

■ BERJOU

## PARCOURS DU CŒUR. Petite participation pour la première édition

La première édition des parcours du cœur à Berjou a été un succès pour son organisateur malgré la petite participation des randonneurs.

Domicilié à Berjou depuis quelques années, Jean-Michel Blin a été sensibilisé aux problèmes de la maladie cardiaque suite à un infarctus en août dernier.

« Sitôt remis, je me suis inscrit à la fédération française de cardiologie et vu que personne n'organisait les parcours du cœur dans la région, j'ai décidé, au mois de mars, de le faire ici, à Berjou. Avec mon équipe d'une vingtaine de bénévoles nous nous y sommes pris un peu tard pour faire de la publicité, mais la fédération française de cardiologie m'avait prévenu que la première édition est toujours difficile au niveau de la sensibilisation du public. »

Il faut dire que Jean-Michel Blin n'a pas eu la tâche facile, en plus de son infarctus l'été dernier, il a eu un AVC (accident cardio-vasculaire) en février.

### Rendez-vous les 1<sup>er</sup> et 2 avril 2017

Étant bien entouré, il a réussi à mettre sur pied cette première édition des parcours du cœur dans sa commune où à peine une trentaine de randonneurs, marcheurs et cyclos, a participé



Une grande partie des bénévoles de la journée autour de Jean-Michel Blin, organisateur, au centre.

dimanche matin et après-midi.

L'association des Cyclos cardiaques de la région de Flers tenait un stand ainsi que les membres de la Protection civile pour l'initiation aux gestes qui sauvent.

Le Dr Jean-Claude Fontaine, médecin à Condé-sur-Noireau, était également présent pour donner des conseils aux visiteurs.

Une tombola était organisée tout au long de la journée et l'ensemble des recettes, avec les randonnées, va être reversée à la

fédération française de cardiologie qui aide les organisateurs des parcours du cœur en fournissant la signalétique et des affiches pour la promotion.

La journée était placée sous le signe des trois chiffres suivants : 0 ; 5 ; 30, à savoir : 0 tabac ; consommez 5 fruits et légumes par jour et faite au moins 30 minutes d'activité physique quotidiennement (marche ou autres).

« Les parcours du cœur existent depuis 1974. C'est donc la 41<sup>e</sup> édition cette

année. L'an prochain, ils auront lieu, les 1<sup>er</sup> et 2 avril. J'ai décidé d'organiser une deuxième édition en faisant davantage de promotion autour de cet événement afin de sensibiliser le maximum de personnes. Nous proposerons aussi un plus grand nombre d'activités avec le concours des associations du secteur, notamment l'Etoile-cycliste Condé-sur-Noireau » insiste Jean-Michel Blin.