

Cœur et santé: «La formation aux gestes qui sauvent est essentielle»

Rencontre avec les membres du bureau du club Cœur et Santé Firminy/Ondaine.

Quelles sont les missions de Cœur et Santé?

«Notre club, créé en 2010, est réservé aux personnes ayant eu des accidents cardiaques ou porteurs de facteurs importants de risques cardiovasculaires. 72 personnes le fréquentent assidûment.»

Quelles sont les activités proposées?

«Le renforcement musculaire, une heure par semaine, le cardio-

training: également une heure par semaine au centre de réadaptation de l'hôpital Le Corbusier. Sous la responsabilité d'un moniteur en activités physiques adaptées, nous proposons chaque semaine trois séances de gym dans une salle mise à disposition par la ville à Chazeau et six cours de cardiotraining plus une marche douce un après-midi.»

Toutes ces activités sont-elles payantes?

«Oui. Avec l'augmentation des salaires et la baisse des subventions, nous avons voté une hausse de la cotisation qui passera de

20 à 25 euros par mois, car nous sommes en déficit.»

«La Journée du cœur sera organisée tous les deux ans»

Avez-vous de nouveaux projets?

«La sensibilisation aux gestes qui sauvent est essentielle. Nous avons jusqu'à présent un partenariat avec l'association des pompiers qui permettait d'obtenir le diplôme PSC1, c'était gratuit pour nos adhérents mais le club payait 60 euros par personne.



Les membres du bureau du club Cœur et Santé avec au centre, Monique Hernandez, présidente et Bernard Combier, à droite médecin cardiologie référent. Photo Annie Faure

Compte tenu du coût, trois personnes du club diplômées formeront à leur tour les adhérents, ce sera donc gratuit. La Journée du cœur sera seulement organisée tous les deux ans car elle demande une lourde préparation mais nous maintenons la confé-

rence médicale de vulgarisation toutes les années en partenariat avec un médecin de l'hôpital. Nous essayons aussi de proposer des animations en dehors des séances de rééducation.»

● De notre correspondante
Annie Faure