

# „Strukturen noch zu wenig genutzt“

Für Dr. Charles Delagardelle ist der Sport als Therapiemittel unzureichend im Bewusstsein verankert

VON PIERRE GRICIUS

Mit dem Kürzel FLASS können die wenigsten etwas anfangen. Die Verantwortlichen der Fédération luxembourgeoise des associations de sport de santé sind sich dessen bewusst. Am Samstag wollen sie ihre Anliegen einem breiteren Publikum bekannt machen.

Gesundheitssport ist wenig spektakulär und schafft es deshalb bei den Medien kaum in die Schlagzeilen. Gesundheitssport, so wie er innerhalb der Strukturen der FLASS (Fédération luxembourgeoise des associations de sport de santé) organisiert und betrieben wird, ist zudem auch nicht gleichzustellen mit dem Freizeit- und Feierabendssport, bei denen der gesundheitsfördernde Aspekt und der Spaßfaktor im Mittelpunkt stehen. Wer innerhalb der Gruppen der FLASS aktiv ist, hat in der Regel eine mehr oder weniger schwere Krankheit hinter sich gebracht. Die regelmäßige sportliche Aktivität ist Teil der medizinischen Therapie.

Wie jeder Verband hat die FLASS eine Geschichte. Diese geht auf die Herzsportgruppen zurück, die zu Beginn der 1980er-Jahre von Dr. Charles Delagardelle gegründet wurden. Auf Betreiben des in Sportlerkreisen bestens bekannten Kardiologen wurde die Association luxembourgeoise des groupes sportifs pour cardiaques (ALGSC) dann 1989 auch in das COSL, die Dachorganisation des organisierten Luxemburger Sports, aufgenommen.

Sport in seiner spezifischen Form einer kontrollierten körperlichen Aktivität nach einem gesundheitlichen Vorfall – oft war es bei den Herz- und Kreislaufkrankheiten ein Herzinfarkt – wurde damit offiziell anerkannt, innerhalb der Strukturen des Sports wie auch des Gesundheitsministeriums. „Das war ein erster Schritt. Wir waren uns aber auch zumindest seit der Jahrtausendwende bewusst, dass auch bei anderen Krankheiten, zum Beispiel bei verschiedenen Krebserkrankungen, chronischen neurologischen Erkrankungen (Parkinson und multiple Sklerose), dem Schlaganfall (Gehirnschlag), Diabetes und Fettleibigkeit, gewissen orthopädischen Krankheiten und auch gewissen seltenen Krankheiten, Sport in der Therapie eine wichtige Rolle spielen könnte“, so Delagardelle.

## Œuvre Grande-Duchesse Charlotte als Geburtshelfer

Die Idee, sämtliche Gesundheitssportarten innerhalb einer Struktur zu organisieren, lag eigentlich in der Konsequenz dieser Entwicklung. Gelegentlich eines 2012 von der Œuvre nationale de secours Grande-Duchesse Charlotte organisierten Rundtischgesprächs machte sich Präsident Pierre Bley stark für diese Initiative. „Die Œuvre war eigentlich unser erster Sponsor“, findet Delagardelle anerkennende Worte.

Mit „unser“ ist die FLASS gemeint, die im Februar 2016 gegründet und schon weniger als einen Monat später als



Dr. Charles Delagardelle hatte in den 1980er-Jahren mit der Gründung der Herzsportgruppen die Basis für die Fédération luxembourgeoise des associations de sport de santé gelegt. (FOTO: PIERRE MATGÉ)

Gesundheitssportverband in das COSL aufgenommen wurde. Dafür mussten die Herzsportgruppen ihre Mitgliedschaft beim COSL aufgeben, um innerhalb der übergreifenden Struktur der FLASS integriert zu werden.

Als Anerkennung der sowohl seitens des Gesundheitsministeriums als auch des COSL bis dahin geleisteten Arbeit wertet der Mediziner den Umstand, dass das Organisationsmodell der Herzsportgruppen, das sich bewährt hatte, innerhalb der FLASS übernommen wurde.

## FLASS funktioniert unbürokratisch und effizient

Das war sicherlich ein kluger Schachzug, durch den im Interesse von Effizienz der lange Weg, mit jeder Gruppe Verträge abzuschließen, vermieden wurde. Finanziell steht die FLASS jetzt auf festen Füßen, so ihr Vorsitzender Delagardelle. Die Gesundheitsministerin Lydia Mutsch hat nicht nur das Projekt moralisch unterstützt, sondern auch einer substanziellen Erhöhung des Budgets zugestimmt sowie die Anstellung von Dr. Alexis Lion als Koordinator und Kontaktperson der FLASS übernommen.

Die Strukturen sind demnach aufgebaut, die Finanzierung der Aktivitäten ist gesichert, dennoch ist Dr. Delagardelle nicht ganz zufrieden: „Patienten, die nach ihrer Krankheit kontrolliert sportlich

aktiv sind, verbessern ihre Lebenserwartung je nach Krankheit um zehn bis 15 Prozent, das haben zahlreiche Studien weltweit ergeben. Eine große epidemiologische Studie, die 2012 im Lancet, eine der ältesten medizinischen Fachzeitschriften, publiziert wurde, hat die weltweite Bedeutung des Risikofaktors „Bewegungsmangel“ zusammengestellt, und in diesem weltweiten Vergleich liegt Luxemburg leicht unter dem Durchschnitt. Es besteht demnach Informationsbedarf, die „Matinée“ an diesem Samstag soll ein größeres Publikum sensibilisieren.

Dr. Delagardelle weist innerhalb der Gruppen auf die professionelle Betreuung durch ausgebildete Monitore hin, allein die Herzsportgruppen zählen an die 40 Übungsleiter in den drei regionalen Gruppen (Zentrum, Esch/Alzette und Ettelbrück).

Der finanzielle Aufwand ist denkbar bescheiden für die, die mitmachen, in der Regel ist der Mitgliedsbeitrag nicht höher als 50 Euro für ein ganzes Jahr. Bei seinem Werben für die gute Sache macht Dr. Delagardelle einen Vergleich: „In den Fitnessstudios muss man deutlich mehr bezahlen, aber bei uns sind die Monitore viel besser ausgebildet, zudem wird bei der FLASS Sport in der Regel in der Gruppe betrieben.“ Nicht nur für die Gesundheitssportler der FLASS,

aber auch für diese gilt demnach, dass Sport im Verein am schönsten ist. Man muss es nur wissen.

## Praxisorientierte Ausführungen

Dr. Charles Delagardelle, treibende Kraft der Matinée du sport de santé, weist darauf hin, dass an diesem Samstag die Vorträge im Amphitheater des Centre hospitalier in Luxemburg vor allem praxisorientiert sind. Willkommen sind, neben den Vertretern der Gesundheitsberufe, die Patienten sowie das interessierte Publikum.

**Das Programm:** 9.00: Begrüßung (Charles Delagardelle); 9.05: die Initiative der Œuvre Grande-Duchesse Charlotte (Pierre Bley); 9.15: Organisation des Gesundheitssports in Luxemburg (Alexis Lion); 9.30: Herz- und Kreislaufkrankheiten (Charles Delagardelle); 9.50: Krebskrankheiten (Fernand Ries); 10.10: neurologische Krankheiten (René Metz); 10.30: seltene Krankheiten (Joseph Even); 10.40: Pause; 11.00: Übergewicht und Fettleibigkeit (Patrick Feiereisen); 11.20: orthopädische Krankheiten (Anne Frisch); 11.40: Zusammenfassung und Perspektiven (Daniel Theisen); 12.00: von Lucienne Thommes moderiertes Rundtischgespräch mit Sportminister Romain Schneider, Jean-Claude Schmit, Direktor der Santé sowie den Rednern.

## Wir suchen nebenberufliche Korrespondenten für die Sportredaktion

Sie sind sportinteressiert und kennen sich in der Luxemburger Sportwelt aus?  
Sie haben Lust am Schreiben und sind mobil?  
Sie sind mit Computer und digitalen Hilfsmitteln vertraut?

Melden Sie sich noch heute bei der Sportredaktion des Luxemburger Wort und werden Sie Teil eines dynamischen, jungen und kompetenten Teams.



Weitere Auskünfte:  
sport@wort.lu / 4993-407

Luxemburger Wort  
www.wort.lu