

**Bouger, pour mieux vivre avec sa maladie**

# Rapport Annuel

2025



Fédération Luxembourgeoise des  
Associations de Sport de Santé

## L'année en chiffres

**12**

membres

**25 274**

participations aux cours

**4 594 h**

de cours thérapeutiques

**+440 h**

de cours par  
rapport à 2024

**409 250 €**

reversés aux membres  
de la FLASS

**73**

médecins formés pour le projet  
prescription d'activité physique

## Qui sommes-nous ?

La FLASS — Fédération Luxembourgeoise des Associations de Sport de Santé — réunit des organisations qui proposent des cours d'activité physique adapté aux personnes vivant avec une maladie chronique ou une pathologie : maladies cardiaques, cancer, diabète, Parkinson, sclérose en plaques, obésité et bien d'autres.

Les missions de la FLASS sont :

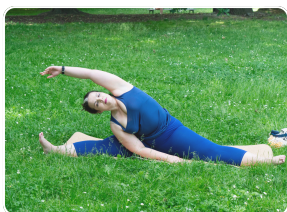
- développer et diffuser le concept de « Sport de Santé » au Luxembourg,

**sport santé** 

- promouvoir les activités physiques dans le domaine « Sport de Santé »,
- soutenir l'effort de formations des moniteurs et d'autres personnels d'encadrement, garantir la sécurité et la convivialité des pratiques offertes.



En 2025, la FLASS a emménagé dans ses nouveaux bureaux situés au 2, rue Thomas Edison à Strassen et a renforcé son équipe avec l'arrivée de Gaetane Randaxhe, chargée de l'innovation et de la qualité des programmes, à compter du 15 avril 2025.



En 2025, la fédération s'est enrichie de l'adhésion d'une nouvelle association, Think Pink Lux, portant ainsi à douze le nombre total de membres.

### Nos 12 associations membres :



# L'activité physique thérapeutique en 2025

L'activité physique thérapeutique, c'est bien plus que du sport : c'est une pratique encadrée par des professionnels qualifiés, adaptée à l'état de santé de chacun et dispensée dans un environnement bienveillant.

En 2025, nos membres ont enregistré une participation moyenne de 7,2 participants par cours.

Un effort soutenu de sensibilisation est engagé afin de toucher encore davantage de patients et leur permettre de bénéficier pleinement de ces programmes.



**4 594 h**  
de cours dispensés

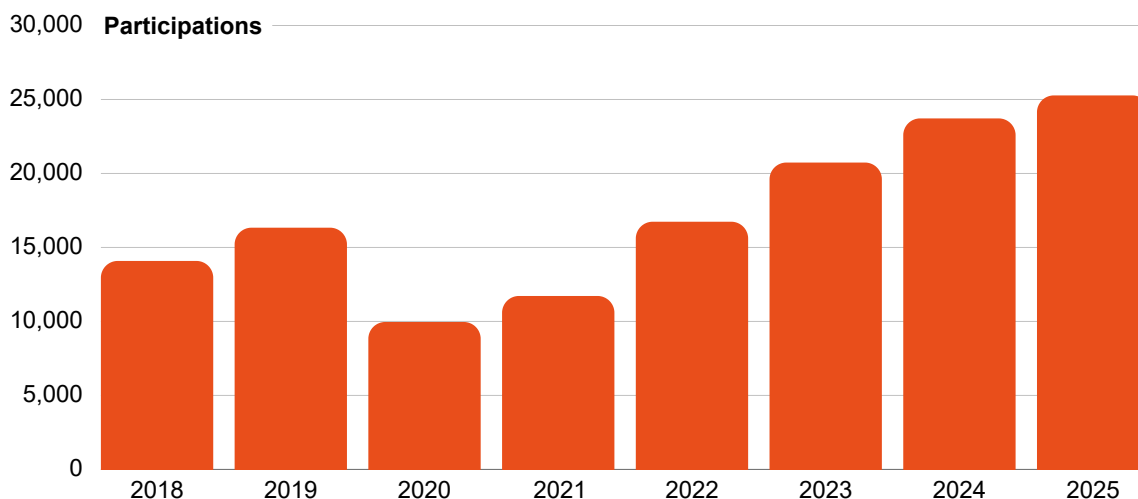


**+440 h**  
de plus qu'en 2024



**25 274**  
participations  
totales

## Évolution des activités depuis 2018



Heures de cours	1 990	2 412	1 748	2 392	3 486	3 778	4 153	4 594
Budget remboursé	191 k€	210 k€	142 k€	177 k€	255 k€	288 k€	350 k€	409 k€

Note : la baisse de 2020 est liée à la pandémie de COVID-19.

## La grande nouveauté : prescription d'activité physique

En 2025, la FLASS a franchi une étape majeure en collaborant étroitement avec un comité de pilotage réunissant le ministère de la Santé et de la Sécurité Sociale, le ministère des Sports et d'autres institutions partenaires. Ensemble, nous avons lancé un projet pilote inédit au Luxembourg : intégrer l'activité physique au cœur du parcours de soins, en permettant aux médecins de la prescrire comme un véritable traitement.

# 3 séances

de formation de médecins

# 73

médecins formés

# Jan. 2026

lancement

La FLASS a contribué à la formation de 73 médecins, désormais capables de prescrire de l'activité physique dans le cadre du projet pilote.

Les pathologies ciblées en priorité sont les maladies cardiovasculaires, le cancer et le diabète de type 2. Les patients reçoivent une prescription et contactent directement la FLASS, qui les oriente vers l'organisation la mieux adaptée à leurs besoins.

Pour soutenir ce projet, des flyers et posters ont été réalisés, et un outil numérique de suivi (SportMember) a été sélectionné après de nombreuses réunions, afin d'assurer un accompagnement personnalisé tout au long du programme.

**SPORTMEMBER**



## Formation & qualité des programmes

La FLASS veille à la qualité des cours proposés en formant les professionnels et en réalisant des visites régulières sur le terrain :

- 9 professionnels de santé formés à l'ENSA (Ecole Nationale de Santé du Luxembourg) dans le cadre de l'option Sport-Santé.
- Suivi de la formation « Moniteur Sportif Sport-Santé » LUXQF3, en partenariat avec l'INAPS (Institut National de l'Activité Physique et des Sports).
- Encadrement de 3 stagiaires provenant du Lycée d'Ermesinde, de l'Université de Liège et de l'Université de Lorraine.

- Visites qualité réalisées au sein des cours proposés par nos membres : ALD, ALGSC, ALGSO, Think Pink Lux, MSL et MSGOM.

La FLASS a organisé plusieurs réunions pour réfléchir à la création de nouveaux cours, en collaboration avec :

- le Centre de Réhabilitation du Château de Colpach,
- le Domaine Thermal de Mondorf,
- LUNEX,
- ainsi que les communes de Dudelange, Differdange, Sanem, Strassen et Steinfort-Koerich-Garnich.

## Visibilité et partenariats

La FLASS a participé à de nombreux événements de sensibilisation grand public et contribue activement à la production de connaissances sur l'activité physique thérapeutique, au Luxembourg et à l'international.



**4**  
stands et  
manifestations



**4**  
articles,  
dépliant et affiche



**7**  
collaborations



**1**  
projet  
pilote



**7**  
représentations  
de la FLASS

### Partenariats et collaborations :

Au Luxembourg, la FLASS collabore avec : Comité Olympique et Sportif Luxembourgeois (COSL), Institut National du Cancer, Plan National Maladies Cardio-Neuro-Vasculaires, Conseil Scientifique, Observatoire National de la Santé et Luxembourg Institute of Health (LIH).

### Articles grand public :

- *L'activité physique face au surpoids: ça matche!* publié dans Letz Be Healthy, et RTL
- *Octobre Rose : faut-il rester dynamique lorsqu'on a un cancer ?* publié dans Letz Be Healthy, et RTL

## Recherche et rayonnement scientifique

Deux articles scientifiques avec l'affiliation de la FLASS :

- *What health-related messages are promoted during mega sports events? A multi-country study of Paris 2024 Olympic and Paralympic Games.*
- *Development of a physical activity prescription in Luxembourg.*

À l'international, la FLASS est membre actif du réseau HEPA Europe (Health-Enhancing Physical Activity), avec Alexis Lion élu président (chair) en 2025, une reconnaissance exceptionnelle pour le Luxembourg.

Lors de la conférence HEPA Europe à Kaunas (Lituanie), du 17 au 19 septembre 2025, la FLASS a contribué à trois interventions :

- 2 communications orales :
  - Organisation of exercise training during the lifetime-maintenance stage of cardiac rehabilitation across Europe
  - Physical Activity Promotion in Healthcare Settings: A Survey in Europe
- 1 symposium organisé par la FLASS :
  - Physical activity referral schemes and supporting guidelines.



## Perspectives 2026

- **Lancement du projet pilote de prescription d'activité physique** par les médecins (janvier 2026) — une première au Luxembourg.
- **Développement de nouveaux types de cours** dans les communes de Dudelange, Sanem, Differdange, Strassen et Steinfort-Koerich-Garnich.
- **Développement de partenariats stratégiques** avec le Centre de Réhabilitation Château de Colpach, le Domaine Thermal de Mondorf et la LUNEX.
- **Participation à l'organisation de l'Olympiade IVV 2027** organisée par la Fédération Luxembourgeoise de Marche Populaire.
- **Renforcement de l'équipe** avec le recrutement d'un chargé de communication et d'un gestionnaire administratif à temps plein.



**Merci à toutes nos associations membres, à nos partenaires et à nos bénévoles.**

La FLASS est soutenue par le Ministère de la Santé et de la Sécurité Sociale et le Ministère des Sports.



2, rue Thomas Edison  
L-1445 Strassen  
[www.sport-sante.lu](http://www.sport-sante.lu)

