.2019.
- Stand dans le mall de la Belle Etoile – 09.- 13.07.2019.
- Sportsdag – fit a gesond an der Fonction publique - 11.07.2019.
- Stand à la City Concorde ensemble avec La Ligue asbl. – 13.-14.09.2019.
- Atelier Interactif « #Wéi fit si mer? – Eise Kierper – Eis Beweegung – Eis Gesondheet » - 09-13.07.2019, 11.07.2019, 14.09.2019
- Nationale Sportsdag FIT50PLUS – 14.09.2019.
- Journée nationale GIMB 2019 – 22.10.2019.
- Salon Top Kids – 26.-27.10.2019.
- Nationalen Gesondheetsdaag 2019 – 07.11.2019.
- Matinée santé de Gesond Diddeleng – 09.11.2019.
- Journée de la médecine scolaire – 27.11.2019.

(Objectif 1, Mesure 4, Activité 4.4)

### Nouvelles recommandations

Pour promouvoir l'application des recommandations nationales auprès des professionnels, une communication par rapport au nouveau guide « Alimentation saine dans les services d'éducation et d'accueil pour les enfants » a été envoyée à la presse et à tous les services d'éducation et d'accueil . Plus de 300 guides ont été commandés.

Les nouvelles recommandations nutritionnelles pour l'alimentation équilibrée chez les adolescents ont été présenté lors de la journée national GIMB 2019, dédié aux professionnels travaillant dans le secteur de l'adolescence.

Le comité national de l'allaitement a activement travaillé sur l'information et la sensibilisation des médecins généralistes sur l'allaitement.

Le carnet de maternité a été adapté en intégrant des informations sur l'allaitement, l'alimentation et l'activité physique de la mère et de l'enfant.

(Objectif 1, Mesure 2, Activité 2.2.)

### Le Label GIMB

En 2019, le comité exécutif a reçu 46 demandes d'attribution du label GIMB et tous ont obtenu l'accord. 25 demandes étaient pour des activités qui ont commencé en 2019. Les populations cibles de ces 25 projets étaient : 6 activités ciblaient les enfants et adolescents, 10 les personnes âgées et 4 les adultes. Le restant des projets était destiné à la population générale. Le nombre de participants variaient entre 20 et 70 000 personnes par projet.



Le bureau de coordination a mis en place une base de données pour mieux suivre et évaluer l'évolution du label GIMB en collaboration avec le service épidémiologie et statistiques de la Direction de la santé.

Pour augmenter la visibilité des activités labélisées, une partie du site internet GIMB est dédiée à la présentation des projets réalisées sur le terrain par les partenaires GIMB.

(Objectif 2, Mesure 1, Activité 1.3.)

### Un site internet national dédié aux thématiques GIMB

Le site internet GIMB a été mis en ligne le 21 octobre 2019. Il contient toutes les informations nécessaires dans le domaine de l'alimentation équilibrée et de l'activité physique régulière et adaptée, comme par exemple les recommandations nationales pour différentes populations cibles, des idées pratiques pour mettre en œuvre ces recommandations, les actions et activités organisées dans le cadre du programme GIMB et les publications en liens avec les thématiques GIMB.

Cette plateforme est destinée au grand public, mais également aux professionnels qui souhaitent s'informer sur une alimentation équilibrée et une activité physique régulière ou participer au programme GIMB dans le cadre du label.

Pour garantir l'accessibilité du site, le contenu a été construit selon les critères RENOW du Gouvernement luxembourgeois.

Depuis sa mise en ligne, le site a eu 259 visiteurs uniques.

Le site a été traduit en allemand, avec une mise en ligne de cette partie en début de l'année 2020.

(Objectif 2, Mesure 2)

Pour améliorer l'accessibilité de la documentation sur l'allaitement, les brochures qui traitent la thématique, sont mises en ligne sur le site [gimb.public.lu](http://gimb.public.lu).

## **Axe 4 : Mettre en place des mesures pour la consolidation et l'élargissement de GIMB**

<b>Mettre en réseau et renforcer les collaborations avec les partenaires</b>
--

### Journée d'échanges de bonnes pratiques nationales

Le 22 octobre, la journée nationale GIMB 2019, a eu comme thématique « How to keep youngsters involved ? », c'est-à-dire l'alimentation équilibrée et l'activité physique régulière et adaptée chez les adolescents.

Elle était dédiée aux défis à relever et pistes à suivre pour guider et soutenir les jeunes vers une alimentation saine et une activité physique régulière et adaptée.

La matinée était dédiée à des présentations sur :



- L'évolution des habitudes alimentaires et la pratique de l'activité physique chez les adolescents au Luxembourg ;
- La présentation des recommandations nutritionnelles et certaines spécificités de l'alimentation des jeunes ;
- Les facteurs d'influence et les leviers d'action dans le domaine de la pratique sportive pour encourager intérêt, motivation et bien-être ;
- La présentation de projets du terrain, ayant obtenu le label « Gesond iessen, Méi beweegen » au cours de l'année 2019.

L'après-midi était consacrée à des workshops ayant comme objectif de recueillir dans un échange interactif des informations utiles en vue du développement d'une « boîte à idées pratiques » pour la promotion en phase d'adolescence d'une alimentation équilibrée, d'une activité physique régulière et adaptée et du bien-être.

(Objectif 1, Mesure 2, Activité 2.1.)

### Échange de bonnes pratiques au niveau européen

#### Réseau européen des « Health enhancing Physical Activity (HEPA) Focal Points

Les représentants de GIMB participent activement aux réunions du groupe « **High level on Nutrition & Physical Activity** », du groupe « experts sur la reformulation » et du groupe « **Health enhancing physical activity** ».

Le ministère des Sports fait partie du réseau européen des points focaux de la promotion de l'activité physique bénéfique pour la santé (HEPA).

Il a contribué au monitoring européen des « Physical Activity Factsheets », éditions 2015 et 2018, qui vise à suivre, à cadence tri-annuelle, les progrès et les évolutions dans le domaine des politiques et des niveaux d'activité physique dans les 28 États membres.

En 2019, le ministère des Sports a participé à la 10<sup>ième</sup> réunion des points focaux HEPA qui s'est déroulée à Bruxelles les 18 et 19 juin.

Au cours de ces deux journées, les échanges ont porté, pour l'essentiel, sur

- les recommandations en matière d'activité physique ;
- l'exploration des partenariats pour la promotion de l'activité physique ;
- le vélo comme mode de transport actif ;
- l'éducation physique des enfants ;
- la protection des enfants contre la publicité malsaine.

Autres thèmes pour lesquels le ministère des Sports est intervenu en 2019 dans le contexte de ses relations internationales, et qui touchent aux objectifs poursuivis, entre autre, dans le cadre de sa mission nationale GIMB:

- L'accès au sport pour les personnes handicapées;



- La protection et la promotion du bien-être des enfants dans le sport;
- La violence sexuelle faite aux femmes et aux enfants dans le sport.

Voir Rapport d'activité 2019 du ministère des sports, chapitre « Relations internationales » - [www.sports.lu](http://www.sports.lu)

(Objectif 1, Mesure 4, Activité 4.1.)

## Axe 5 : Accroître l'accessibilité du programme GIMB

### Améliorer l'accessibilité du programme GIMB aux adultes, aux personnes âgées et aux populations vulnérables

#### Accès aux adultes et personnes âgées

En tant que membre du groupe de travail interministériel créé pour mettre en œuvre le programme national « Gesond lessen, Méi Beweegen », le Ministère de la Famille, de l'Intégration et à la Grande Région a choisi de faire du PCN GIMB l'une des priorités des **Clubs Seniors** pour la période 2019 à 2021.

De manière générale on peut noter que les actions menées au cours des années précédentes portent leurs fruits. D'une part, de plus en plus de gestionnaires du secteur des personnes âgées organisent des journées, voire des semaines spécifiques pour sensibiliser leurs clients et leurs résidents à une alimentation saine et équilibrée. D'autre part, à côté des cours proposés par les Clubs Seniors pour des personnes actives, de nombreux gestionnaires proposent des initiatives visant à favoriser l'activité physique régulière et adaptée ainsi que la mobilité des personnes âgées dépendantes dans leurs institutions.

Le Comité interministériel a attribué le Label « Gesond lessen, Méi Beweegen » à plusieurs Clubs Senior, valorisant ainsi leur travail dans ce domaine. Par la même occasion, le label GIMB a gagné en visibilité au sein de la société, puisque les activités proposées par les Clubs Senior et entrant dans le champ d'application du GIMB ont été clairement identifiées comme telles au sein de leurs brochures. (Objectif 1, Mesure 1, Activité 1.2.)

#### Nationale Sportsdag - FIT50PLUS

Dans une optique de prévention de la santé, de ralentissement des effets du vieillissement et de la dépendance, ainsi que du maintien d'une certaine qualité de vie, par la poursuite ou la reprise d'une activité physique adaptée dès ou après l'âge de 50 ans (« active aging - slow aging »), le ministère des Sports, le ministère de la Famille, de l'Intégration et à la Grande Région et le Comité olympique et sportif luxembourgeois se sont alliés en 2016 pour instaurer une journée nationale de sensibilisation et de promotion du sport « **Nationale Sportsdag - FIT50PLUS** ».





Pour la deuxième édition « FIT50PLUS » en 2019, les trois partenaires institutionnels ont attribué la tutelle organisationnelle à la Ville d'Ettelbruck (convention « Journée nationale FIT50PLUS » du 8 octobre 2018).

Le samedi, 14 septembre 2019 s'est donc déroulé au hall omnisports Frankie Hansen à Ettelbruck une journée entière ayant servi de plateforme de promotion tant aux activités physiques, sportives et de détente adaptée à la génération des 50 ans et plus, qu'aux associations locales et régionales engagées dans le domaine du « active aging ».

La journée a été inaugurée en présence de la ministre de la famille et de l'Intégration, Corinne Cahen, du commissaire du Gouvernement à l'Education physique et aux Sports, Rob Thillens, du président du Comité olympique et sportif, André Hoffmann, du bourgmestre de la Ville d'Ettelbruck, Jean-Paul Schaaf, ainsi que de plusieurs notabilités du monde communal et sportif.

Quelque 150 « best agers » ont participé à un programme-cadre composé d'ateliers « indoor » et « outdoor », énumérés ci-après, et arrondi par une séance d'échauffement collectif, un déjeuner en commun et un « After Sport Dancing ».

- Activités physiques: body shape, brain Gym, course à pied (initiation au jogging), danses pour seniors, escalade, entraînement des fascias, exercices d'équilibre, gymnastique, entraînement de la mémoire, indoor cycling (spinning), pétanque, pilates, plongée, randonnées pédestres, renforcement musculaire, self-défense, tabata hiit, tennis, tir à l'arc, vélos et ebikes, vélos pour personnes à mobilité réduite, exercices ventre-jambes-fesses, yoga, zumba.
- Bien-être et santé (infos, conseils, tests): #Wéi fit si mer ? Eise Kierper-Eis Beweegung - Eis Gesondheet.
- Sécurité (conférence): « Vols-Prévention de la Criminalité: la Police informe ».
- Démonstration: aéromodélisme.

Tous les ateliers sportifs ont été encadrés par des moniteurs qualifiés et expérimentés - issus des associations, des clubs sportifs locaux ainsi que du club senior Nordstad - qui ont su adapter les exercices à l'âge et à la condition physique des participants.

Le tableau ci-dessous fournit un aperçu des deux premières éditions du « FIT50PLUS »:

ÉDITIONS	DATES	SITE	PARTICIPANTS
2016	vendredi, 4.11	Campus scolaire «Geeseknäppchen	300



ÉDITIONS	DATES	SITE	PARTICIPANTS
2019	samedi, 14.09	» à Merl et forêt de Kockelscheuer Hall omnisports «Frankie Hansen» à Ettelbruck et alentours (Schieren, Colmar-Berg)»	150

*Extrait du Rapport d'activité 2019 du ministère des Sports, chapitre « Le Sport-Loisir » - [www.sports.lu](http://www.sports.lu)*

(Objectif 1, Mesure 1, Activité 1.2.)

#### Collaborations avec le milieu du travail

Afin de mettre en place des activités GIMB spécifiques au milieu du travail, de nombreuses actions ont été initiées en collaboration avec la division de la santé au travail et de l'environnement de la Direction de la santé :

- Des rencontres avec la majorité des services de santé au travail et avec association luxembourgeoise de santé au travail ont été organisées afin de définir des actions concrètes à mener au sein de ce secteur.
- Les premières actions pour 2020 seront l'élaboration d'un guide pour la promotion de l'alimentation équilibrée et de l'activité physique en entreprise, la mise en place d'un groupe de travail en collaboration avec d'autres plans nationaux (par exemple le plan national maladies cardio-neuro-vasculaires) et la participation au forum santé sécurité au travail.
- Une représentation de la coordination GIMB a été assurée au sein du groupe santé au travail coordonné par D'Ligue.

(Objectif 1, Mesure 1, Activité 1.1.)

Des réunions d'échanges et de présentation du plan cadre GIMB 2018-2025 avaient lieu avec 3 prestataires de restauration collective (Sodexo, Aer resto, Caterman) (1 réunion par prestataire).

#### Sportsdag fit a gesond an der Fonction publique

Le ministère de la Fonction publique et le ministère des Sports collaborent depuis 2018 par le biais du « **Sportsdag fit a gesond an der Fonction publique** » à promouvoir la pratique d'une activité physique et sportive régulière et adaptée, tout comme l'adoption d'un mode de vie sain, parmi le personnel de l'État.

La mise en œuvre pratique de cette action de promotion sportive s'oriente autour des axes-clefs suivants:

- promouvoir le plaisir et les bienfaits d'une activité physique et sportive régulière;
- rendre l'offre accessible à tous, quel que soit l'âge ou la prédisposition physique;
- assurer un encadrement sportif qualifié;
- faire découvrir l'offre sportive variée existant au Luxembourg;



- stimuler la pratique sportive régulière dans les clubs et associations participantes;
- informer sur et sensibiliser pour des modes de vie sains et actifs;
- créer un cadre convivial autour de la devise « bouger ensemble ».



Tout comme pour la première édition de la journée sportive en 2018, le Conseil de Gouvernement, réuni dans sa séance du 29 mars 2019, a de nouveau marqué son accord avec l'organisation d'une deuxième édition et au principe de l'octroi d'une dispense de service d'une demi-journée aux participants.

Quelque 700 agents de l'État se sont mobilisés au cours de l'après-midi du jeudi, 11 juillet pour participer au « Sportsdag », édition 2019, qui s'est déroulé sur le site du campus scolaire « Geesseknäppchen » à Luxembourg-Merl et dans la forêt du « Bambësch ».

Sur base des expériences organisationnelles de la première édition et des conclusions tirées du sondage mené parmi les participants, un programme cadre riche et varié composé de quelque 20 ateliers a été mis en place: tournois de badminton, basketball, football et volleyball, courses à pied (y compris des séances d'initiation), randonnées pédestres classiques et Nordic Walking en forêt « Bambësch », cours collectifs en aquagym, capoeira, self defense, escalade, circuit training, indoor cycling, entraînement autogène, exercices pour le dos /techniques de respiration, relaxation, pilates et yoga et ateliers interactifs «santé et bien-être».

Les ateliers ont été animés par des moniteurs expérimentés et qualifiés de huit fédérations sportives agréées (FLA, FLAM, FELUBA, FLBB, FLF, FLERA, FLMP, FLVB), le « Self Defense Club de la Police grand-ducale », la LUNEX -International University of Health, Exercise&Sports Luxembourg, deux clubs seniors agréés (Club Haus an de Sauerwisen, Club Uelzechtdall), le GesondheetsZentrum - Fondation Hôpitaux Robert Schuman, la Maison du Diabète, le Centre d'Éducation à la Santé par l'activité physique et psychocorporelle (CESAP) et le Centre de fitness « Well-being Luxembourg ».



Après les discours de clôture de Marc Hansen, ministre de la Fonction publique, et Dan Kersch, ministre des Sports, la deuxième édition du « Sportsdag – fit a gesond an der Fonction publique » s’est terminée dans une atmosphère de détente autour d’un « After sport » entre collègues de travail.

Le tableau ci-dessous fournit un aperçu sur les deux premières éditions du « Sportsdag »:

ÉDITIONS	DATES	SITES	PARTICIPANTS
<b>2018</b>	vendredi, 13.07	Campus scolaire «Geeseknäppchen» à Merl et forêt de Kockelscheuer	<b>700</b>
<b>2019</b>	jeudi, 11.07	Campus scolaire «Geeseknäppchen» à Merl et forêt du «Bambësch»	<b>700</b>

*Extrait du Rapport d’activité 2019 du ministère des Sports, chapitre « Le Sport-Loisir » - [www.sports.lu](http://www.sports.lu)*

### Mise en place d’actions destinées aux populations vulnérables

Afin d’assurer que les actions qui seront développées dans le cadre de GIMB seront adaptées aux besoins de la population vulnérable, le programme et le label GIMB ont été discutés avec les épiceries sociales. De futures réunions seront organisées pour définir des actions concrètes en collaboration avec le ministère de la Famille, de l’Intégration et à la Grande Région.

### Inclusion sociale à travers le sport des personnes en situation d’handicap

#### Plan d’action « handicap » 2019-2024

Dans le cadre du **Plan d’action « handicap » 2019-2024** du Gouvernement luxembourgeois, le ministère des Sports s’est engagé à exploiter le potentiel du sport comme outil d’inclusion sociale par la mise en œuvre de la convention des Nations unies relative aux droits des personnes handicapées (CRDPH) dans le domaine du sport de sorte à:

- Sensibiliser les fédérations et les clubs sportifs au facteur d’inclusion du sport, notamment par le biais d’actions de sensibilisation concrètes, tel que le projet « l’Impossible » décrit ci-dessus;
- Inclure la dimension « sport et handicap » dans la formation des entraîneurs au sein de l’École nationale de l’éducation physique et des sports (ENEPS).

#### Projet-pilote « l’IMPOSSIBLE »

« **l’IMPOSSIBLE – engaging young people with the Paralympic Movement** » est un projet pédagogique à vocation internationale, développé par « Agitos Foundation », la fondation mondiale pour la promotion des sports paralympiques du Comité international paralympique (IPC- International Paralympic Committee).



L'objectif poursuivi consiste à sensibiliser les jeunes, à travers le monde, au mouvement paralympique et à promouvoir l'inclusion sociale à travers le sport.

Après le Japon, le Malawi et le Kazakhstan, le Luxembourg est l'un des premiers pays européens à transposer le programme éducatif « I'mPOSSIBLE ».

Au Luxembourg, « I'mPOSSIBLE » a été lancé, d'avril à septembre 2019, dans une première phase sous forme de projet-pilote, et ceci sur initiative du « Luxembourg Paralympic Committee (LPC) » en partenariat avec les ministères de l'Éducation nationale, de la Famille et des Sports.

Bien que le milieu scolaire, et plus particulièrement les élèves de l'enseignement fondamental, ont été les premiers à être visés par le projet-pilote, son matériel didactique et pédagogique se prête comme outil d'inclusion dans tout autre cadre, d'où l'implication du mouvement sportif et de son rôle multiplicateur.

En ce qui concerne le domaine du sport organisé, il importe de préciser en outre que « I'mPOSSIBLE » s'est ajouté au module de formation « sport et handicap » introduit en janvier 2019 par l'École nationale de l'éducation physique et des sports (ENEPS) dans la formation initiale de l'entraîneur.

Les différentes étapes de réalisation du projet-pilote luxembourgeois se résument comme suit:

- Kick off : Formation « I'mPOSSIBLE » au « Rehazenter » à Kirchberg (4 avril)

44 participants issus de 28 institutions, c'est-à-dire enseignants, éducateurs, entraîneurs, thérapeutes du sport ont acquis les connaissances théoriques et pratiques nécessaires à la conception de cours interactifs, de journées d'action...etc., en milieux scolaire, parascolaire, sportif et autres: présentation et familiarisation avec les différents supports pédagogiques - incluant des préparations de cours, des présentations, des courts métrages sur les Jeux paralympiques et le mouvement paralympique - introduction théorique et pratique dans les disciplines de goalball et de boccia.

La formation a été dispensée en deux séances par des membres de « Agitos Foundation », en collaboration avec le LPC.

- Mises en pratique à Differdange, Esch/Alzette, Junglinster, Luxembourg et Ettelbruck (mai -juin)

Le projet a été transposé, par le biais de cours d'éducation physique ou de la « Schoulsportwoch », dans trois écoles fondamentales (« Esch-Dellhéicht », « Jean Jaurès », et « International School Michel Lucius » - cycles 1 à 4), et au Lycée technique agricole Ettelbruck (2 classes du cycle supérieur), ainsi que à



l'occasion de journées d'action de la LASEP (Inklusioun mam Sporty), du SEA Lënster Päiperlék (adventure@Lënster) et de la Ville de Differdange (journée d'inclusion).

- Clôture : « Paralympic Day » au « Rehazenter » à Kirchberg (28 septembre)

À côté de la présentation du projet-pilote « l'mPOSSIBLE » réalisé entre avril et mai à Luxembourg (exposition de photos, court métrage sur la mise en pratique au Lycée technique agricole), le public intéressé a pu s'exercer dans 12 disciplines sportives paralympiques, s'informer sur les missions et les projets du LPC, ainsi que participer au Meet&Greet avec des athlètes d'élite du sport paralympique.

Les futures modes d'implémentation du projet « l'mPOSSIBLE » au Luxembourg feront l'objet de concertations à mener entre le gestionnaire de projet (LPC) et les ministères impliqués.

Extrait du Rapport d'activité 2019 du ministère des Sports, chapitre « Le Sport-Loisir » – [www.sports.lu](http://www.sports.lu)

## Axe 6 : Instaurer un système d'évaluation

**Développer des indicateurs quantitatifs et qualitatifs de monitoring de la stratégie GIMB**

**Mettre en place une évaluation des processus et des résultats permettant d'adapter les actions GIMB tout au long du programme**

**Les résultats de l'évaluation pour l'année 2019 sont indiqués dans le tableau suivant :**

(Objectif 1, Mesure 1, Activité 1.1.)

*Pour certains indicateurs qualitatifs, aucun résultat peut être inscrit dans l'évaluation. L'année 2018 a été consacrée entièrement à la rédaction du plan cadre national 2018-2025 et certains dossiers n'ont pas pu être abordés ou achevés.*



Indicateur	Résultat pour 2019
Nombre de réunions du conseil supérieur, du comité exécutif et des groupes de travail et participation des membres nommés	<ul style="list-style-type: none"><li>- Nombre de réunions du conseil supérieur : 0 Les membres du conseil supérieur n'ont pas encore été nommés.</li><li>- Nombre de réunions du comité interministériel/exécutif : 6</li><li>- Groupes de travail : SEA 4 mois-4 ans : 1 Comité national allaitement : 4</li></ul> <p>Participation des membres nommés au comité exécutif :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- 06.02.2019 : 5 sur 8 membres (3 ministères représentés)</li><li>- 27.03.2019 : 5 sur 8 membres (3 ministères représentés)</li><li>- 22.05.2019 : 4 sur 8 membres (2 ministères représentés)</li><li>- 24.07.2019 : 4 sur 8 membres (3 ministères représentés)</li><li>- 02.10.2019 : 3 sur 8 membres (3 ministères représentés)</li><li>- 20.11.2019 : 3 sur 8 membres (2 ministères représentés)</li></ul>
Organisation par l'équipe focal point ministérielle GIMB de réunions au sein de son ministère et participation des agents invités	<p>DISA : 2 réunions de l'équipe focal point MENJE : 2 réunions de l'équipe focal point MSP : réunions de concertation GIMB portant la préparation, l'organisation et la mise en place de certains projets GIMB MIFA : réunions informelles</p>
Nombre d'activités GIMB réalisées en partenariat avec plusieurs ministères engagés	<ul style="list-style-type: none"><li>- Uebst an Schoulmëllechprogramm (DISA, MENJE et Ministère de l'Agriculture)</li><li>- 2<sup>e</sup> édition- Sportsdag-fit a gesond-Fonction publique (MSP et MFPPRA)</li><li>- 28<sup>e</sup> édition- Wibbel an Dribbel (MSP et DISA)</li><li>- clever move (MENJE et MSP)</li><li>- 2<sup>e</sup> édition du Nationale Sportsdag – FIT50PLUS (MIFA, MSP, COSL et Ville d'Ettelbruck)</li><li>- 10<sup>e</sup> édition - Nuit du Sport (MENJE-SNJ, MSP, DISA, SYVICOL et COSL)</li></ul>



Indicateur	Résultat pour 2019
	- Projet-pilote l'mPOSSIBLE mai-avril 2019 (LPC, MIFA, MENJE, MSP)
Inscription d'une ligne budgétaire GIMB pour l'ensemble des ministères engagés	Ministère de la Santé : 283 752€ Ministère des Sports : 102.000€ Ministère de l'Education nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse 72 000 € Ministère de la Famille et de l'Intégration : 100000 €
Rédaction et diffusion d'un rapport d'activité GIMB pour chaque ministère engagé	Les ministères de la Santé, des Sports, de l'Education nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse et de la Famille, de l'Intégration et à la Grande Région ont publié des passages ou chapitre sur la thématique GIMB dans leur rapport d'activité.
Rédaction et diffusion du rapport annuel de l'ensemble des activités GIMB interministérielles	Oui avec publication du rapport sur <a href="http://gimb.public.lu">gimb.public.lu</a>
Diffusion des informations transmises entre le niveau européen et international et le niveau national	-

## Axe 2 : Promouvoir l'alimentation saine et l'activité physique dans toutes les politiques

Indicateur	Résultats pour 2019
Nombre d'activités labélisées GIMB organisées par les partenaires extérieurs selon les différentes populations cibles et les différents domaines (alimentation équilibrée, mobilité douce, activités sportives ...) et nombre de participants à ces activités	<ul style="list-style-type: none"><li>- 25 activités se déroulant en 2019 ont été labélisées GIMB.</li><li>- 10 activités étaient destinées aux personnes âgées, 4 aux enfants, 4 aux adolescents, 4 aux adultes et 5 à la population générale.</li><li>- 14 des activités ont été organisées par une ONG/ASBL/ Fondation, 6 par une entreprise et 4 par un établissement public.</li><li>- 6 des 25 activités labélisées duraient moins d'une semaine, 11 moins de 6 mois et 8 entre 6 mois et un an.</li></ul>





Indicateur	Résultats pour 2019
	<ul style="list-style-type: none"><li>- 24 ciblait les deux thématiques GIMB (alimentation et activité physique) et 1 activité ciblait uniquement l'activité physique.</li><li>- Pour 15 des 25 activités, entre 20 et 70 000 personnes ont participé aux activités avec au total 75 279 participants.</li></ul>
Nombre d'outils développés pour la mise en place d'activités GIMB selon les secteurs	<ul style="list-style-type: none"><li>- Nouvelles recommandations pour les adolescents</li><li>- Nouvelles recommandations « AP » en cours d'élaboration</li></ul>

### Axe 3 : Assurer l'implémentation nationale et la viabilité du programme GIMB

Indicateur	Résultats pour 2019
Nombre de recommandations développées et mises à jour selon les objectifs fixés	<ul style="list-style-type: none"><li>- Nouvelles recommandations pour les adolescents</li></ul>
Disponibilités des recommandations pour les professionnels et la population (internet, papier ...)	Les recommandations se trouvent sur le site internet et en version papier à commander auprès de la DISA.
Visite du site internet et des outils mis à disposition	Visiteurs uniques du 21 octobre jusqu'au 31 décembre : 259
Présence et mis à jour d'un agenda des activités en lien avec GIMB au sein du site internet	Oui
Nombre d'activités ayant reçu un soutien financier et/ou un soutien en ressources humaines pour la mise en place des activités labélisées GIMB	2 activités ont reçu un soutien financier (2025€). 6 ont reçu un soutien en ressources humaines supplémentaires.

### Axe 4 : Mettre en place des mesures pour la consolidation et l'élargissement de GIMB

Indicateur	Résultats pour 2019
Participation des représentants des acteurs de terrain aux réunions du comité exécutif et des groupes de travail selon les publics cibles	Participation d'experts du secteur de l'adolescence à 2 réunions du comité exécutif



Indicateur	Résultats pour 2019
Participation des acteurs organisant des activités labélisées GIMB aux journées d'échange de bonnes pratiques	180 personnes ont participé aux conférences de la journée nationale GIMB et 90 personnes ont participé aux workshops
Nombre d'événements organisés pour la mise en réseau des différents partenaires et nombre de participants à ces événements selon les publics cibles	1 journée nationale GIMB

#### Axe 5 : Accroître l'accessibilité du programme GIMB

Indicateur	Résultats pour 2019
Nombre d'activités réalisées dans le cadre de GIMB pour les populations vulnérables	<ul style="list-style-type: none"><li>- 1 projet en collaboration avec des épiceries sociales</li><li>- Projet pilote « I'm Possible »</li></ul> Total : 2 activités
Nombre d'activités réalisées dans le cadre de GIMB pour les adultes	<ul style="list-style-type: none"><li>- 4 activités labélisées étaient destinées aux adultes</li><li>- Nuit du Sport (population générale 0-99 ans)</li><li>- Semaine européenne du sport (population générale 0-99 ans)</li><li>- Atelier « Wéi fit si mer ? »</li><li>- Sportsdag fit a gesond an der Fonction publique</li><li>- Expo GIMB dans le mall de la Belle-Etoile</li></ul> Total : 9 activités en 2019
Nombre d'activités réalisées dans le cadre de GIMB pour les personnes âgées	<ul style="list-style-type: none"><li>- 10 activités labélisées étaient destinées aux personnes âgées</li><li>- Nationale Sportsdag – FIT50PLUS</li></ul> Total : 11 activités en 2019