



Rendez-vous incontournable des passionnés de marche nordique, l'Euro NordicWalkin'Vercors est aussi, pour l'ADPS, le lieu idéal pour faire de la prévention santé.

Euro NordicWalkin'Vercors, la prévention santé au sommet

Les 9, 10 et 11 juin dernier, plus de 3 200 marcheurs s'étaient donné rendez-vous à Méaudre, en Isère, pour la 11^e édition de l'Euro NordicWalkin'Vercors, le plus grand rassemblement européen de marche nordique. L'occasion pour l'ADPS, partenaire majeur de l'événement depuis plus de 10 ans, de faire de la prévention santé.

Sur son stand, des professionnels de santé ont ainsi pu donner de précieux conseils aux visiteurs dans le cadre de différents ateliers : santé visuelle et auditive, alimentation, entretien santé (*voir témoignage*), gestion du stress ou encore initiation aux gestes qui sauvent.

En tout, plus de 1 000 personnes en ont bénéficié, dont une centaine d'enfants du village de Méaudre, du CP au CM2. Un succès pour cette dernière édition dans le Vercors ! L'an prochain, l'événement aura lieu à Megève, dans les magnifiques paysages de Haute-Savoie. ■



LE SAVIEZ-VOUS ?

Les 5 grands bienfaits de la marche nordique

- Elle développe toutes les qualités : endurance, force, souplesse, équilibre et coordination.
- Elle muscle le haut et le bas du corps.
- Elle favorise l'amincissement.
- Elle permet de mieux respirer.
- Elle fortifie les os et les articulations.

Témoignage



Alexandre Bourguignon et Amélie Maillard

Amélie Maillard

Déléguée ADPS Lorraine et infirmière en pratique avancée

« Sur le stand de l'ADPS, nous étions une infirmière et un infirmier en pratique avancée à proposer un entretien de santé, aux côtés d'autres professionnels venus faire de la prévention en matière d'alimentation et de troubles visuels et auditifs, ou de l'initiation aux gestes qui sauvent. D'une durée de 15 à 20 minutes en moyenne, ces entretiens nous ont permis de dépister des hypertension et des diabètes, qui sont de gros facteurs de risques cardio-vasculaires, mais aussi

de repérer des schémas vaccinaux non à jour. Nous avons alors orienté les personnes concernées vers leur médecin généraliste. Pour les visiteurs, c'est une véritable opportunité que de pouvoir bénéficier, en un même lieu et gratuitement, des conseils d'autant d'experts. À ma connaissance, le stand de prévention santé proposé par l'ADPS sur l'Euro NordicWalkin'Vercors est le plus grand du genre sur ce type d'événements, en France. »