

BOURGOGNE – FRANCHE-COMTÉ
CŒUR ET VÉLO

Par F. Thévenin

Dijon
(Côte-d'Or)ASSOCIATION
Du cœur à l'ouvrage

L'association Cœur et Vélo, dirigée par Pierre Lescaure, soutient les cyclistes souffrants de problèmes cardio-vasculaires à travers deux axes : la prévention et l'accompagnement.

Cœur et Vélo est une association de type loi 1901 créée en 1995 par des cyclotouristes atteints d'une pathologie cardiaque. Vingt-neuf ans que ce collectif national œuvre pour soutenir toutes les personnes souffrantes de problèmes cardio-vasculaires face à la pratique sportive et en particulier le cyclisme. Deux axes majeurs occupent la structure avec la prévention et l'accompagnement. Prévenir, c'est informer tous les pratiquants non-malades des risques de certaines situations pouvant provoquer un problème cardiaque. Il s'agit d'éviter ce fameux cocktail multifactoriel pouvant provoquer des situations graves (fortes chaleurs, grands froids, déshydratation, etc.) et convaincre que personne n'est à l'abri quel que soit le profil. L'accompagnement est essentiel, prioritairement pour le retour à une pratique sportive à la suite d'un incident cardiaque. Le malade fait face à l'angoisse de devoir se mobiliser physiquement tout en devant se préserver et ayant perdu tous ses repères physiques personnels. La question est : comment se réinventer en tant que cycliste après la maladie ? Dois-je rouler ? À quelle intensité ? Sur quelle durée ? Est-ce compatible avec mon traitement ? Autant de questions qui tourmentent le patient. Cœur et Vélo rassure, témoigne et prévient pour accompagner chacun de ses 350 adhérents.

L'association est soutenue par l'entreprise Annad permettant l'électrification de votre vélo musculaire. Pour 20 €, n'hésitez pas à rejoindre ce collectif qui œuvre sous l'égide de la Fédération française de cyclotourisme et de cardiologie. Tous les trimestres, il vous sera adressé un journal spécifique d'une quarantaine de pages avec des interventions de spécialistes, de la présentation de matériel spécifique, des offres de différents séjours et de la communication générale. En 2024, l'association sera présente sur les parcours du Cœur (Fédération française de cardiologie) et vous propose 4 séjours (les Cévennes, la Loire, le Grand Ouest et l'assemblée générale à Mézières-en-Brenne). Le collectif est soutenu par pléthore de personnalités dont Denis Brogniart, originaire de Dijon et féru de cyclisme. Le jeune et émérite Bisontin Romain Grégoire (Groupama-FDJ) sera un des nouveaux soutiens de Cœur et Vélo en 2024, accompagné de son partenaire bourguignon Lenny Martinez. ●

En bref...

La 2^e édition de la Michel-Charlier aura lieu le 4 mai à Dole (39). Organisée par le Jura Dolois Cyclisme, vous aurez au choix 3 parcours route et 2 parcours VTT (inscription et détail sur la page Facebook de l'épreuve).



Pierre Lescaure entouré de camarades lors de la Ronde de l'espoir.

