

Contre le cancer, ils marchent

SPORT ET SANTÉ - Des activités de marche nordique et de gymnastique sont proposées chaque semaine à des malades traités au Centre Léon-Bérard de Lyon. En route pour le parc de Parilly : 4 km attendent le petit groupe.

Comme chaque vendredi, le rendez-vous est fixé à 14h20, devant le poste de garde du parc de Parilly. C'est là que se retrouve le groupe d'Yvonne, Michèle, Gilberte, Camille, Christine, Marielle... Ils et elles sont une dizaine à attendre de pied ferme Renaud Meyrand, leur professeur d'EPS diplômé en APA — activités physiques adaptées.

Tous ces participants ont un point commun : ils sont suivis à Lyon, au Centre régional de lutte contre le cancer Léon-Bérard (CLB). Les femmes souffrent d'un cancer du sein. Les unes sont en rémission, d'autres encore en soins. Étonnant de les voir là ? Pas vraiment : il est maintenant démontré que non seulement l'activité physique permet de diminuer le risque de développer un cancer, mais qu'elle a également un effet bénéfique sur les malades. Bouger diminue significativement la mortalité et le risque de récurrences, et contribue à améliorer la qualité de vie du patient.

Janine raconte : "Nous sommes entrés dans un protocole innovant qui nous amène à pratiquer un sport, deux fois par semaine pendant trois mois. On fait de la marche nordique à Parilly, et de la gymnastique à la MJC de Monplaisir." Ce protocole de recherche est mené par l'unité cancer environnement du CLB, en collaboration avec le Centre de recherche et d'innovation sur le sport de l'université Lyon 1. Ses

objectifs principaux : maintenir le niveau d'activité physique des patients malgré les traitements, et limiter ces facteurs de risques que sont l'inactivité et la prise de poids.

La solidarité dans le groupe, une évidence

Pas question de poursuivre la conversation ! Le top départ est donné... et voilà le groupe parti pour quatre kilomètres de marche nordique. Les plus aguerris sont très loin devant. En queue de peloton, deux dames : "Moi, c'est la deuxième fois que je viens. Ce n'est pas facile ! Entre les bâtons de marche et mes pas, je n'arrive pas à coordonner mes gestes." Elle s'arrête pour souffler. "Pendant la maladie, vous avez des rendez-vous tout le temps : avec l'oncologue, avec les infirmières. Quand vous faites votre radiothérapie, vous allez au CLB tous les jours. On a un rythme effréné et quand le traitement s'arrête, tout s'arrête. C'est très déstabilisant. À la fin, je n'avais pratiquement plus de souffle, j'avais des difficultés à monter les escaliers jusqu'à mon appartement. Quand j'ai entendu parler de cette activité, je me suis renseignée et me voilà."

Renaud, le prof, veille. Il encourage les nouvelles : "Ne vous inquiétez pas. Petit à petit, vous allez progresser. Passez par le milieu du terrain pour ne pas glisser." À ses côtés, une jeune femme vient pour la première fois : "Je ne sais pas si je vais y arriver car j'ai mal à un bras". Renaud la rassure : "Allez à votre rythme."



PHOTO RAPHAËL BERT

Que les patients soient en rémission ou en cours de traitement, les recherches menées au Centre Léon-Bérard montrent qu'une pratique sportive adaptée leur est bénéfique

La solidarité dans le groupe saute aux yeux. "Nous sommes tous passés par la même chose. Des liens se tissent entre nous." Après ces trois mois dans le programme, Janine aurait dû quitter le groupe... mais elle est encore là : "J'ai apprécié de pouvoir revenir !" L'objectif, en tout cas, est atteint :

selon une étude clinique, les participants à cette activité ont encore une activité physique six mois après.

Depuis 2010, 400 femmes et hommes ont bénéficié gratuitement de ce programme financé par le comité du Rhône de la Ligue nationale contre le cancer. L'initiative

concourt au prix "Fais-nous rêver" de l'Apels — Agence pour l'éducation par le sport — en partenariat avec l'INPES, Institut national de prévention et d'éducation pour la santé. ■

MICHELLE FEUILLET

Des Grandes Terres à... la marche sur Rome !

Marche nordique - 254 dossards ont été distribués, dimanche 6 avril, pour la 4^e édition de la marche nordique dans les Grandes Terres. Une bonne moyenne puisque, depuis trois ans, quelque 250 amateurs répondent à l'invitation lancée par l'AFA Feyzin-Vénissieux et la Ville de Vénissieux. Le record d'affluence de la première édition (presque cent participants de plus) n'est certes pas égalé, mais pas de quoi décourager Éliette Picollo, la logicienne de la manifestation, ni Cédric Bith, chargé de l'événementiel. "Pour la première édition d'un événement, il y a toujours un effet de surprise. Mais 250, c'est bien. C'est suffisant et même rassurant."

Trente accros du 12 km chronométré se sont affrontés... et le record établi l'an dernier par Abdelkrim Ferkous a été battu par un Clermontois affûté, qui a eu besoin d'une heure et 24 minutes pour devancer ses poursuivants. Abdelkrim a pourtant mis un point d'honneur à finir sur le podium, à un peu plus d'une minute du vainqueur.

Pour la partie marche nordique pure, une centaine de randonneurs se sont élancés sur le 6 km, tandis que quelque 120 autres optaient pour le 12 km.



PHOTO YVES RICARD - DRC VILLE DE VÉNISSIEUX

Par un beau dimanche ensoleillé, la marche nordique sur les Grandes Terres a rassemblé 250 amateurs, parmi lesquels Michelle et Jacques

Parmi ces derniers, nous avons rencontré Michelle Alonso et son mari Jacques, des habitués de la marche et des randonnées. Pas vrai-

ment essoufflés, tous deux ont longtemps marché presque côte à côte, dans la même foulée, accompagnés d'amis, échangeant des mots pour

casser la routine. "Mais on a quand même essayé de ne pas traîner en route !" s'amuse Michelle.

"J'ai découvert la rando, il y a huit ans. Je n'ai pas de mérite à cela, dans la mesure où mes frères et sœurs la pratiquent. Mon frère est même guide en Bretagne. Tous les ans, on met donc le cap sur les sentiers de douaniers pour une randonnée de 120 à 130 km à parcourir en une semaine. On opte pour des hébergements en gîte ou en chambre d'hôte. On a ainsi (re)découvert le Finistère, le Mont Saint-Michel..."

Et comment sont-ils passés à la marche nordique ? "Pour nous, cette petite sortie de 12 km est une bonne dépense physique, poursuit la jeune retraitée qui réside dans le quartier

du Moulin-à-Vent. Une fois l'an, cela nous permet de goûter à cette discipline qui fait du bien grâce aux bâtons qui permettent d'aller plus vite. En fait, il suffit d'aimer marcher à son rythme et regarder autour de soi. On y retrouve quelques personnes, c'est agréable. Et cela nous change de la natation que nous pratiquons chaque dimanche matin. Bon, les Grandes Terres, on commence à bien connaître. Détourner l'itinéraire ou apporter un brin de nouveauté, ce serait pas mal."

Prochain objectif de Michelle et Jacques : "S'attaquer à Rome". "Mais pas d'une traite, sur cinq ou six saisons. Marcher, nous est devenu indispensable." ■

D.Y.



Maçonnerie - VRD - Terrassement

Tel 04.78.96.09.72

contact@carrion-axe-btp.fr

2 allée Bourdonnes - ZI Chapotin

69970 CHAPONNAY

RÉSULTATS

FOOTBALL

Battue 1-0 à Nîmes après avoir livré un match sérieux, l'AS Minguettes fonce... en l'honneur de Ligue, même si mathématiquement, il reste un soupçon de chances de se sauver. En se faisant rejoindre au score par Bron (2-2) à la 93^e, l'US Vénissieux a réduit ses chances d'accession en Promotion régionale de ligue. Les footballeurs du Futsal Charréard ont pris le meilleur sur Chassieu (2-1).

HANDBALL

Face au leader Saint-Étienne-Andrézieux, les handballeurs du VHB ont été dominés 30-20. Le VHB devrait pourtant se maintenir en Nationale 2.

ATHLÉTISME

En réalisant 1h20'41" sur 20 000 m en marche athlétique, Kevin Campion bat le record Rhône-Alpes et son record personnel. Il réalise les minima pour les championnats d'Europe de cet été. Toujours en marche, le vétéran Azzouz Seffari a terminé deuxième sur 20 000 m au championnat régional de Châtillon-sur-Chalaronne (2h2'), troisième sur 3 000 m au National d'Eaubonne et seizième sur 10 000 m au Mondial en salle de Budapest.

TENNIS DE TABLE

Battue 9-5 à Caluire, l'équipe fanion des pongistes de l'ALC Vénissieux glisse au 6^e rang de la Pré-nationale. Elle n'est pas certaine d'avoir assuré son maintien. La large victoire de l'équipe de Régionale 3 sur Yssingaux (16 à 2) peut la conduire à une place de barragiste pour une accession à l'étape supérieur.

BASKET

En dominant la réserve de Vaulx-en-Velin (85-62), les basketteurs de l'AL Vénissieux-Parilly se sont maintenus en Régionale 2, l'entraîneur Kevin Clivet est soulagé.

KARATÉ

Grosses déceptions pour les karatékas du Sen No Sen qui sont revenus bredouilles des championnats de France de karaté. Éliminé en quart de finale, Serge Aouf a été le plus performant.

TWIRLING-BÂTON

En obtenant 18 places de sélectionnés, le club vénissien n'a pas fait de détail à Bourg-lès-Valence, un sélectif pour le grand national NBTA des 7 et 8 juin, à Valence.

TENNIS

À 15 ans, Julien Jannier a fait fort. Classé 15/5 et licencié au club de tennis du Moulin-à-Vent, il a remporté le tournoi de Brignais 6/2, 6/0.

RUGBY

L'équipe des moins de 15 ans de l'USV matchée par Nordine Babah en net regain de forme. Si elle a été battue in extremis, samedi dernier, par Pont-de-Chéruy (20-14), elle a atomisé l'ASSMIDA (47-5). Il y a dix jours, en championnat du Lyonnais, l'USV avait fait le nul contre Charlieu (28-28) et avalé Amplepuis 62 à 0.

Sur les pas des filles

FOOT SCOLAIRE UNSS - Une équipe de footballeurs de l'association sportive qui brille lors des championnats du Rhône, puis en Inter académies... "Cela faisait une vingtaine d'années que cela n'était pas arrivé", rappelle Alain Bozon, professeur d'EPS du collège Jules-Michelet, en poste depuis trente ans. C'était la période des Daoudji, Bafounta... Depuis lors, seules les filles avaient montré l'étendue de leurs talents : il y a six ans, Ryanna, Badia, Rachida, Saphia, Romana, Leïla, Lamy, Stacy, Sana et Amel (joueuse professionnelle de l'OL) s'étaient qualifiées pour les championnats de France, s'offrant un titre de vice-championnes après un revers en finale face à Vannes.

Mais voilà que depuis quelques mois, le parcours des collégiens de 14/15 ans est parfait, sans faute. Trois jeunes licenciés dans des clubs, l'un au FC Lyon (Roger), les deux autres à l'AS Vénissieux Minguettes (Ameur et Ramzi) ont servi de guides. Habitues aux compétitions de haute lutte, ils ont entraîné le reste du groupe minime dans ce parcours qui n'est pas encore achevé. Dans un premier temps, la formation conseillée, sélectionnée et entraînée par Alain Bozon n'a guère eu de difficultés pour écarter les représentants du collège Jean-Mou-



Les footballeurs de Michelet, coachés par Alain Bozon, peuvent se qualifier pour les championnats de France UNSS

lin (Lyon 5^e) et celui du Cœur de Lentilly, respectivement défaits 5-0 et 4-2. Les Vénissiens devenaient ainsi champions du Rhône. Il y a dix jours, on a presque assisté à un remake. Lors des championnats d'académie, si l'équipe vénissienne a souffert pour se débarrasser du collège de Meximieux (3-2), champion de l'Ain, elle n'a pas eu à passer la surmultipliée pour triompher des jeunes footballeurs du collège des Montagnes du Marin de Panissières, champions de la Loire.

Avant de pouvoir peut-être participer aux championnats de France, les collégiens de Michelet vont d'abord devoir s'imposer cette semaine aux championnats interacadémiques qui se tiennent à Bourg-de-Péage. Ils affrontent Echirrolles et l'équipe péageoise. ■

Le groupe vénissien : Ameur Ben Youssef, Madi Anriff, Ryan Medgal, Ramzi Rejeb, Saïd Lokman, Oussema Naimi, Saïd Merzouki, Mohamed Harnafi, Roger Assef.

Au pas de course

Hippodrome de Parilly - Chargée de communication des hippodromes de Lyon, Christelle Bernard est particulièrement sur la brèche, en cette deuxième quinzaine d'avril. "On commence le dimanche 20 avril avec la journée de famille "Pâquodrome", complétée de différentes animations déclinées autour du chocolat (inscriptions sur place). On poursuit, le 24 avril, avec l'inauguration du nouvel hippodrome de Parilly, en présence notamment du président de France Galop. On terminera le mois sur l'hippodrome voisin du Carré de Soie, le mardi 29 avril, avec le Grand Prix de la fédération, en présence de Bernard Glass, responsable de la rubrique hippique de RTL depuis près de quinze ans !" ■

Hippodrome de Parilly

- Dimanche 20 avril, Pâquodrome de 13 heures à 17 heures

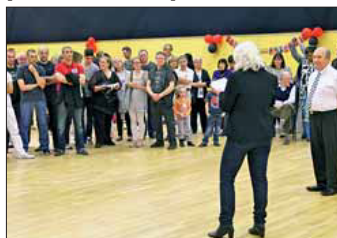
Entrée : 3 euros, gratuit pour les moins de 18 ans (parcours aventure, baptêmes de poneys, fondue au chocolat...)

- Jeudi 24 avril, à 17h30, inauguration du nouvel hippodrome de Parilly. Renseignements : 04 78 77 45 40.



Les deux événements à l'hippodrome de Parilly ouvrent la saison hippique

L'AFA Feyzin-Vénissieux passe le cap 40



Environ 230 personnes ont participé à la soirée organisée à la salle des fêtes de Feyzin

Athlétisme - Quelque 230 personnes ont répondu présent à la soirée des 40 ans du club, samedi, à la salle des fêtes de Feyzin. Dont les maires des deux communes impliquées dans cette entente, Michèle Picard et Yves Blein.

Discours, félicitations appuyées de Béatrice Pfander, la présidente du Comité du Rhône, bonne ambiance et un court historique, qui a rafraîchi nos mémoires. Créé en janvier 1974 sous le nom de Feyzin Club Belle-Étoile Athlétisme, le club devient deux ans plus tard : Association feyzinoise d'athlétisme (AFA).

Grandissant démesurément, il prend une dimension intercommunale jusqu'à devenir fin 2009 l'AFA Feyzin-Vénissieux. À sa tête, Jean-Louis Perin est un président hyperactif, un passionné de l'athlétisme adepte des bons contacts depuis 38 ans qui, avec sa fidèle équipe de bénévoles, a fait passer l'effectif d'une vingtaine d'adhérents à plus de 450!

La soirée festive s'est logiquement achevée par la dégustation du gâteau d'anniversaire, un fraiser à base d'ananas, de kiwi et chocolat... Aux dernières nouvelles, le quadrangulaire se porte bien. ■

BADMINTON

L'ÉLITE SAUVE L'HONNEUR

La 3^e journée des interclubs qui intéressait, le 6 avril, les trois équipes du Badminton Vénissieux Sud-est évoluant en Départementale Une, Deux et Trois, a donné un résultat conforme à ceux régulièrement enregistrés depuis septembre 2013 sur les parquets départementaux : des prestations probantes pour l'équipe première, mais une moisson de défaites pour les deux équipes du club.

Pour rappel, lors de ces interclubs, chacune des équipes avale trois matches. Autant dire qu'il s'agit d'un mini-marathon de bad. Et là, le bilan de fin de saison se passe de tout commentaire : en six ou sept mois, l'équipe fanion dirigée par le capitaine Maxence Chréien n'a connu qu'un revers, justement ce dimanche 6 avril, lors du déplacement à Chassieu. Si le voisin de Corbas a pris le dessus, d'un souffle (4-3), cela n'a pas empêché les Vénissiens d'écarter Chassieu, l'organisateur (4-3), puis L'Arbresle (5-2).

En Départementale 2, l'équipe réserve du BVSE emmenée par Amira Zennadi n'a pas profité de l'avantage de jouer à domicile. Au gymnase Jacques-Brel, ce même 6 avril, elle n'a pu soutenir la comparaison ni face au Bacly-Lyon ni face à Chassieu (deux défaites 6 à 1). Une prestation plus convaincante face au GSL Villeurbanne (4-3) a cependant permis aux Vénissiens de quitter les courts la tête moins lourde.



AGENDA

MERCREDI 16 AVRIL

Journée des 4 ballons (handball, basket-ball, rugby et futsal) organisée par la Ville et les clubs de l'ALVP, du CLAM-V, du VHB, de l'USV rugby et de l'AS Charréard, au complexe sportif Laurent-Gérin, de 14 heures à 17 heures.

SAMEDI 19 AVRIL

- L'équipe de rugby des moins de 15 ans de l'USV joue sous la forme d'un mini-tournoi au stade Laurent-Gérin, à partir de 14 heures.
- L'équipe de futsal du Charréard accueille le Vaulx-en-Velin Futsal au gymnase Micheline-Ostermeyer, à 21 heures.

SAMEDI 26 AVRIL

- Les footballeurs de l'AS Vénissieux-Minguettes accueillent le FC Sète au stade Laurent-Gérin, à 18 heures.
- Tournoi inter-entreprises organisé par Vénissieux Handball aux gymnases Jacques-Anquetil et Jean-Guimier, de 9 heures à 18 heures. "Venez relever le défi" sur carmine.trichard@vhb.com
- Les handballeurs du VHB reçoivent le Cercle sportif vésulien au gymnase Tola-Vologe, à 18h15.

LUNDI 28 AVRIL

Stage de football organisé par l'USV, réservé aux enfants nés entre 2002 et 2008. Du 28 avril au 2 mai (sauf le 1^{er} mai), de 9 heures à 17 heures.

Au programme : séances techniques et tactiques, déjeuner, jeux divers, concours, tournois à Soccer 5, goûter... Remise des récompenses le vendredi 2 mai, à 17h30. Le tout pour 70 euros.

Renseignements : Areski Chibani (06 84 76 68 73) ou Maurice Persch (06 85 42 37 89).