

Insuffisance respiratoire Petite balade en ville à son rythme



Les marcheurs ont fait une petite balade dans les rues de la ville avant de se retrouver au port. Et c'est toujours sous le soleil que les baladeurs ont pu rejoindre le Port pour déjeuner.

L'AIRE ou association des insuffisants respiratoires de l'Est avait donné rendez-vous, dimanche matin, à ses membres pour une marche promenade dans la cité spinalienne. Pour cette matinée, les températures n'étaient pas trop au rendez-vous, mais le soleil brillait.

Michel Vicaire, président de l'association, expliquait le parcours difficile des malades, qui, au fil du temps, se renferment sur eux-mêmes, deviennent prostrés et parfois déprimés. « Le but de cette balade n'est pas d'effectuer une marche sportive, mais de découvrir une seconde partie de la ville, en se retrouvant ensemble et en profitant de l'air et de la balade ! » Et la vice-présidente d'ajouter : « Nous essayons de sortir les malades de chez eux pour passer un moment ensemble en marchant à notre rythme. Pour la maladie, qui, hélas, ne peut se guérir, l'exercice est important ! » Pour guider ces promeneurs qui avaient répondu à l'appel, Noëlle Laurent avait concocté un joli programme dans les rues avoisinantes : rue Thiers, puis direction la Tour Chinoise, l'impasse Payolle, les maisons des Chanoinesses... Bref, un joli parcours où chacun a pu découvrir quelques merveilles qui, en voiture, n'apparaissent pas aux yeux. Le plaisir de parcourir la ville était dans les rangs des invités. Chacun étant équipé pour marcher et respirer, ils prirent donc la direction de la rue Thiers... Pour le président, cette insuffisance respiratoire est une véritable épreuve pour chacun d'entre eux car si la marche avait été programmée suffisamment à l'avance, certains d'entre eux n'ont pu se déplacer par manque de forme ce jour-là. Malgré tout, la quinzaine de participants a pu se faire plaisir en prenant tout son temps à travers les rues d'Epinal. Après cette balade, rendez-vous était donné au port d'Epinal pour poursuivre cette journée avec un moment convivial passé ensemble au restaurant. Les efforts fournis par tous ont pu être récompensés par un bon repas.