



# PLAN CADRE NATIONAL 2018-2025 GESOND IESSEN, MÉI BEWEEGEN | GIMB

Rapport d'activité | 2023



## Table des matières

<b>Axe 1 : Renforcer la gouvernance .....</b>	<b>4</b>
La gouvernance .....	4
Comité exécutif .....	4
Bureau de coordination .....	4
Focal points .....	5
Groupes de travail et comité national .....	5
Budget .....	7
Renforcer les collaborations au sein des ministères engagés .....	8
Améliorer la visibilité interne des activités GIMB .....	8
Améliorer la visibilité externe des activités GIMB .....	8
Participation et suivi des réunions en internationales .....	9
Représentation et engagements au niveau européen .....	9
<b>Axe 2 : Promouvoir l'alimentation équilibrée et l'activité physique régulière et adaptée.....</b>	<b>10</b>
Environnement propice .....	10
Soutenir les acteurs de terrain pour la mise en place d'activités GIMB et promouvoir la labélisation GIMB auprès de l'ensemble des secteurs.....	10
Information et sensibilisation de la population générale.....	10
Actions et événements de sensibilisation en matière GIMB .....	10
Amélioration des compétences/Formation et sensibilisation.....	12
Marketing pour un mode de vie sain et actif.....	12
<b>Axe 3 : Assurer l'implémentation nationale et la viabilité du programme GIMB.....</b>	<b>13</b>
Développer des recommandations nationales.....	13
Diffusion des recommandations nationales .....	13
Mise à jour des recommandations .....	13
Médias sociaux et nouvelles technologies.....	14
Le Label GIMB .....	14
Un site internet national dédié aux thématiques GIMB.....	15
<b>Axe 4 : Mettre en place des mesures pour la consolidation et l'élargissement de GIMB .....</b>	<b>16</b>
Journée d'échanges de bonnes pratiques nationales.....	16
Journée GIMB.....	16



Formation continue grand public : Symposium « Bewegung mehr als nur Sport ? - Sport mehr als nur Bewegung? ».....	16
<b>Axe 5 : Accroître l'accessibilité du programme GIMB.....</b>	<b>17</b>
Accès aux adultes et personnes âgées.....	17
Collaborations avec le milieu du travail.....	18
Mise en place d'actions destinées aux populations vulnérables.....	19
<b>Axe 6 : Instaurer un système d'évaluation .....</b>	<b>19</b>



Le programme GIMB est soutenu conjointement par quatre ministères, à savoir le ministère de la Santé et de la Sécurité Sociale (M3S), le ministère des Sports (MSP), le ministère de l'Éducation nationale de l'Enfance et de la Jeunesse (MENEJ) et le ministère de la Famille, des Solidarités, du Vivre ensemble et de l'Accueil (MIFA).

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

Le rapport d'activité est rédigé annuellement par le bureau de coordination, sous la responsabilité du ministère de la Santé et de la Sécurité Sociale, sur base des contributions respectives des ministères engagés, 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 gouvernance

#### Comité exécutif

Le comité exécutif GIMB (COMEX) a pour rôle de suivre la mise en place du plan et de ces actions. En 2023, 4 réunions interministérielles ont eu lieu.

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

- 25.01.2023 : 7 sur 8 membres (4 ministères représentés)
- 19.04.2023 : 7 sur 8 membres (4 ministères représentés)
- 20.09.2023 : 5 sur 8 membres (4 ministères représentés)
- 06.12.2023 : 7 sur 8 membres (4 ministères représentés)

#### Bureau de coordination

Le bureau de coordination, sous la responsabilité du ministère de la Santé et de la Sécurité Sociale, 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 et évaluation 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

A la Direction de la Santé (DISA), une réunion du groupe focal point a eu lieu. Des échanges réguliers avec les membres se sont faits au cours de l'année.

Au MSP et au MENEJ aucun groupe focal n'a eu lieu.

Un groupe focal a été créé au ministère de la Famille, des Solidarités, du Vivre ensemble et de l'Accueil en 2021. En 2023, il s'est réuni à trois reprises dans la constellation groupe de travail GIMB pour tous, ainsi que deux fois en formation réduite.

## Groupes de travail et comité national

### *Comité national pour l'allaitement*

En 2023, le comité national pour l'allaitement s'est réuni quatre fois.

Dans son rôle de promouvoir l'allaitement et de travailler dans la sensibilisation, il a revu les brochures suivantes (mises en page financées par la DISA) :

- Allaiter de A à Z et Stillen von A bis Z - [L'allaitement de A à Z - Portail Santé - Luxembourg \(public.lu\)](https://sante.public.lu/fr/actualites/2023/10/allaitement-cest-un-droit.html) ;
- Oui j'allait encore et Ja ich stille noch - [Allaiter et travailler, c'est un droit. - Portail Santé - Luxembourg \(public.lu\)](https://sante.public.lu/fr/actualites/2023/10/allaitement-cest-un-droit.html) ;
- Allaiter et travailler c'est un droit (5 langues) - <https://sante.public.lu/fr/actualites/2023/10/allaitement-cest-un-droit.html>.



L'actualisation sur le site [sante.lu](https://sante.lu) et [gimb.lu](https://gimb.lu) a été réalisée, ainsi que l'impression des nouvelles versions (financées par la DISA).

Une campagne de sensibilisation « allaiter et travailler » a été réalisée lors de la semaine internationale de l'allaitement du 30 octobre au 05 novembre 2023. Hormis un communiqué de presse, la campagne était activée sur les réseaux sociaux. Le portail santé a mis le matériel suivant à disposition des entreprises : [Allaitement au travail - Portail Santé - Luxembourg \(public.lu\)](#)

- Stickers à télécharger pour entreprises ;
- Allaitement : Checklist pour mamans ;
- Flyer reprenant toutes les informations nécessaires pour les employeurs concernant l'allaitement au travail.

En collaboration avec le service de la médecine du travail de la Direction de la santé (DISA), les directeurs des différents services de santé au travail ont été contactés (7) et un kit contenant du matériel de sensibilisation leur a été fourni.

En interne à la DISA, un groupe de travail a préparé une nouvelle enquête ALBA (alimentation de nos bébés). La dernière enquête a été menée en 2015 : [Étude ALBA 2015 : L'alimentation de nos bébés - Enquête nationale sur l'alimentation des enfants de 4, 6 et 12 mois au Grand-Duché de Luxembourg en 2015 - Portail Santé - Luxembourg \(public.lu\)](#).

Cette nouvelle enquête va déterminer le taux d'allaitement exclusif et le taux de l'allaitement mixte des bébés (0-24 mois) et renseigne sur la diversification de l'alimentation des bébés. Un questionnaire en 4 langues a été réalisé en se basant sur des standards OMS, et en l'adaptant au contexte du Luxembourg. Pour stimuler la participation des mamans les communications suivantes ont été créées :

- Une lettre informative (4 langues) ;
- Un courrier a été adressé aux pédiatres pour en parler aux mamans ;
- Le communiqué de presse a renseigné sur le lancement de l'ALBA ;
- Des posts sur LinkedIn ;
- Une adresse électronique a été créée au sein de la DISA pour répondre à d'éventuelles questions.

Le suivi des réponses pour l'étude ALBA 2023 ainsi que la collecte des données sont assurés par le service d'épidémiologie et statistiques de la DISA et seront exploitées en 2024.

A la fin de l'année de 2023, les réponses étaient les suivantes :

	Réponses en ligne	Réponses en papier	TOTAL
<b>Accepté</b>	<b>2571</b>	214, dont <b>155</b> questionnaires remplis reçus	<b>2785 (2726)</b>
<b>Refusé</b>	<b>168</b>	316	<b>484</b>
<b>Total</b>	<b>2739</b>	530	3269



### *GT GIMB au travail, GT GIMB pour TOUS et GT alimentation à base végétale*

Ces trois groupes, créés par le COMEX en 2022 et en 2023, ont réalisé plusieurs actions fixées en 2022, tels que :

- **Un sondage** pour voir quelles actions se font déjà et ce dont les entreprises auraient besoin afin de mettre un projet GIMB en place ;
- Création de **matériel pédagogique** pour inciter l'alimentation équilibrée et l'activité physique au travail ;
- La création d'un cahier de charges pour le développement d'un outil en ligne pour aider les entreprises à mettre en place des actions de promotion de santé ;
- Création de 8 **fiches alimentaires** adaptées à chaque type de travail et selon les règles d'accessibilité pour tous ;
- **Livre de recettes abordables et facilement réalisables** avec des aliments disponibles dans les épiceries sociales ;
- La création de **recommandations pour une alimentation à base végétale** pour les adultes.

### *GT Recommandations pour une alimentation équilibrée dans les SEA's*

Ce GT a été créé en 2023 et il est composé d'experts en alimentation du bébé et de la petite enfance, d'experts en hygiène et des experts en éducation non formelle de la petite enfance.

#### **Missions :**

- Rédaction d'un guide pour l'alimentation équilibrée dans les SEA's (structure d'éducation et d'accueil) pour les enfants de 3 mois à 4 ans, destiné au personnel éducatif et au personnel de cuisine ;
- Définir une stratégie de diffusion et l'organisation d'une formation suite à la publication du guide.

**En 2023**, le GT a surtout travaillé sur la partie « allaitement » et « alimentation au biberon ».

### Budget

Au cours de l'année 2023, des propositions budgétaires ont été établies par le M3S, le MSP, le MENEJ et le MIFA (Objectif 1, Mesure 4, Activité 4.1.).

Le budget pour la mise en œuvre du plan en 2023 était le suivant :

<b>Ministère</b>	<b>Article budgétaire</b>	<b>Crédits votés en 2023</b>
Ministère de la Santé et de la Sécurité Sociale	14.1.12.134 *article budgétaire pour plans nationaux	251.380 €



<b>Ministère</b>	<b>Article budgétaire</b>	<b>Crédits votés en 2023</b>
<i>Ministère de l'Éducation nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse</i>	10.2.41.050 *articles budgétaires pour projets et innovations non exclusif pour GIMB	25.000€
<i>Ministère de la Famille, des Solidarités, du Vivre ensemble et de l'Accueil</i>	12.1.12.334 12.1.33.058	Montants déboursés : 16.719 € + 12.500 €
<i>Ministère des Sports</i>	13.0.12.363	50.200 €
<b>Total</b>		<b>355.799 €</b>

### Renforcer les collaborations au sein des ministères engagés

La collaboration entre d'autres acteurs et d'autres plans nationaux a été renforcée :

- Programme Sport-Santé (DISA, MSP) – FLASS ;
- Plan national Cancer 2 ;
- Plan maladies cardio-, neuro-, vasculaires ;
- Division de la santé au travail de la Direction de la santé (DISA) ;
- Administration luxembourgeoise vétérinaire et alimentaire (ALVA) ;
- Programme de formations de l'Institut National de l'Éducation Physique et des Sports (INAPS) dans le contexte des concepts œuvrant en faveur de l'ancrage et du développement de l'activité physique et sportive dans les modes de vie de l'ensemble de la population (voir ci-dessous « Axe 2 : Promouvoir l'alimentation équilibrée et l'activité physique régulière et adaptée »).

(Objectif 1, Mesure 6 ; Activités 6.1. et 6.2.)

### Améliorer la visibilité interne des activités GIMB

Un rapport d'activité GIMB 2022 sur l'avancée du plan a été publié sur le site internet GIMB : gimb.lu. (Objectif 2, Mesure 1, Activité 1.3.).

### Améliorer la visibilité externe des activités GIMB

En 2023, la stratégie de communication était axée sur les réseaux sociaux. (Objectif 2, Mesure 2, Activité 2.1. et 2.2.)





## Participation et suivi des réunions en internationales

Le bureau de coordination a participé aux réunions suivantes :

- CO-CREATE and WHO European Region: Conférence à Bruxelles - Confronting Obesity: Co-creating policy with youth ;
- Joint Action Best ReMap, Healthy Food fir a Healthy Future ;
- High-level Meeting on Childhood Obesity – A comprehensive framework to reduce childhood obesity in the EU dans le cadre de la présidence espagnole du Conseil de l'Union Européenne ;
- WHO Europe Sugar and Calorie Reduction Network ;
- WHO European Childhood Obesity Surveillance Initiative (COSI) ;
- European network for the promotion of health-enhancing physical activity (HEPA).

## Représentation et engagements au niveau européen

Dans le cadre du suivi des politiques européennes HEPA (health enhancing physical activity), l'INAPS a créé une cellule de coordination nationale HEPA (ci-après, « cellule nationale HEPA ») en 2023.

La cellule nationale HEPA s'est réunie pour une première fois dans les locaux de l'INAPS en date du 24 octobre 2023, sous la constellation suivante :

- INAPS ;
- DISA ;
- FLASS ;
- LIH ;
- Université de Luxembourg.

Les objectifs de la cellule nationale HEPA sont de :

- Être un premier contact pour le focal point représentant le Luxembourg en matière de HEPA ;
- S'échanger et se tenir au courant des projets de promotions et de recherche ;
- Ramasser toutes les données nécessaires pour répondre aux demandes de l'OMS et la Commission Européenne, notamment pour un bon remplissage des fact sheets.



## 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

Soutenir les acteurs de terrain pour la mise en place d'activités GIMB et promouvoir la labélisation GIMB auprès de l'ensemble des secteurs

Lors de chaque événement, l'objectif était de promouvoir le label GIMB. Un workshop sur les recommandations pour une alimentation équilibrée et pour bouger plus chez les enfants de 4 à 6 ans, ainsi que la promotion du label a été faite au Symposium et 12 éducateurs étaient présents.

(Objectif 1, Mesure 1, Activité 1.2, 1.3)

### Information et sensibilisation de la population générale

Actions et événements de sensibilisation en matière GIMB

- Pour promouvoir les fruits et légumes de saison, la collaboration avec le magazine KACHEN a continué, avec des articles dans chaque publication en 2023 (8 articles sur les fruits et légumes de saison (2 par saison). Pour chaque édition de KACHEN, le magazine est imprimé en 25.000 copies ;
- Une nouvelle campagne avec des recettes équilibrées pour enfants a été ajoutée au magazine KACHEN (4 recettes saines destinées aux enfants) ;
- La campagne pour la rentrée scolaire, en partenariat avec le magazine KACHEN, est passée par la publication de 2 pages de recommandations pour le petit-déjeuner des enfants et 3 recettes saines pour le petit-déjeuner des enfants ;
- Lancement d'un livre de recettes équilibrées et à bon prix en partenariat avec le MIFA ;



- L'équipe GIMB a participé avec un stand de sensibilisation aux événements suivants :
  - o 16e édition du Forum sécurité-santé au travail, conférence à la Chambre de commerce ;
  - o Nuit du Sport (14e édition) : 42 communes et autres acteurs ont suivi l'appel des organisateurs du projet pour proposer pendant une soirée entière des activités sportives originales ;
  - o Clevermove, à l'INS, au Luxembourg-Ville ;
  - o Gesond Diddeleng ;
  - o Semaine européenne du Sport - #BeActive Day, à la Place de l'Hôtel de Ville à Dudelange ;
  - o Symposium « Bewegung mehr als nur Sport, Sport mehr als nur Bewegung » à Mersch.
  - o Journée de sensibilisation pour la journée mondiale du cœur, au Luxembourg-Ville ;
  - o Journée prévention tabac à la Banque BNY Mellon, au Luxembourg-Ville.

## 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 ».

La Nuit du sport est organisée sous le double patronage du ministère de l'Éducation nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse, et du ministère des Sports. Chaque commune participante assume l'organisation de son propre programme d'activités.

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 un club sportif local ;
- 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 une plateforme de visibilité et de promotion.

En 2023, 42 communes et organisateurs ont rejoint l'initiative. La 14e édition de la Nuit du sport a ainsi motivé pas moins de 18.000 participants à sortir et à passer une soirée sportive, conviviale et festive.

En tout, quelques 150 activités et ateliers ont été proposés par des maisons de jeunes, des associations, des clubs sportifs, des maisons relais ou des services communaux. Au-delà des disciplines sportives classiques, la programmation très variée a inclus notamment des shows, animations et ateliers bien visités avec des artistes et champions de renom.

La 14e édition s'est déroulée dans les communes suivantes : Beckerich, Bertrange, Bettembourg, Bissen, Biver, Clervaux, Colmar-Berg, Contern, Differdange, Dudelange, Echternach, Esch-sur-Alzette, Feulen, Frisange, Grevenmacher, Helperknapp, Hesperange, Rapport d'activité du ministère des Sports | Exercice2023 Junglinster, Kayl, Kopstal, Leudelage, Lorentzweiler, Lultzhausen, Luxembourg, Mamer, Manternach, Mersch, Mondercange, Mondorf-les-Bains, Niederanven, Pétange, Préizerdau, Roeser,



Rumelange, Sandweiler, Schengen, Schieren, Schuttrange, Troisvierges, Wiltz, Wintrange et Wormeldange.

(Objectif 2, Mesure 1)

En 2023, en raison d'une grande demande des partenaires GIMB, le bureau de coordination a créé 8 outils pédagogiques qui seront distribués en 2024 selon les actions programmées, à savoir :

1. **Bouteille d'eau**, avec les recommandations de consommation d'eau ;
2. **Sachet de fruits et légumes**, avec les doses journalières recommandées de fruits et légumes ;
3. **Sac à courses**, avec un calendrier des fruits et légumes de saison ;
4. **Cordes à sauter**, avec une phrase de motivation pour pratiquer plus d'activité physique ;
5. **Coussin de fitness**, avec un QR code avec des exemples d'exercices ;
6. **Frisbee**, avec des images et des phrases de motivation pour pratiquer plus d'activité physique.

### Amélioration des compétences/Formation et sensibilisation

L'état des lieux des formations sur l'alimentation équilibrée et l'activité physique régulière et adaptée a été fait avec l'Université de Luxembourg. L'Université a analysé certaines formations initiales proposées au Luxembourg ainsi que l'offre en formations continues. Les résultats serviront à proposer des projets en lien avec l'alimentation équilibrée et l'activité physique régulière et adaptée dans le domaine des formations au Luxembourg.

En 2023, le bureau de coordination s'est réuni à plusieurs fois pour planifier les prochaines étapes. En 2024, des conversations débiteront avec les directeurs des cours de médecine et les responsables de la formation continue des éducateurs des SEA's, pour voir la faisabilité d'initier des formations sur une alimentation équilibrée et activité physique régulière dans les deux formations.

(Objectif 2, Mesure 2)

### Marketing pour un mode de vie sain et actif

En 2023, le bureau de coordination a commencé la recherche sur les méfaits associés au marketing alimentaire destiné aux enfants, pour ensuite proposer des mesures visant ces restrictions.

(Objectif 1, mesure 5)



## 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 des recommandations nationales

En 2023, le GT alimentation à base végétale a travaillé sur la rédaction de recommandations pour une alimentation à base végétale pour les adultes. Le GT alimentation équilibrée dans les SEA's pour les enfants de 3 mois à 4 ans a surtout travaillé sur la partie allaitement et alimentation au biberon.

En 2023, des recommandations sur l'approvisionnement alimentaire dans les distributeurs automatiques, et les recommandations pour l'alimentation des femmes enceintes, ont commencé à être rédigées.

(Objectif 1, mesure 1)

### Diffusion des recommandations nationales

Mise à jour des recommandations

Les brochures suivantes ont été mises à jour :

- [L'allaitement de A à Z - Portail Santé - Luxembourg \(public.lu\)](#) (édition 2022, français et allemand) ;
- [« Oui, j'allait encore ! » : Questions et réponses au sujet de l'allaitement - Portail Santé - Luxembourg \(public.lu\)](#) (édition 2023, fr et all).

(Objectif 1, Mesure 2)

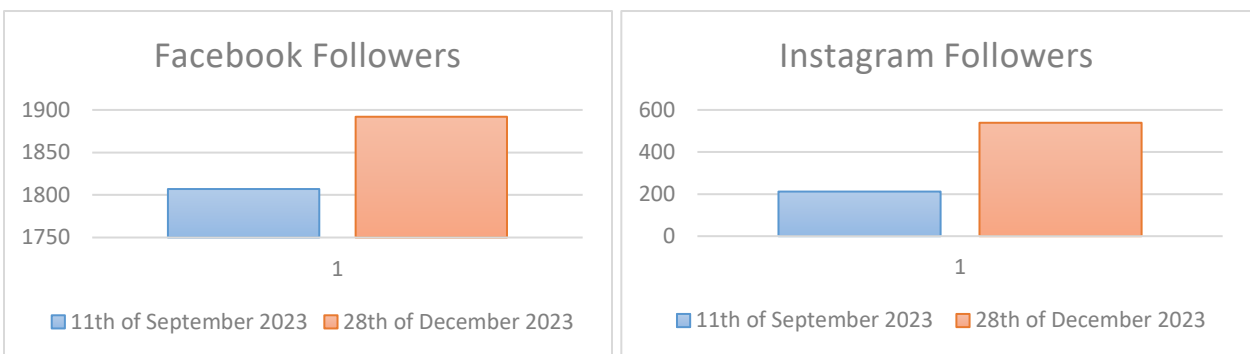


## Médias sociaux et nouvelles technologies

En 2023, pendant 4 mois, de septembre à décembre, un projet pilote a été mis en pratique pour évaluer l'effet de la présence GIMB sur les réseaux sociaux facebook et instagram ("Assessing Engagement with a Social Media Campaign to Promote the Awareness of a Healthy Diet and Regular Physical Activity" – Jeremy Brück, MSc (2023)).

30 posts ont été publiés deux fois par semaine sur alimentation (posts éducationnels, des recettes et des news) et les résultats montrent que :

- Les publications sur instagram ont doublé le nombre de followers ;
- Lorsque les publications sont sponsorisées (pendant 7 jours), le nombre d'abonnés augmente ;
- Différentes plateformes = différentes habitudes (**Graphique 1**).



Graphique 1 : Evolution du nombre de followers de GIMB sur Facebook et Instagram avant et après les 30 publications

## Le Label GIMB

Afin de pouvoir soutenir des actions sur alimentation équilibrée et activité physique, les potentiels partenaires peuvent faire une demande de label GIMB, si le projet respecte les critères établis : [www.gimb.public.lu/fr/label/critere-et-demande.html](http://www.gimb.public.lu/fr/label/critere-et-demande.html) .

L'obtention du label permet :

- La mise à disposition de matériel et brochures/guides ;
- L'opportunité d'élargir le réseau professionnel ;
- L'accès à des informations et conseils pratiques à propos des recommandations nationales ;
- Un soutien d'experts sur les aspects positifs et les points à renforcer du projet ;
- Un coaching /accompagnement de la mise en place du projet ;
- Une valorisation du projet : publication sur le site GIMB et les réseaux sociaux ;



- Un éventuel soutien financier si le projet respecte les critères établis.

Le label GIMB est un outil essentiel car il permet de connaître les projets en cours dans le pays et d'avoir un contact direct avec les acteurs du terrain.

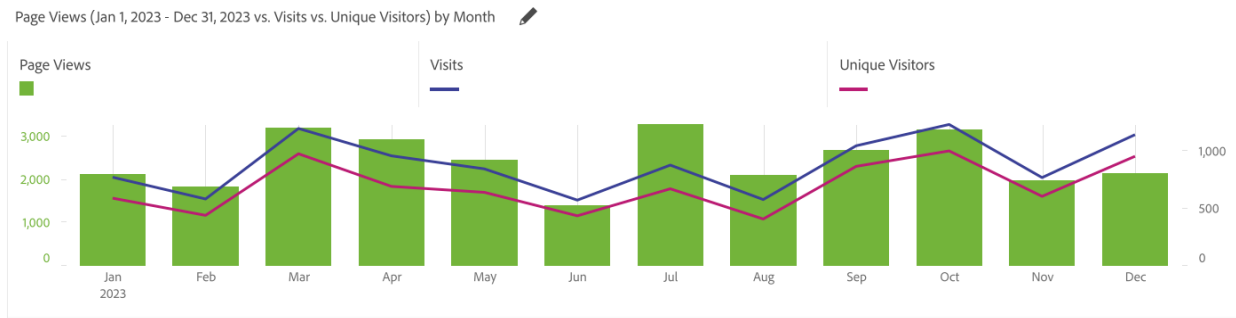
En 2023, le COMEX a donné son accord à 41 demandes de labellisation (3 ont été refusés), dont 4 projets ont reçu un soutien financier. Les populations cibles de ces projets étaient :

- 5 projets ciblaient des activités pour les enfants et adolescents ;
- 5 pour les enfants, adolescents et adultes ;
- 21 pour personnes âgées ;
- 3 pour des populations spécifiques ;
- 7 pour la population générale.

La moyenne du nombre de participants était d'environ 560 participants par projet, avec un total d'environ 23.000 personnes pour tous les projets.

(Objectif 2, Mesure 1, Activité 1.3.)

## Un site internet national dédié aux thématiques GIMB



Graphique 2 : Visites sur le site internet GIMB 2023

En 2023, le site internet GIMB a été visité 10.516 fois, avec un total de « nombre de pages consulté » de 29.003 (**Graphique 2**).

(Objectif 2, Mesure 2)



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

### Mettre en réseau et renforcer les collaborations avec les partenaires

#### Journée d'échanges de bonnes pratiques nationales

##### Journée GIMB

Le 26 avril 2023 a eu lieu la journée nationale GIMB sous la thématique de GIMB pour Tous avec des présentations pour chaque tranche d'âge. Cette journée nationale « GIMB pour tous » a présenté les avancées sur plan national GIMB et se base sur la thématique de l'accessibilité du programme GIMB pour toutes les franges de la population, notamment les personnes âgées, les personnes en situation de handicap ou d'exclusion ainsi que les non-Luxembourgeois. 132 personnes ont participé.

Les différentes présentations se sont regroupées sous les thématiques suivantes :

- Les avancées du plan national GIMB ;
- Les bienfaits de l'activité physique ;
- Les projets labellisés GIMB s'expriment ;
- Manger équilibré, c'est possible !

Une exposition GIMB a été créée et exposée à la Coque du 26 avril 2023 jusqu'au 1 juillet 2023. Différents panneaux ont été installés, exposant les recommandations officielles pour une alimentation équilibrée et une activité physique régulière, et donnant des idées pratiques pour mettre en place ces recommandations dans la vie de tous les jours.

Formation continue grand public : Symposium « Bewegung mehr als nur Sport ? - Sport mehr als nur Bewegung? »

Sur initiative conjointe du Lycée technique pour professions éducatives et sociales (LTPES), du groupe Elisabeth et de l'INAPS, s'est déroulé le samedi, 30 septembre de 2023, le symposium organisé autour du thème de l'éducation au mouvement pour enfants et jeunes sous l'intitulé bi-interrogatif « Bewegung mehr als nur Sport? - Sport mehr als nur Bewegung? » (L'activité physique au-delà du sport ? - le sport au-delà de l'activité physique ?).

L'ouverture du symposium s'est faite en présence du ministre des Sports et du ministre de l'Éducation, en présence du ministre de la Santé dans l'après-midi et des dirigeants représentant la tripartite





organisationnelle placée sous le partenariat « LTAD – Lëtzebuerg lieft Sport (LTAD – LLS) » et « Gesond iessen, Méi beweegen (GIMB) ».

Quelques 200 personnes se sont rassemblées de 9 à 17 heures dans les locaux du LTPES à Mersch pour suivre un programme varié, riche en informations et bonnes pratiques promouvant le plaisir de bouger et de faire du sport en faveur d'un développement physique et psychique sain pendant l'enfance et l'adolescence.

Le symposium s'est adressé, à titre gratuit, aux acteurs les plus divers, intéressés et concernés par la thématique, en leur offrant, en complément aux exposés de la matinée et aux ateliers pratiques de l'après-midi, une plateforme de rencontre et d'échange unique avec experts nationaux et étrangers, spécialistes dans le domaine de l'éducation physique des enfants et jeunes.

Le bureau de coordination GIMB a participé au comité d'organisation, à l'organisation et commande de la nourriture et à la préparation et à l'exécution d'un workshop sur l'activité physique et alimentation saine chez les jeunes (4 à 6 ans), auquel ils ont participé 12 éducateurs.

(Objectif 1, Mesure 2, Activité 2.1.)

## 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 iessen, Méi Beweegen », le Ministère ayant la Famille dans ses attributions veille à sensibiliser ses différents publics à l'importance tant d'une alimentation saine et équilibrée que d'une activité physique régulière et adaptée. Qu'il s'agisse des personnes âgées, vulnérables, défavorisées ou en situation de handicap ou d'exclusion, elles sont en effet susceptibles d'être concernées par la problématique croissante de l'obésité et de la sédentarité.

Concernant les personnes âgées, les Clubs Seniors proposent une vaste panoplie d'activités physiques et sportives à leurs clients, en misant sur l'aspect à la fois sain et convivial de ces activités. Dans la mesure du possible, ils proposent également des activités autour de l'alimentation saine, notamment des cours de cuisine saine et des conférences, mais aussi des repas sains pris en commun. De ce fait, la mise en œuvre du programme GIMB permet non seulement de lutter contre la sédentarité et l'obésité, mais aussi contre l'isolement social. De ce fait, le Comité interministériel a attribué le Label « Gesond iessen, Méi



Beweegen » à l'ensemble des Clubs Seniors, 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 Seniors 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.)

De manière générale, les gestionnaires du secteur des personnes âgées organisent depuis plusieurs années des journées, voire des semaines spécifiques pour sensibiliser leurs clients et leurs résidents à une alimentation saine et équilibrée et de nombreux gestionnaires proposent également des initiatives visant à favoriser l'activité physique régulière et adaptée ainsi que la mobilité des personnes âgées dépendantes dans leurs institutions.

(Objectif 1, Mesure 1, Activité 1.2.)

### Collaborations avec le milieu du travail

En 2021 et sur base de travaux des années précédentes, le GIMB a élaboré un concept pour promouvoir une activité physique régulière et adaptée et une alimentation équilibrée au travail.

Ce concept sera mis en pratique dans les années à venir.

En 2023, le GT GIMB au travail a développé les actions suivantes :

- Création de 8 fiches alimentaires, selon les règles d'accessibilité pour tous, adaptées à chaque type de travail et traduites en français, anglais, luxembourgeois et allemand ;
- Diffusion d'un sondage parmi les entreprises avec l'aide des services de santé au travail (notamment le Service de Santé au Travail Multisectoriel et le Service de Santé au Travail de l'Industrie). Le but était de voir quelles actions se font déjà et ce dont les entreprises auraient besoin afin de mettre un projet GIMB en place. 650 entreprises ont répondu au sondage ;
- Création de outils pédagogiques pour inciter l'alimentation équilibrée et l'activité physique au sein du travail, tels que : coussins de fitness.
- Le lancement d'un guide méthodologique et d'un guide pratique pour promouvoir et faciliter la mise en place des actions GIMB pour les employeurs et les employées.

(Objectif 1, Mesure 1, Activité 1.1.)



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

Afin d'assurer que les actions qui sont développées dans le cadre de GIMB soient adaptées aux besoins de la population vulnérable, le programme et le label GIMB ont été discutés avec les épiceries sociales, la banque alimentaire et avec les ateliers thérapeutiques.

En 2023, les épiceries sociales Caritas Buttek qui participent au programme GIMB, ont publié un livre de recettes. Les recettes s'inspirent des aliments disponibles dans les épiceries sociales et sont composées d'ingrédients habituels du placard à provisions. Ce livre de recette est disponible en ligne et dans les épiceries sociales. En collaboration avec le ministère de la Famille, des Solidarités, du Vivre ensemble et de l'Accueil, le livre sera traduit en plusieurs langues et en langage facile pour le rendre davantage accessible à la population.

En 2023, l'accessibilité de tous les documents produits par GIMB était une priorité qui se poursuivra à l'avenir. Toute recommandation dans le cadre de GIMB est publiée sur le site internet [gimb.lu](http://gimb.lu) avec le respect des critères d'accessibilité. Les documents suivants ont été rendus accessibles :

- Exposition GIMB à la Coque avec un QR Code qui renvoie sur un document sur le site GIMB en plusieurs langues et accessible ;
- Guide pour une alimentation équilibrée dans les services d'éducation et d'accueil ;
- Guide pour le GIMB au travail ;
- Fiches alimentaires pour une alimentation équilibrée selon les différents types de travail.

## 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**

(Objectif 1, Mesure 1, Activité 1.1.)

*Pour certains indicateurs qualitatifs, aucun résultat ne peut être inscrit dans l'évaluation. L'année 2021 était une année d'exception et certains projets ont dû être annulés ou reportés à une date ultérieure à cause de la crise sanitaire.*



Indicateur	Résultat pour 2023
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</li></ul> Les membres du conseil supérieur n'ont pas encore été nommés. <ul style="list-style-type: none"><li>- Nombre de réunions du comité exécutif : 4</li><li>- Groupes de travail : 24</li></ul> Comité national allaitement : 4 GIMB pour tous : 3 GIMB au travail : 7 Alimentation à base végétale : 6 Alimentation dans les SEA's – 3mois à 4 ans : 4  Participation des membres nommés au comité exécutif : <ul style="list-style-type: none"><li>- 25.01.2023 : 7 sur 8 membres (4 ministères représentés)</li><li>- 19.04.2023 : 7 sur 8 membres (4 ministères représentés)</li><li>- 20.09.2023 : 5 sur 8 membres (4 ministères représentés)</li><li>- 06.12.2023 : 7 sur 8 membres (4 ministères représentés)</li></ul>
Organisation par l'équipe focal point ministérielle GIMB de réunions au sein de son ministère et participation des agents invités	1 réunion de l'équipe focal point à la DISA
Nombre d'activités GIMB réalisées en partenariat avec plusieurs ministères engagés	<ul style="list-style-type: none"><li>- Uebst an Schoulmëllechprogramm (DISA, MENEJ et ministère de l'Agriculture)</li><li>- clever move (MENEJ et MSP)</li><li>- bicycool (MENEJ, MSP)</li><li>- schouldoheemJ.lu (MENEJ, MSP/ENEPS)</li><li>- ActivDoheem (MENEJ/SNJ, MSP/ENEPS)</li></ul>
Inscription d'une ligne budgétaire GIMB pour l'ensemble des ministères engagés	M3S : 251.380 € MSP : 50.200€ MENEJ : 25.000€ MIFA : Budget voté : 17.500 € + 22.500 €



Indicateur	Résultat pour 2023
Rédaction et diffusion d'un rapport d'activité GIMB pour chaque ministère engagé	Les ministères de la Santé, des Sports, de l'Intégration et à la Grande Région ont publié des passages ou chapitres 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://www.gimb.public.lu">www.gimb.public.lu</a>
Diffusion des informations transmises entre le niveau européen et international et le niveau national	<a href="#">Health Promotion and Disease Prevention Knowledge Gateway</a>

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

Indicateur	Résultats pour 2023
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>- 41 activités se déroulant en 2023 ont été labélisées GIMB ;</li><li>- 5 projets ciblaient des activités pour les enfants et adolescents, 5 pour les enfants, adolescents et adultes, 3 pour des populations spécifiques et 7 pour la population générale 11 ciblaient les deux thématiques GIMB (alimentation et activité physique) et 1 activité ciblait uniquement l'activité physique et 2 uniquement l'alimentation équilibrée ;</li><li>- S'y ajoute toute une panoplie d'activités organisées par les 21 Clubs Seniors tout au long de l'année autour de l'activité physique et de l'alimentation saine ;</li><li>- La moyenne du nombre de participants était d'environ 560 participants par projet, avec un total d'environ 23.000 personnes pour tous les projets.</li></ul>
Nombre d'outils développés pour la mise en place d'activités GIMB selon les secteurs	/



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

Indicateur	Résultats pour 2023
Nombre de recommandations développées et mises à jour selon les objectifs fixés	Recommandations pour une alimentation à base végétale ( <i>en cours</i> ) ; Recommandations une alimentation équilibrée dans les SEA's – 3 mois à 4 ans ( <i>en cours</i> ) ; Recommandations sur l'approvisionnement alimentaire dans les distributeurs automatiques ( <i>en cours</i> ) ; Recommandations pour l'alimentation des femmes enceintes ( <i>en cours</i> ).
Disponibilités des recommandations pour les professionnels et la population (internet, papier ...)	Les recommandations se trouvent sur le site internet et en version papier (selon la commande).
Visite du site internet et des outils mis à disposition	Visité : 10.516 fois Total de « nombre de pages consulté » : 29.003
Présence et mise 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	4 activités ont reçu un soutien financier

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

Indicateur	Résultats pour 2023
Participation des représentants des acteurs de terrain aux réunions du comité exécutif et des groupes de travail selon les publics cibles	COMEX : 8 participants/ 10 invités GT GIMB au travail : 6 participants/ 13 invités GT GIMB pour tous : 5 participants/9 invités GT Alim équilibrée dans les SEA's : 6 participants /8 invités GT Alim à base végétale : 6 participant /7 invités



<b>Indicateur</b>	<b>Résultats pour 2023</b>
Participation des acteurs organisant des activités labélisées GIMB aux journées d'échange de bonnes pratiques	Journée GIMB : 132 participants
Nombre d'évènements organisés pour la mise en réseau des différents partenaires et nombre de participants à ces évènements selon les publics cibles	Symposium Bewegung mehr als nur Sport? - Sport mehr als nur Bewegung? » Journée GIMB Total : 332 participants

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

<b>Indicateur</b>	<b>Résultats pour 2023</b>
Nombre d'activités réalisées dans le cadre de GIMB pour les populations vulnérables	3 activités labélisées étaient destinées à des populations vulnérables
Nombre d'activités réalisées dans le cadre de GIMB pour les adultes	5 activités labélisées étaient destinées aux adultes
Nombre d'activités réalisées dans le cadre de GIMB pour les personnes âgées	21 Clubs Seniors ont proposé tout au long de l'année une panoplie d'activités pour promouvoir l'activité physique et l'alimentation saine.