



En effet, selon lui, les animaux n'ont pas conformé à l'L214 du code rural : « Chaque il étant un être sensible, doit être selon les impératifs biologiques de son espèce. »
 Pour mot d'ordre « Oul aux circo-riats sans les animaux », Bretoncolytes n'en étaient pas à leur fessal. L'année dernière à la époque ils avaient déjà répondu de Lyon à pour mettre fin à forme d'esclavage qu'est le gen.

D. L.

er King Varlin à Lyon 3^e

ite de Martin Luther King a volé sur les paroles de son re discours : « I have a t... » (J'ai un rêve). L'oeuvre nize fait face à la Bourne du L, où le pasteur noir amér- rité venu en 1966. Les per- rité présentait ont souligné risme du prédicateur et le ge d'espoir, de non-violen- justice et d'égalité qu'il a à l'humanité. La cérémonie rminée par le gospel « We zvercome » (Nous brorale is, chanté par la chorale is.

On pouvait prendre son cœur en main hier au parc de la Tête d'Or !

Comment sauvegarder ses artères ? La fédération française de cardiologie donnait toutes les réponses, hier, à la population. Gros succès, notamment, pour l'initiative aux premiers secours et les tests de prévention

Belle initiative, hier, de la Fédération française de cardiologie, à Lyon. Pour la quatrième édition, des stands avaient été installés au parc de la Tête d'Or. Au programme : les bonnes pratiques pour veiller sur son cœur et ses artères.

Le sport, était ainsi, à l'honneur, avec des activités variées (www.codar-prs.fr), d'autres, que l'on peut exercer avec son enfant (www.duokiboo.fr), en groupe (www.amitie-nature-lyon.fr), ou à vélo (www.cyclocardiagues.org).

« Un accompagnement sans culpabiliser et faire peur ! »

Et au fait, pourquoi c'est bien le sport ? « Cela permet au cœur de battre moins vite. Il se fatigue moins », explique le Dr Jean Boutarin, cardiologue et président de l'association régionale Rhône-Alpes de la Fédération française de cardiologie.

Pour se rassurer ou dépister un éventuel problème, fréquence cardiaque et tension artérielle pouvaient être calculées, sur place, tandis que des parcours à vélo et à pied étaient organisés, tout comme de dynamiques pas de danse. Les enfants, eux, avaient droit à un mur d'escalade à grimper.

L'alimentation, autre levier, pour aller mieux. Le pire, le gras, qui vient se déposer insidieusement et boucher les artères. Gros succès au stand des élèves infirmières venues bénévolement prélever des gouttes de sang aux volontaires, qui souhaitaient en avoir le cœur net, sur leurs taux de cholestérol et de glycémie. Pour donner envie de réguster légumes et fruits, les jolies brochettes étaient proposées aux participants.

Le tabac était en bonne place, avec le Dr Marie Malécot, tabacologue, à la disposition des fumeurs pour envisager un sevrage. Et pourquoi c'est pas bon pour le cœur, le tabac ? « La nicotine n'est pas dangereuse à la santé ! Ce qui l'est, c'est le monoxyde de carbone inhalé. C'est très irritant pour les artères, cela provoque des spasmes des artères et favorise le dépôt des graisses ». Et qu'on le sache, « le narguilé, c'est quarante fois plus dangereux que la cigarette ! ».

Et quand l'accident cardiaque survient ? Gros succès, pour la jeunesse, à l'initiation donnée par la Croix-Rouge, aux premiers secours. L'idée de cette journée, c'est de travailler



1 De multiples stands avaient été installés vers la porte du boulevard Stalingrad, côté Villeurbanne, c'était la quatrième du genre, à Lyon, hier. / Photo Stéphane Guisot.

2 Tests gratuits pour connaître son risque cardiovasculaire. Tension artérielle, glycémie, cholestérol, analyse de la pratique physique et diététique, bilan en plein air, pour les volontaires. / Photo Stéphane Guisot.

3 « Et si le monsieur, il se réveille, on fait quoi ? » Les jeunes, nombreux pour apprendre le massage cardiaque, repartent avec un petit certificat d'initiation aux premiers secours. / Photo Stéphane Guisot.

sur tous les déterminants de la santé et du cardiovasculaire, dans le cadre

d'un accompagnement, mais sans culpabilité, ni faire peur ! » analyse Sié-

phane Marchand-Maillet, représentant d'une mutuelle de la fonction publique,

également partenaire de l'opération.