Ils ont les mots du cœur

SPORT ET SANTÉ D'anciens patients de l'hôpital Haut-Lévêque se mobilisent cette semaine pour sensibiliser enfants et habitants à l'exposition aux maladies cardiaques

LAURIE BOSDECHER
l.bosdecher@sudouest.fr

Tous, autour de la table du café où le rendez-vous était donné, ont la boutade facile, la mine resplendissante. Ils ne font pas semblant. Ces trois hommes sont en pleine forme. « Nous sommes des cabossés du cœur. Tous les trois ! », corrigent-ils.

Pierre Vazel, Joël Giraud et Joël Romeu sont d'anciens patients du centre hospitalier Haut-Lévêque à Pessac. Confrontés à des problèmes cardiaques il y a plusieurs années, ils continuent de se voir aujourd'hui pour pratiquer de l'activité physique. « 5 heures par semaine ! », précise Joël Romeu.

Lui est le président d'Acepta-Alliance du cœur, Pierre Vazel et Joël Giraud s'occupent de Cœur et Santé. Au total, ces deux associations permettent à une centaine d'anciens patients de Haut-Lévêque d'alterner marche nordique, sport en salle et aquagym en piscine à Pessac.

Pour la deuxième année, ces bénévoles organisent le Parcours du cœur. Une manifestation nationale, soutenue par la Fédération française de cardiologie, se déclinant dans de nombreuses villes françaises cette semaine.

Joël Romeu, Pierre Vazel et Joël Giraud, « cabossés du cœur », selon leurs mots, battent le terrain pour préconiser quelques conseils à chacun pour éviter les pépins cardiaques. PHOTO L.B.

« Pas besoin de faire peur »

« L'an dernier, on s'était contenté du marché pour sensibiliser le public aux risques qui peuvent l'exposer aux problèmes cardiaques. Cette année, nous souhaitons aussi sensibiliser les collégiens », explique Pierre Vazel. Les élèves de trois classes de quatrième du collège Gérard-Philipe rencontreront ces anciens patients vendredi matin. Ils viendront accompagnés d'un tabacologue, d'une diététicienne et d'un cardiologue. « On veut leur faire passer un message avant qu'il ne soit trop tard. Dans la vie, il n'y a pas que le goût sucré et les frites et s'ils pouvaient éviter la première cigarette, ça serait bien », indique Joël Romeu. Un pompier volontaire fera également des démonstrations de massages cardiaques.

Pas question dans ce cadre scolaire de raconter leur propre histoire. « Ça ne sert à rien de faire peur aux adolescents. De toute façon à cet âge-là, ils n'ont pas peur ! On veut leur faire passer un message positif », estiment-ils.

Dimanche sur le marché, la même équipe et quelques autres bénévoles iront à la rencontre des chalands. Ni pour s'apitoyer, ni regarder si fromages et charcuteries occupent une place trop importante par rapport aux fruits et légumes dans leur panier. « Là aussi, on transmettra simplement des informations. Nous n'avons rien à vendre, juste à partager nos mots du cœur, pour que chacun protège le sien. On offrira même des pommes », sourit Pierre Vazel.

Démos sur des défibrillateurs

Leur leitmotiv à eux s'appelle 0+5+30 : soit zéro cigarette, cinq fruits et légumes par jours et 30 minutes d'activité physique au quotidien. Plusieurs associations pessacaises feront ce même dimanche des démonstrations de beach tennis, gym volontaire, marche nordique dans le parc Razon. « De quoi concurrencer le cirque à côté », rigole le trio.

Surtout, à l'entrée du tunnel sous la gare, la Croix-Rouge sera présente. Ses bénévoles, comme au collège Gérard-Philipe, feront des démonstrations de massages cardiaques et d'utilisation de défibrillateurs. « Nous trouvons ces appareils partout aujourd'hui mais pas grand monde sait s'en servir », regrette Joël Giraud.

Outre la Croix-Rouge, les associations Sport en cœur, France AVC et Mécénat chirurgie cardiaque s'associent à la manifestation. « C'est aussi pour nous un hommage à Haut-Lévêque, la maison mère en cardiologie médicale et chirurgicale de renommée mondiale où nous avons été soignés », disent les organisateurs.