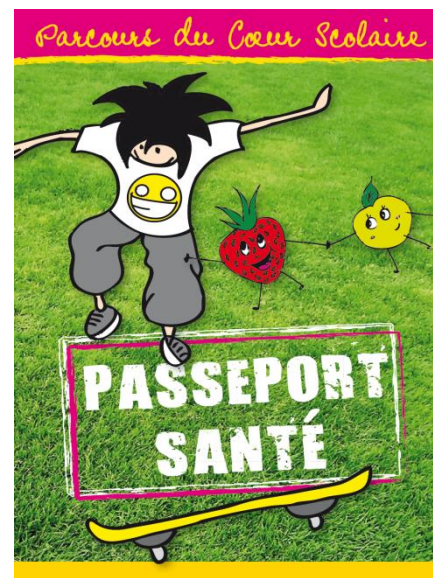


DOSSIER DE PRESSE

PARCOURS DU CŒUR SCOLAIRES 2017 EN BRETAGNE



ENTRE LE 18 MARS ET LE 14 MAI 2017

FÉVRIER

ETABLES SUR MER

AVRIL

**BEGARD, BETTON, BRUZ,
DINARD, SAINT MÉLOIR DES
ONDES
SAINT PIERRE DE PLESGUEN
SURZUR**

MARS

**CHÂTEAUGIRON
CHÂTEAUNEUF D'ILLE ET VILVINE,
CLÉGUER, GUIDEL, HENNEBONT,
INZINZAC LOCHRIST, INZINZAC,
LANDEVANT, LANESTER
LARMOR-PLAGE, LORIENT,
LOUDÉAC,
MINIHIC, MONTFORT SUR MEU,
PLESLIN, PLEURUIT,
PLOEMEUR, PONTIVY, PLOUBALAY
RENNES, RETIERS,
SAINT BRIEUC**

MAI

**FOUGÈRES, GROIX,
LA VRAIE-CROIX,
LECOUSSE,
SAINT BRICE EN COGLES,
SAINT ETIENNE EN COGLES,
SAINT MALO
VANNES**

**UNE INITIATIVE DE LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE CARDIOLOGIE - BRETAGNE EN
PARTENARIAT AVEC LA MUTUALITÉ FRANÇAISE, L'ADOLESCENT PRÉVENTION SANTÉ
MGEN**

**Sous le parrainage de l'Agence régionale de santé (ARS) de Bretagne, de l'Académie de Rennes, de
l'Assurance Maladie, de la Direction régionale de la Jeunesse, des Sports et de la Cohésion Sociale (DRJSCS),**

Entre le 18 mars et le 14 mai 2017

La Fédération Française de Cardiologie (FFC) de Bretagne poursuit pour **la septième** Année un grand projet régional d'éducation à la santé destiné à **5400 enfants** de **179 classes** réparties sur **38 villes des départements du 22,35 et 56**
Cette initiative est conduite en partenariat avec de l'ADOLESCENT-MGEN et la Mutualité Française sous le parrainage de l'Agence régionale de santé de Bretagne (ARS), l'Académie de Rennes, l'Assurance Maladie (AM), la Direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale (DRJSCS), et du CHU de Rennes.

Le parcours du Cœur est une manifestation nationale organisée par la Fédération Française de Cardiologie (FFC) depuis 1975, ayant pour objectif de promouvoir auprès du public l'importance de pratiquer une activité physique tout au long de sa vie pour garder un cœur en bonne santé et ainsi lutter contre les maladies cardiovasculaires. Or, le niveau d'activité physique aurait diminué de 40% en quelques décennies.

« Face au mode de vie actuelle, terreau des maladies cardiaques, il faut diffuser un message global de prévention. Tabagisme, mauvaises habitudes alimentaires et sédentarité multiplient les risques cardiovasculaires. Les habitudes des jeunes sont particulièrement préoccupantes » déclare le Professeur Jacques Beaune, Président de la FFC.

Plusieurs indicateurs santé illustrent en effet ces propos portant sur la population jeune de notre pays :

- **14%** des enfants de 3 ans à 17 ans sont en **surpoids**.
- Seulement 1 enfant sur 5 a consommé au moins 5 fruits et légumes par jour comme le recommande le PNNS.
- **39%** des enfants passent **plus de 3h/ jour devant un écran** (jour d'école comme jour de repos) et seulement la moitié des adolescents ont une activité physique suffisante pour être bénéfique pour la santé.
- **Le tabagisme chez les enfants** et les adolescents est une réalité puisque 9% des enfants de 9-10 ans et 30% des adolescents de 11 à 15 ans fument ou ont déjà fumé.

On comprend pourquoi la FFC souhaite aujourd'hui faire de la promotion de la santé auprès des enfants une de ses priorités en déclinant des actions spécifiques pour ce public que sont les « Parcours Scolaire ».

Par ailleurs, ces thématiques figurent aussi dans le **programme pédagogique d'éducation à la santé et à la citoyenneté** établi dans le cadre d'un accord entre les Ministères de la Santé et de l'éducation Nationale. En effet parmi les objectifs de l'enseignement à destination des élèves des Cycles 1/2/3 (Maternelle/Primaire) figurent des actions de prévention des

conduites addictives, d'éducation nutritionnelle ainsi qu'une formation aux premiers secours.

L'objectif commun est bien entendu d'aider chaque enfant à adopter des comportements favorables à la préservation de son capital santé. C'est en effet dès le plus jeune âge que les bonnes habitudes se prennent !

La Bretagne a été la première à lancer cette initiative sur les communes de St Malo, Lorient et Rennes-St Grégoire.

C'est donc naturellement que, en **Bretagne, la FFC, l'ARS-Bretagne, l'Académie de Rennes, l'Assurance Maladie, la DRJSCS, la Mutualité, l'ADOLEN et le CHU de Rennes**, ainsi que de nombreux autres partenaires, établissements scolaires, Professionnels de santé, animateurs représentants d'associations, organismes privés ont décidé de soutenir l'organisation de « Parcours du Cœur Scolaires » à destination des enfants niveau CM2, aux côtés de 38 villes :

- **Côtes d'Armor (22) :**
Begard, Etables sur Mer, Loudéac, Pleslin, Ploubalay, Saint-Brieuc,
- **Ille et Vilaine (35) :**
Betton, Bruz, Châteaugiron, Châteauneuf d'Ille et Vilaine, Dinard, Fougères, Lecousse, Minihic sur Rance, Montfort sur Meu, Pleurtuit, Rennes, Retiers, St Brice en Cogles, St Etienne en Cogles, St Malo, St Méloir des Ondes, St pierre de Plesguin
- **Morbihan (56) :**
Cléguer, Guidel, Groix, Hennebont, Inzinzac, Inzinzac Lochrist, Landevant, Larmor Plage, Lanester, La Vraie Croix, Lorient, Lorient, Ploemeur, Pontivy, Surzur, Vannes

Chacun des parcours locaux organisés suit une **methodologie commune** proposée par la coordination régionale, pour un **objectif pédagogique commun**.

Une évaluation du projet est conduite sous l'égide de l'ARS par l'IREPS

**Les Parcours du Cœur Scolaires 2017 en Bretagne :
38 villes impliquées, 179 classes, 5400 enfants.**



4 messages pour aider les enfants à devenir acteurs de leur santé d'aujourd'hui et de demain.

« **0** Cigarette + **5** Fruits et légumes par jour + **60** min d'activité physique + Connaitre le **PAS**
(Protéger, Alerter, Secourir) »

Les 3 règles « 0-5-60 » sont un message de bénéfique santé global. Elles peuvent éviter 3 maladies cardio-vasculaires sur 4 et aussi de nombreuses autres pathologies : certains cancers, le surpoids, le diabète...

0 Cigarette pourquoi ?

Les fumeurs s'exposent à des accidents cardiovasculaires graves avant 50 ans. 80% des infarctus du myocarde survenant entre 30 et 50 ans sont dus au tabac. Dès la première cigarette, l'individu se met en danger d'addiction à cette drogue. Le tabac est le seul facteur de risque évitable à 100%.

5 fruits et légumes, pourquoi ?

L'alimentation équilibrée est un moyen de lutte contre le diabète, l'hypertension, l'excès de cholestérol ou l'obésité.

« Equilibré » signifie variée, proportionnée aux dépenses énergétiques, bien répartie dans la journée, apportant les nutriments nécessaires au bon fonctionnement de l'organisme.

Les fruits et les légumes participent activement à l'équilibre alimentaire.

Concilier santé et plaisir est possible et même souhaitable !

60 minutes d'activité physique par jour, pourquoi ?

Comme tout muscle le cœur a besoin d'être entraîné.

L'activité physique diminue le risque cardiovasculaire en réduisant le risque de surpoids, de diabète, d'hypertension.!

Les différentes étapes de ces parcours sont conçues de manière à permettre aux enfants d'acquérir des connaissances et de les mettre en pratique pour eux-mêmes et pour les autres.

PROGRAMME :

Durant ces parcours scolaires, les enfants des établissements et collectivités partenaires participeront à **4 ateliers animés par des professionnels** autour des principaux messages de santé publique selon les priorités définies précédemment :

« La Santé est dans ton Assiette » :

Animateur : Un(e) diététicienne

Objectif :

Permettre aux enfants de revoir la notion de portion de fruits et légumes dans le cadre du message global « mangez **5** fruits et légumes » par jour du PNNS

« Bouger pour être en bonne santé » :

Animateur : Un éducateur sportif

Objectif :

Etablir le lien entre l'activité physique et le cœur, la santé (il sera proposé aux enfants de mesurer leur fréquence cardiaque avant / pendant / après effort)

Illustrer le terme « activité physique » en choisissant des exemples accessibles de la vie quotidienne

Sensibiliser les enfants à l'importance d'avoir **60** min d'activité physique par jour pour être en bonne santé (selon les recommandations 2008 de l'INSERM)

« Dire Non à la première cigarette : 0 cigarette »

Animateur : Un tabacologue ou un animateur de la Ligue contre le cancer

Objectif :

Sensibiliser les enfants aux méfaits de la cigarette

Donner des clés pour « apprendre à dire non » : objectif **0** cigarette

« Les gestes qui sauvent »

Animateur : Pompier, médecin urgentiste, secouriste...

Objectif :

Durant cet atelier les enfants découvriront les règles fondamentales du PAS : Protéger, Alerter et Secourir, lors de la projection du film « Allo le 15 ». Les numéros d'urgence seront rappelés à cette occasion : **112** (Num européen)/**15** (SAMU)/**18** (pompiers)

Ils seront aussi sensibilisés aux gestes qui sauvent.

A l'occasion de ce Parcours chaque enfant recevra plusieurs brochures d'information, un Diplôme de la FFC, ainsi qu'un « **Passeport Santé** » reprenant les principaux messages délivrés lors de cette journée ce qui lui permettra **de les partager avec son entourage amical et familial.**



Un goûter équilibré « pédagogique » sera aussi proposé à l'issue de ce parcours et illustrera en pratique les informations de l'atelier alimentation.

DATES ET LIEUX DES PARCOURS DU CŒUR SCOLAIRES ORGANISÉS SUR LA RÉGION :

4 Février

Etables sur Mer

Mars :

le 3 et le 10 : Châteaugiron

le 16 : Lorient, Cléguer, Guidel, Ploemeur, Landevant, Larmor-Plage, Lanester

le 20 : Châteauneuf d'Ille et Vilaine,

le 27 : Inzinzac et Inzinzac Lochrist

le 27 et le 30 : Rennes

le 28 et le 29 : Pleurtuit, Minihic, Pleslin, Ploubalay

le 28 : Saint-Brieuc

le 30 et le 31 : Montfort sur Meu

le 30 : Hennebont, Pontivy, Retiers

le 31 : Loudéac,

Avril :

le 3 : St Pierre de Plesguen

le 5 : St Méloir des Ondes

le 6 : Bégard et Dinard

le 7 : Dinard, Betton, Bruz, Surzun

Mai :

le 2 : Fougères, Saint Brice en Cogles, Vannes

le 5 : Saint Etienne en Cogles

le 11 : Lecousse

le 11 et le 12 : Saint Malo

le 12 : La Vraie Croix, Groix

Contacts Presse

SI VOUS SOUHAITEZ DES INFORMATIONS GÉNÉRALES SUR LES PARCOURS DU CŒUR SCOLAIRES, CONTACTEZ :

Dr François Paillard, président de la FFC-Bretagne (FFC),

Unité de Prévention Cardio-vasculaire, CHU Pontchaillou, Rennes.

Tél : 02 99 28 25 40 ; Fax : 02 99 28 95 87 ; e-mail : francois.paillard@chu-rennes.fr

Pascale Lelong, Coordinatrice des Parcours du Cœur Scolaires

Tel : 06 33 72 42 38 ; e-mail : pascale.lelong@orange.fr

Jacqueline Lasne, Chargée de la communication de La Fédération Française de
Cardiologie de Bretagne

Tél : 06 85 66 69 23 ; e-mail : lasne.jacqueline@orange.fr

**SI VOUS SOUHAITEZ CONTACTEZ LES ACTEURS DE TERRAIN OU
RÉALISER UN REPORTAGE SUR PLACE, VOUS POUVEZ PRENDRE
CONTACT AVEC LES RÉFÉRENTS DES COMITÉS LOCAUX :**

- Lorient : g.rolland@ch-bretagne-sud.fr
- Vannes : francois-marie.floch@ch-bretagne-atlantique.fr
- Montfort sur Meu: julie.fouquet@montfort-sur-meu.fr
- Fougères : mathilde.lenain@pays-fougeres.org
- Saint-Malo : desi@saint-malo.fr
- Chateaugiron : service.population@service-chateaugiron.fr
- Saint Etienne en Cogles, commune de Maen Roch: david.retore@retore.fr
- Pleurtuit : joel.grandjean2@gmail.com

SI VOUS SOUHAITEZ ÉCHANGER AVEC LES PARTENAIRES ORGANISATEURS ET/OU FINANCEURS :

- L'Académie de Rennes

Parce que l'éducation contribue au maintien de la santé et parce que la santé permet les conditions nécessaires aux apprentissages, l'Ecole a, d'une part, le devoir de veiller à la santé des élèves et, d'autre part, elle doit les aider à adopter des comportements qui la préservent, dans le respect d'eux-mêmes et des autres. C'est ainsi qu'elle leur permet d'acquérir des connaissances, de pratiquer leur esprit critique, d'accéder à l'autonomie et à la responsabilité, donc de développer des facteurs de protection vis-à-vis des comportements à risque.

Contact Presse :

Claire Joubioux-Vuillermoz, attachée de presse - 02 23 21 73 15 – claire.joubioux-vuillermoz@acrennes.fr

- L'ARS de Bretagne

L'ARS propose une approche globale, cohérente et transversale de la santé. Elle couvre tous les domaines de la santé publique : la prévention, la promotion de la santé, la veille et la sécurité sanitaires, l'organisation de l'offre de soins en ville, en établissements de santé et dans les structures médico-sociales.

Les Parcours du cœur Scolaires répondent à l'une des trois priorités du plan stratégique régional de santé actuellement en cours de discussion : « Prévenir les atteintes prématurées à la santé et à la qualité de vie. »

Contact Presse :

Aurélien Robert, Chargé de communication – 02 22 06 72 64 – aurelien.robert@ars.sante.fr

- La DRJSCS de Bretagne

Si les "bonnes habitudes se prennent tôt" dit-on, alors les PARCOURS du COEUR SCOLAIRES répondent aux critères de la promotion de la santé, par le BOUGER PLUS, le MANGER MIEUX, et la SENSIBILISATION aux GESTES de PREMIERS SECOURS.

Dans notre société, le souci d'afficher une bonne forme est omniprésent, mais au-delà des apparences, il est surtout nécessaire de la posséder réellement.

La DRJSCS fait la promotion d'un mode de vie physiquement actif à travers le SPORT SANTE (APS régulière, adaptée, sécurisée, progressive) et le SPORT sur ORDONNANCE (APS traitement complémentaire dans certaines maladies), à tous les âges de la vie, garantie de MIEUX ETRE et de BIEN ETRE pour chacun

Contact Presse :

Dr **Sophie Cha**, médecin Conseiller, Direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale de Bretagne – 02 23 48 24 20 – sophie.cha@drjscs.gouv.fr

- La Fédération Française de Cardiologie (FFC) – Bretagne

La FFC a pour mission d'informer pour prévenir les maladies cardio-vasculaires. Elle rassemble 27 Associations de Cardiologie Régionales et anime plus de 200 Clubs Cœur et Santé.

L'acquisition de bonnes habitudes de vie dès l'enfance conditionne la prévention des accidents cardiovasculaires à l'âge adulte. La FFC-Bretagne a été pionnière pour les Parcours du Cœur-Scolaires initiés depuis 4 ans dans la région. Elle organise cette année des Parcours du Cœur-Scolaires sur tous les départements bretons.

Contact Presse :

Dr François Paillard, président de la FFC-Bretagne (FFC), Unité de Prévention Cardio-vasculaire, CHU Pontchaillou, Rennes.

Tél : 02 99 28 25 40 ; Fax : 02 99 28 95 87

e-mail : francois.paillard@chu-rennes.fr

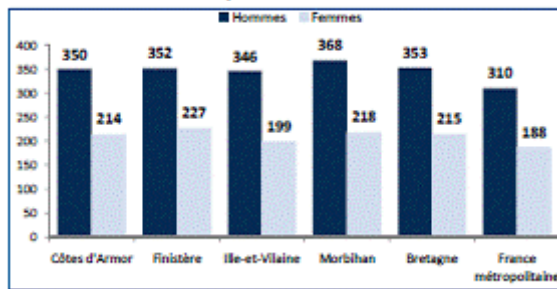
DONNÉES DE SANTÉ PUBLIQUE

Les maladies cardio-vasculaires en Bretagne :

Les maladies cardio-vasculaires en France sont responsables de 165 000 décès par an représentant la première cause de mortalité. La Bretagne présente une situation défavorable par rapport à la moyenne nationale. Ainsi, en 2005-2007, la surmortalité atteint +13% chez les hommes et +15% chez les femmes. Cela représente 9 000 décès par an par maladies de l'appareil circulatoire en Bretagne, soit respectivement 26% et 33% de l'ensemble des décès ce qui correspond à la 2ème cause de décès chez les hommes et à la 1ère cause chez les femmes. Chaque année sont formulées 13 052 nouvelles demandes d'ALD (affections de longue durée) chez les hommes et 11 244 chez les femmes, le taux d'admission en ALD atteignant respectivement 8,6 et 7,0 pour 1 000 habitants, soit un taux supérieur à celui observé en France quel que soit le sexe.

Plus spécifiquement l'excès de décès par maladie coronaire en Bretagne est de +14% chez les hommes et +25% chez les femmes par rapport à la moyenne française; pour les maladies vasculaires cérébrales +23% chez les hommes et +19% chez les femmes.

2 Taux standardisés de mortalité par maladies de l'appareil circulatoire en 2005-2007 (taux pour 100 000 habitants)



Sources : Inserm CépiDc, Insee, Fnois Score-santé

Source : « La santé des bretons », ORSB 2010.

L'équilibre alimentaire et l'activité physique chez les enfants

Contexte

L'évolution des modes de vie a entraîné une modification des comportements des individus en matière d'alimentation et d'activité physique, qui a des conséquences importantes sur leur état de santé.

Les enfants n'échappent pas à cette évolution avec la persistance de problème de surpoids qui peuvent être à l'origine de problèmes de santé.

Or il est aujourd'hui établi qu'une alimentation inadéquate et une activité physique insuffisante sont des déterminants majeurs des principales maladies chroniques telles que les maladies cardiovasculaires, le diabète, l'obésité, l'hypertension et certains types de cancers. Ces maladies chroniques deviennent une cause de plus en plus importante d'incapacité et de décès prématurés, à la fois dans les pays développés et dans les pays en développement.

Au niveau mondial, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) estime que l'inactivité physique a provoqué environ 1,9 million de décès en 2001 et qu'elle est à l'origine de 10 à 16 % des cas de cancers du sein, du côlon et du rectum, de diabète sucré et d'environ 22 % des cardiopathies ischémiques.

Face à ces constatations, des politiques de promotion de l'activité physique, couplées à un volet nutrition, ont été mises en place.

Dans ce cadre, les enfants doivent bien entendu être les premiers concernés par ces actions de prévention pour qu'ils puissent acquérir dès leur plus jeune âge, des comportements bénéfiques pour leur santé tant dans les domaines de l'alimentation que de l'activité physique.

Cet objectif est d'ailleurs d'autant plus important lorsqu'on prend en considération la prévalence des problèmes de surpoids chez les enfants :

14% des enfants de 3-17 ans sont en surpoids, parmi lesquels figurent 2,8% d'obèses. (INCA 2). Cet excès pondéral ne diffère ni selon l'âge ni selon le sexe. Il a été estimé à partir de l'IMC (Indice de masse corporelle), en fonction de la définition internationale de l'IOTF (International Obesity TaskForce).

C'est dans ce contexte qu'en France, le Programme National Nutrition_Santé (PNNS), lancé en 2001 et reconduit en 2005 pour la période 2005-2008, a fixé neuf objectifs prioritaires pour améliorer les pratiques alimentaires et encourager une activité physique régulière tant pour les adultes que pour les enfants.

En voici les principaux :

- Consommer 5 fruits et légumes par jour :

La recommandation du PNNS concernant la consommation de fruits et/ou légumes est d'au moins 5 portions/jour (=400g). A titre indicatif, une portion vaut 80g environ et correspond à une banane, une orange, 2 abricots ou encore une petite pomme. Il apparait qu'un enfant sur 5 seulement est en adéquation avec ce repère de consommation. De plus, l'objectif prioritaire du PNNS est de réduire le nombre de petits consommateurs (<3,5 portions/jour) de 25% : actuellement, 58% des enfants peuvent être considérés comme tels (ENNS 2006).

- 3 ou 4 produits laitiers par jour :

Le repère de consommation du PNNS pour les produits laitiers est de 3 à 4 par jour. Or, seulement 43% des enfants de 3-17 ans en mangent une telle quantité. L'objectif du PNNS est d'augmenter la consommation de calcium afin de réduire de 25% le nombre de personnes aux apports calciques inférieurs aux ANC : actuellement, cette situation concerne 2/3 des garçons et 3/4 des filles (ENNS 2006).

- Limiter la consommation de produits gras, salés et sucrés :

Il est également recommandé par le PNNS de limiter la consommation de produits et de boissons sucrés : alors qu'il faudrait boire au maximum un demi-verre de boissons sucrées par jour (125mL), 1/3 des enfants sont au-dessus de cette limite (ENNS 2006).

- **Combattre la sédentarité**, qui est un facteur de risque de maladies chroniques. Les chiffres de l'ENNS indiquent que 39% des enfants passent plus de 3h/jour devant un écran, que ce soit un jour d'école ou de repos.

Le PNNS préconise une augmentation de l'activité physique telle que le pourcentage des personnes faisant l'équivalent d'au moins 30 minutes de marche rapide par jour soit augmenté de 25%. D'après les résultats de l'étude INCA 2, moins de la moitié des 15-17 ans ont un niveau d'activité physique « entraînant des bénéfices pour la santé » (43,2%) tel que défini par le score élevé de l'IPAQ (International Physical Activity Questionnaire).

De plus, 11,6% des garçons et 21,7% des filles de cette tranche d'âge présentent un faible niveau d'activité physique (score bas de l'IPAQ). Par ailleurs, une expertise Inserm de 2008 indique qu'un minimum de 60 minutes (et non 30 minutes) par jour d'activités physiques d'intensité modérée à élevée serait souhaitable chez les enfants, ces derniers sont pour le moment encore loin de ce niveau de dépense physique.

La prévention du tabagisme chez les enfants

Rappelons quelques chiffres pour situer l'importance du tabagisme en matière de Santé publique :

La prévalence du tabagisme en France : La France compte 15 millions de fumeurs : un tiers de personnes de 12 à 75 fument. La prévalence est de 9% pour les personnes de 12 à 14 ans ; elle passe de 41% de 15 à 19 ans et de 48% de 20 à 25 ans (Inpes)

Réduction de l'espérance de vie : 5,8 ans

Le tabac est responsable de **66 000 décès par an en France** (INSERM, 1999) dont **32 000 décès pour Cancer** (dont 21000 Cancers des poumons), 14 500 de Maladies cardiovasculaires (risque d'IDM multiplié par 2,95 / 80% des Infarctus avant 45 ans sont des fumeurs) ; 10 000 de Maladies de l'appareil respiratoire; 9500 cas d'autres causes.

Compte tenu du pourcentage important des jeunes fumeurs parmi les 18 ans, ce sont **160 000 morts qui seront à déplorer en 2025, dont 50 000 femmes.**

La prévention du tabagisme est donc bien une priorité de santé publique. Pour lutter de manière efficace, il faut développer des actions de prévention chez les plus jeunes afin de les aider à dire « Non à la Première cigarette ».

C'est en effet dans le créneau des **9-12 ans que les jeunes sont confrontés à la tentation de la 1^{ère} cigarette (entrée au collège)**, c'est vers 10-12 ans que le jeune va chercher les moyens de s'affirmer et d'entrer dans le monde des adultes.

Or, selon les résultats du baromètre santé réalisé en 2009 par la FFC

(www.jamaislapremiere.org), 52% des adolescents se sont vus proposer la première cigarette par un tiers. Dans les 2/3 des cas, il s'agit d'un copain. Ils trouvent d'ailleurs que c'était sympa d'être entre copains et de fumer à plusieurs pour 43% d'entre eux.

Fumer reste un enjeu social et renforce l'adhésion du groupe.

Le Tabac est présent au sein de leur foyer : 55% des adolescents compte au moins un fumeur parmi les membres de leur foyer. Certains parents font preuve de fatalisme face au tabac et n'osent pas aborder le sujet avec leurs enfants : seulement 18% des adolescents fumeurs déclarent que leurs parents essaient de les dissuader de fumer en expliquant pourquoi c'est mauvais. Pourtant le poids des parents reste important dans l'attitude des jeunes face au tabac.

Les Gestes qui sauvent

Près de 20 000 personnes meurent chaque année, en France, d'accidents dans un environnement familial (à la maison, sur les routes, au travail,...).

C'est pendant le temps que mettent les secours pour arriver que peut s'aggraver l'état de la victime, et c'est pendant ce laps de temps qu'il faut agir !

La Fédération Française de Cardiologie rappelle qu'à ces accidents s'ajoutent 50 000 décès prématurés pour arrêt cardiaque. Dans 7 cas sur 10 les arrêts cardiaques surviennent devant témoin et seulement dans 20% des cas les témoins font les gestes de premiers secours Or là encore, le pronostic vital dépend de la rapidité des secours : 4 victimes sur 5 qui survivent à un arrêt cardiaque ont bénéficié des 3 gestes simples qui sauvent dans cette situation : Alerter, Masser, Défibriller.

Sauver une vie n'appartient pas qu'aux secouristes de la Croix-Rouge, au Samu ou autres professionnels des secours ou personnels médicaux.

Grâce à des réflexes de survie, à des gestes simples, vitaux, qui s'apprennent, chacun, dès 10 ans peut sauver des vies.

Ainsi dans le cadre de l'éducation à la santé et à la citoyenneté (www.education.gouv.fr), l'école se doit de susciter l'acquisition, dès le plus jeune âge, de compétences et de comportements qui permettent le développement de la solidarité et de la prévention des risques et accidents domestiques.

L'objectif est bien entendu d'aboutir à une généralisation progressive de l'apprentissage des gestes qui sauvent selon les 3 recommandations :

Alerter : Composer un numéro d'Urgence

15 : SAMU

18 : Pompiers

112 : Numéro d'Urgence Européen

Protéger : Ne pas se mettre en danger et protéger la victime.

Secourir : Savoir dispenser les gestes de premiers secours

Références sources :

- Institut de veille sanitaire — *Étude nationale nutrition santé ENNS, 2006*
www.invs.sante.fr/...enns/RAPP_INST_ENNS_Web.pdf
- Étude Individuelle Nationale des Consommations Alimentaires 2 (INCA 2) 2006-2007
www.afssa.fr/Documents/PASER-Ra-INCA2.pdf
- Fédération Française de Cardiologie www.fedecardio.com
- <http://eduscol.education.fr/pid23355-cid47503/ecole-primaire.html>
- <http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/629.pdf>
- <http://www.croix-rouge.fr/Je-me-forme/Particuliers>
- http://www.jamaislapremiere.org/e_upload/pdf/rapport_jlpc_2009cm1cm2_def.pdf