



20^{ème} anniversaire Gesond Diddeleng

- septembre 2024 -

20^{ème} anniversaire Groupe de travail Gesond Diddeleng

Nous célébrons aujourd'hui un anniversaire exceptionnel ! En effet, il y a 20 ans, la Ville de Dudelange prenait l'initiative de fonder le groupe de travail **Gesond Diddeleng**, avec pour principal objectif l'augmentation de l'espérance et de la qualité de vie de nos concitoyen·nes. Ce projet était tout à fait innovateur, puisque Dudelange était alors la 1^{ère} et unique commune du pays à mettre ce type de service à la disposition de ses habitant·es. À ce jour, la Ville de Dudelange est toujours la seule commune du pays à avoir en son sein un groupe de travail dédié à la santé de ses habitant·es, mais aussi un poste de chargée à la santé !

Si au départ, seules les générations séniors étaient visées, le public-cible de ce service s'est rapidement étendu à l'ensemble de la population dudelangeoise.

Principe de base : la prévention avant tout !

« La santé dépend plus des précautions que des médecins », déclarait Bossuet au 17^{ème} siècle. C'est également ce sur quoi se base le travail de Gesond Diddeleng : la prévention. Considérant les statistiques nationales de mortalités principales, les axes de prévention furent rapidement définis : les maladies cardio-vasculaires et le cancer sont les pathologies qui touchent le plus nos concitoyen·nes avec l'âge.

À cela s'ajoute l'augmentation de l'espérance de vie qui entraîne inévitablement une augmentation des maladies dites de civilisation au sein de la population, dont les conséquences peuvent être lourdes : diminution de la qualité de vie, années de vie perdues. La prévention, qui englobe celle des maladies et de leurs conséquences, devait figurer au premier rang des mesures de notre politique de santé et donc du travail de ce nouveau groupe.

Le concept de travail

La prévention (primaire) passe tout naturellement par l'information et la sensibilisation. Ainsi, le concept de travail repose-t-il sur l'idée d'offrir aux groupes de personnes qui échappent régulièrement à une consultation avec un professionnel de la médecine (car subjectivement en bonne santé) la possibilité d'obtenir des informations et des conseils gratuits et sans engagement sur toutes les questions de santé.

Parallèlement, il s'agit de sensibiliser la population aux maladies et à leurs conséquences et d'attirer l'attention sur la possibilité de participer à ce que l'on appelle un « examen de dépistage ». Parmi les toutes premières actions du groupe de travail Gesond Diddeleng figure ainsi dès 2004 le « Gesondheetsdag » (la Journée Santé) qui remplit très exactement ces deux volets d'information et de sensibilisation.

Matinée Santé : 20^{ème} édition !

C'est donc également la 20^{ème} édition de cet événement qui a pris la forme depuis plusieurs années d'une « Matinée Santé ». Car même pendant la période du Covid, nous avons tenu à poursuivre nos objectifs de sensibilisation et d'information, plus que jamais indispensables. La « Matinée Santé » s'est alors transformée en « Semaine virtuelle de la Santé » avec une série de présentations virtuelles de diverses institutions ainsi que des cours virtuels de zumba pour sénior-es, d'animation pédagogique pour enfants, de yoga, de relaxation musculaire, de premiers secours en cas d'urgence cardiaque, etc.

Des cours, des activités, des conférences et d'indispensables collaborations

Gesond Diddeleng organise aussi depuis de nombreuses années des cours hebdomadaires, dont le Laftreff (course à pied), le Trëppeltreff (marche à pied), le Nordic Walking et le cours de PMR (Progressive Muscle Relaxation). Les plus jeunes en situation de surpoids disposent d'un cours d'exercices physiques qui leur est spécialement dédié : le « Wibbel ».

Gesond Diddeleng est également à l'initiative des nombreuses conférences et autres activités. Il a en outre contribué à la mise en place des nombreux défibrillateurs publics sur le territoire de la ville de Dudelange ainsi qu'à l'initiation des enfants et des enseignants de l'école fondamentale aux gestes de réanimation cardio-respiratoires, en collaboration avec le service de Santé scolaire de la ville et le CGDIS.

Le groupe de travail fonctionne au quotidien grâce à sa collaboration exemplaire avec le ministère de la Santé, le CHEM, le CGDIS et les autres services communaux, tous engagés dans la prévention et le maintien en bonne santé de l'ensemble de nos concitoyen·nes.

Programme spécial 20^{ème} anniversaire

La Matinée santé :

À 9h30 : Ouverture officielle de la 20^{ème} édition de la « Matinée Santé », en présence de la ministre de la Santé Martine Deprez et des membres du collège des bourgmestre et échevins et du conseil communal.

- > de 9h00 à 13h00, la salle des commissions de l'Hôtel de ville accueillera des cours d'activités physiques pour tout âge ainsi que des démonstrations avec un défibrillateur
- > au 1^{er} étage, dans la salle Nic Birtz, le CHEM proposera des consultations et de petits examens. La clinique du Sport sera également présente et des tests pourront être réalisés (tension artérielle, glycémie...)
- > sur la place de l'Hôtel de Ville, de nombreux stands d'associations seront présents pour informer le public sur leurs activités.

Une soirée de célébration

Le vendredi 20 septembre 2024, nous aurons l'occasion de célébrer ensemble le 20^{ème} anniversaire du groupe de travail Gesond Diddeleng et d'assister à une soirée passionnante.

Celle-ci débutera dès 19h00 avec l'allocution de bienvenue de Dan Biancalana, député-maire, celle de Roby Goergen, Président du Groupe de travail Gesond Diddeleng puis Martine Deprez, ministre de la Santé et de la Sécurité sociale.

Après quoi nous aurons l'honneur d'assister à la conférence du Pr. Dr. Dr. Stefan Schneider « Warum Bewegung nicht nur fit sondern auch intelligent macht. Von Kindern und Kosmonauten-neurokognitive Effekte von Sport und Bewegung ». (« Pourquoi l'exercice physique rend également intelligent : des enfants aux cosmonautes, les effets neurocognitifs de l'exercice physique et du sport ». Avec traduction simultanée en langue française). Le professeur Stefan Schneider est docteur en sciences du sport et théologien et dirige le Centre de physiologie intégrative dans l'espace à l'Université des sports de Cologne.

Il consacre une grande partie de son temps à la communication scientifique. Il donne des conférences dans le monde entier sur les liens entre le sport, l'activité physique et la santé mentale.

Le groupe de travail Gesond Diddeleng :

- Roby Goergen (président)
- Manon Haag (chargée à la Santé pour la Ville de Dudelange)
- Emina Rizvic (secrétaire)
- Luc Aniset (membre d'honneur – fondateur)
- Alain Becker (membre d'honneur – fondateur)
- Dan Biancalana

- Dr Jean-Paul Gangler
- Myriam Keller
- Sven Loscheider
- Jennifer Saffran
- Brit Schlussnuss
- Yves Vesque

INTERVIEWS ET TÉMOIGNAGES

Nous avons rencontré Manon Haag, en charge du groupe Gesond Diddeleng, pour lui poser quelques questions et lui faire évoquer quelques moments forts de ces 20 ans.

VDD : « Manon, vous faites partie de Gesond Diddeleng presque depuis le début. Quelle fut votre motivation pour prendre en charge la gestion de ce groupe ? »

MH : « J'ai été très tôt dans ma carrière professionnelle confrontée à la diversité des conséquences physiques, psychiques ou sociales que peut avoir une maladie sur le patient, mais également sur son entourage. Ces conséquences sont bien souvent sous-estimées. Je me suis ainsi passionnée depuis de longues années pour la prévention, en particulier celle des pathologies chroniques et des maladies dites de civilisation. »

VDD : « Quels seraient pour vous les moments forts vécus par le groupe de travail ces 20 dernières années ? »

MH : « Sans hésiter la période de la covid ! Elle fut bien sûr très difficile à vivre pour nombreux·ses d'entre nous. Pour notre groupe, le défi fut de trouver coûte que coûte les moyens de rester en contact avec la population. Notre public cible, bien qu'il soit constitué de la population dudelangeoise dans sa totalité, est composé en grande partie de sénior·es, d'où l'importance cruciale de conserver un lien étroit et direct avec eux·elles. Ce fut un défi énorme à relever ! Cela dit, l'aspect positif et inattendu de cet événement sans précédent fut le « réveil » qu'il a provoqué : en effet, si le public se contentait de plus en plus du contact virtuel, l'isolement provoquée par la covid l'a fait se rendre compte du besoin inéluctable du contact humain. Ce public fut par la suite plus facile à mobiliser pour participer à nos nombreuses activités. »

VDD : « Quels sont pour vous les objectifs et les défis à relever les prochaines années pour Gesond Diddeleng ? »

MH : « La priorité absolue est la mise en réseaux ! Nous devons absolument poursuivre, inciter et participer activement aux liens entre les professionnel·les du domaine médical et paramédical, les institutions publiques et l'ensemble des parties prenantes. C'est un aspect indispensable à la qualité de travail et aux prestations offertes à la population. Plus

concrètement, nous prévoyons aussi de mettre l'accent sur nos cours : renforcer ceux qui rencontrent déjà un large succès, explorer éventuellement des cours « de niche » qui existent encore nulle part ailleurs et proposer de nouveaux cours. En 20 ans, nous avons toujours été flexibles et avons su nous adapter aux évolutions de la société. Tout comme nos partenaires, en particulier le CHEM, avec qui notre collaboration est exemplaire. Nous poursuivrons sur cette voie ! »

Le mot du Président

Roby Goergen occupe la présidence du groupe de travail Gesond Diddeleng depuis un an. Nous lui avons posé quelques questions.

VDD : « Quels ont été vos principales motivations lorsque vous avez accepté la présidence du groupe de travail Gesond Diddeleng ? »

RB : « L'engagement pour mes concitoyen·nes a toujours fait partie de ma vie. Preuve en est : je suis bénévole aux services de secours depuis 1985 et j'occupe actuellement un poste de pompier professionnel au CGDIS. Il était donc tout naturel pour moi d'accepter ce poste pour aller plus loin encore dans mon engagement et mes convictions. »

VDD : « Quels sont les principaux défis à relever pour le groupe de travail à l'avenir ? »

RB : « D'une part, la démographie a beaucoup évolué et les personnes âgées, en particulier grâce aux progrès de la médecine, sont de plus en plus nombreuses. Cela signifie également que notre travail de prévention pour aider nos sénior·es à conserver une qualité de vie élevée revêt une importance grandissante. D'autre part, nous souhaitons consacrer une partie de notre travail aux jeunes et aux générations futures. Nous comptons, par exemple, élargir notre offre dédiée aux enfants en surpoids, mais aussi nous pencher sur le sujet de la santé mentale.

Nous devons nous remettre chaque jour en question et nous adapter ! C'est un défi que nous relevons ensemble, grâce à une équipe passionnée et pleine d'énergie ! »

Le collège des bourgmestre et échevin·es

Dan Biancalana, bourgmestre

Loris Spina, Josiane Di Bartolomeo-Ries, René Manderscheid, Claudia Dall'Agnol, échevin·es