

SAINT-DIÉ-DES-VOSGES Santé

Marcher pour protéger son cœur

La 40^e édition du Parcours du cœur conduira les marcheurs dans le massif de l'Ormont, dimanche 2 avril. Quant aux scolaires, ils ont rendez-vous le 30 mars dans le parc Jean-Mansuy.

Les membres du club Cœur et Santé de Saint-Dié-des-Vosges ont profité d'une belle éclaircie, dimanche après-midi, lors de la reconnaissance du petit circuit du Parcours du cœur 2017 organisé en partenariat avec la Fédération française de cardiologie.

D'un bon pas, le groupe a pris la direction du massif de l'Ormont, sachant que le club choisit à chaque nouvelle édition un site différent de l'année précédente.

Départs

Dimanche 2 avril, départs libres de 8 h 15 à 13 h pour le grand circuit et de 8 h 15 à 15 h pour le petit circuit. Départs et arrivées à partir de l'Institut de formation en soins infirmiers du centre hospitalier de Saint-Dié, dont le hall servira à l'accueil du public dans quinze jours.

Les circuits

Deux parcours en boucle ont été

tracés par Michel Antoine dans le massif de l'Ormont. Un premier de 6,3 km en direction de Dijon, l'ex-préventorium Abel-Ferry et redescendre en direction de l'Ifsi.

Le second parcours de 10,5 km, réservé aux marcheurs entraînés, contourne le Bois Basselin en direction de la roche des Fées puis du Purgatoire où il bifurque avant en direction du préventorium.

Des ateliers

Les organisateurs proposent traditionnellement des activités en parallèle du Parcours du cœur.

Au programme : dépistage du diabète en partenariat avec le service de diabétologie du centre hospitalier ; mesure de la tension par les infirmières du club Cœur et Santé ; démonstration sur le défibrillateur cardiaque et le massage cardiaque par le cardiologue et les infirmières du club Cœur et Santé ; distribution de brochures éditées par la Fédération française de cardiologie.

Participation

Une participation de 2 € est demandée au profit de la Fédération française de cardiologie. Gratuit pour les enfants.



Une trentaine de bénévoles du club Cœur et Santé de Saint-Dié-des-Vosges ont pris le départ dimanche pour reconnaître le petit circuit. Photo J.F.

Avec les scolaires

Le Parcours du cœur scolaire aura lieu le jeudi 30 mars de 8 h 30 à 11 h 30 dans le parc Jean-Mansuy.

Quatre ateliers sont proposés aux élèves : atelier « Info Cardio » à l'Espace François-Mitterrand, atelier « parcours culturel » : les élèves seront répartis en « équipes » de 6 à

8 qui disposent de 2 documents fournis par le club Cœur et Santé, 2 « ateliers de gymnastique ».

Lâcher de ballons à 11 h.