Les parcours du coeur rendent visite aux hyérois

Les parcours du cœur, le 3 avril 2016 lors de leur venue au Mourillon. (Photo doc V.M.)

Samedi, au jardin Olbius Riquier, le Club Cœur et Santé Hyères Toulon organise un événement pour la prévention des maladies cardio-vasculaires, dans le cadre de l'opération nationale des parcours du cœur. Pour l'événement, les acteurs de la santé, de l'éducation et du sport seront mobilisés pour sensibiliser les Hyérois à la lutte contre les maladies cardio-vasculaires.

Activités physiques et ludiques

Tout au long de la journée, les visiteurs pourront participer à des activités physiques, dont une course de huit kilomètres ouverte aux coureurs et aux marcheurs [1]. Des formations aux gestes qui sauvent seront également proposées. Pour les enfants, des parcours ludiques sont prévus, afin de les sensibiliser dès leur plus jeune âge à l'importance de prendre soin de leur santé. Toutes ces animations sont gratuites.

Des patients qui rajeunissent

Les plus jeunes sont, en effet, une préoccupation majeure pour les médecins et cardiologues. « *L'âge des patients rajeunit à cause de l'augmentation de l'obésité, du diabète, de la consommation de tabac et surtout de la sédentarité. Aujourd'hui, les enfants restent sur leurs écrans la plus grande partie du temps et font de moins en moins de sport* » s'inquiète Dr Tartiere-Kesri, cardiologue à l'hôpital Léon Bérard et référente du Club Cœur et Santé local.

Inormations et conseils gratuits

Sur place, une équipe de professionnels de santé, dont des diététiciennes et des moniteurs d'activité physique adaptée, seront ravis de conseiller les visiteurs. Des stands seront consacrés à la mesure de la pression artérielle et de la glycémie et diffuseront des informations sur les activités physiques adaptées ou sur l'hygiène de vie au quotidien.

L'objectif de la journée est simple : expliquer aux familles hyéroises comment prendre soin de leur cœur et par conséquent, de leur santé.

ALIZÉE LE MOAL

1- La course commencera à 10 heures. Parmi les autres activités : Qi Gong, salsa,, country, un fil rouge sur vélo...
Iinscriptions : www.sportips.fr
Informations supplémentaires : www.clubcoeur-sante-hyerestoulon.fr