Fédération Française de Cardiologie

BILAN

Nage du Cœur 2026

3e édition · samedi 3 octobre 2026

Piscine Olympique Angelotti d'Antigone, Montpellier



51	+ 150	+ 400 km	43
dépistages cardiovasculaires	participants, petits et grands	nagés collectivement	dépistages de l'insuffisance cardiaque qui ont donnés lié à 10 tests NTproBNP

Organisée par l'Association de Cardiologie Languedoc-Roussillon et le Club Cœur et Santé de Montpellier, avec le soutien de la Fédération Française de Cardiologie.

La **3e édition de la Nage du Cœur** s'est tenue le **samedi 3 octobre 2026**, de 10 h à 17 h, à la **Piscine Olympique Angelotti d'Antigone**, à Montpellier. Organisée par l'Association de Cardiologie Languedoc-Roussillon (ACLR) et le Club Cœur et Santé de Montpellier, avec le soutien de la Fédération Française de Cardiologie, elle a réuni dans un même lieu la pratique sportive, la prévention et le dépistage.

La journée s'est organisée autour de plusieurs espaces :

- le bassin olympique, consacré à la nage ;
- le bassin ludique, pour les activités aquatiques et les Gestes Qui Sauvent ;
- et le Village du Cœur réinventé, gratuit et ouvert à tous, consacré au dépistage cardiovasculaire, de l'insuffisance cardiaque et à l'information.

Cette journée n'aurait pas eu avoir lieu sans le soutient du CHU de Montpellier, des laboratoires Inovie, et du CPTS Lez Mosson.



Les résultats obtenus

51 personnes ont bénéficié d'un dépistage cardiovasculaire, dont 20 présentaient un risque cardiovasculaire élevé : 5 cas d'hypertension et/ou de cholestérol élevé et 15 cas d'obésité sévère.

En parallèle, 43 dépistages de l'insuffisance cardiaque ont été réalisés, conduisant à 10 tests NT-proBNP.

Ces résultats constituent l'un des éléments les plus marquants de cette édition du Village du Cœur. Chaque participant est reparti avec une information claire sur son risque cardiovasculaire et, lorsque cela était nécessaire, une orientation vers un professionnel de santé.

Indicateur	Résultat
Personnes dépistées	**51**
Participants, tous publics confondus	plus de 150
Dont participants venus avec leur entreprise	71
Entreprises et groupes engagés	6
Kilomètres cumulés au Défi Nage	plus de 400
Personnes initiées aux Gestes Qui Sauvent	plus de 30
Auditeurs des conférences « Cœur d'Ados »	plus de 60
Enfants aux activités	plus de 35
Bénévoles mobilisés	29

Au-delà des chiffres, l'édition 2026 confirme trois acquis : la mobilisation des entreprises du territoire, l'engagement massif des équipes hospitalières et la capacité de l'ACLR à fédérer autour d'elle institutions, associations et professionnels de santé.

Les activités



Dans le bassin

Nage libre. Ouverte toute la journée, elle a permis à chacun de nager à son rythme, quel que soit son niveau. Clubs, entreprises et particuliers ont additionné leurs longueurs au profit d'un compteur collectif, tenu en bord de bassin par les bénévoles. Le total atteint est de plus de 400 kilomètres.



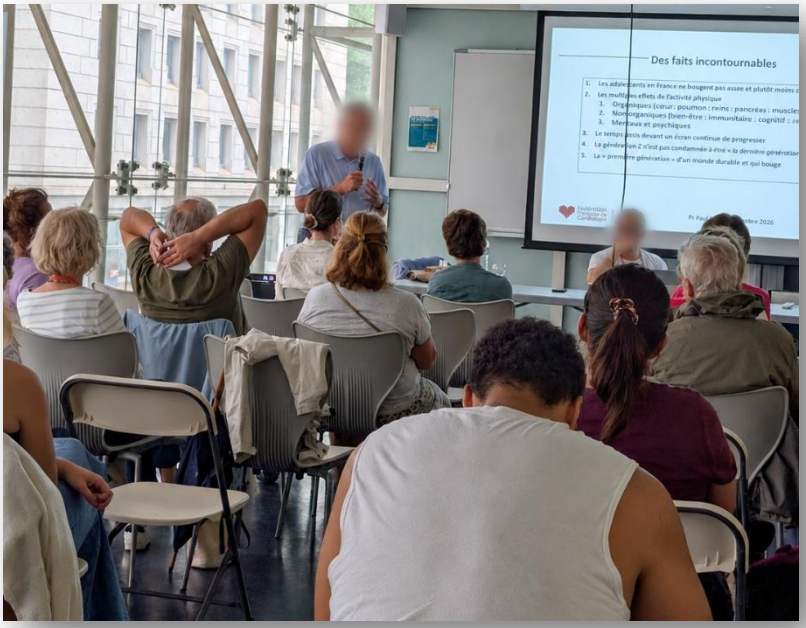
- **L'innovation de 2026 : la participation des entreprises.** Sept entreprises et institutions s'étaient engagées en amont : TAM, La Montpellier Reine, le CHU de Montpellier, Inovie, La Mutuelle Générale et MSCA. 71 collaborateurs ont nagé sous leurs couleurs.
- Aquagym. La séance du matin, encadrée par un enseignant en activité physique adaptée, a réuni 5 participants. Elle a montré qu'une activité douce et accessible peut convenir à tous les âges et à toutes les conditions physiques.
- Aquabike. Quatre séances de 20 places ont été proposées au fil de la journée, soit 80 places au total. 28 participants y ont pris part, avec une forte préférence pour les séances du matin et pour le créneau de 15 h 30.

- **Sirène et jeux aquatiques.** Proposée en fin de matinée, cette animation a fait de la piscine un lieu de découverte pour les plus jeunes. Plus de 35 enfants y ont participé, sous la responsabilité de leurs accompagnants.
- **Gestes Qui Sauvent.** Les initiations de 30 minutes, animées par des formateurs de la Fédération Française de Cardiologie, ont formé plus de 30 personnes à l'alerte, au massage cardiaque et à l'usage du défibrillateur.



Au Village du Cœur

- **Conférences « Cœur d'Ados ».** Deux conférences, à 11 h 30 et à 14 h 30, ont porté sur la santé cardiovasculaire des jeunes, avec le Pr Paul Menu (CHU de Poitiers) et le Pr Patrick Messner-Pellenc, président de l'ACLR. Elles ont rassemblé plus de 60 auditeurs, une majorité en matinée.
- Animations familiales. Structures gonflables, initiation au tir à l'arc, chorale et foodtruck avaient été programmées. Elles ont été **annulées la veille de l'événement du fait de la météo**.
- Dépistage. Il fait l'objet de la partie suivante.



Le dépistage : 51 personnes, et l'importance des actions grand public

51 personnes ont bénéficié d'un dépistage gratuit en une seule journée, sans rendez-vous, dans un lieu où elles étaient venues nager ou accompagner leurs proches. C'est précisément ce que permet une action grand public : rejoindre des personnes qui ne se seraient pas déplacées pour un bilan.

Deux dépistages complémentaires étaient proposés au Village du Cœur :

- le **dépistage du risque cardiovasculaire**, fondé sur le score SCORE2, qui estime le risque à dix ans à partir de quelques mesures simples de glycémie et cholestérol ;
- le **dépistage de l'insuffisance cardiaque**, par dosage biologique, mené avec la CPTS Lez Mosson et le laboratoire Inovie.
- Les maladies cardiovasculaires demeurent la deuxième cause de mortalité en France, et la première chez les femmes de plus de 50 ans. Elles progressent souvent en silence : hypertension, cholestérol ou diabète peuvent rester ignorés pendant des années. **Chaque dépistage réalisé hors**



des murs de l'hôpital est une occasion de repérer plus tôt, d'orienter mieux et d'éviter un accident.

Remerciements

Notre marraine et nos parrains

L'ACLR remercie chaleureusement **Clémence Galy, marraine,** et **Jacques Tuset, parrain**, qui ont prêté leur nom, leur temps et leur voix à cette édition. Malgré leur absence pour des raisons de santé ce 3 octobre 2026, ils ont donné à l'événement un visage et une audience que l'association n'aurait pas obtenus seule.

L'ACLR remercie également le **Pr Paul Menu** (CHU de Poitiers) pour son intervention lors des conférences Cœur d'Ados.

La Ville de Montpellier et Montpellier Méditerranée Métropole

La Nage du Cœur n'existerait pas sans la mise à disposition de la Piscine Olympique Angelotti d'Antigone et de son parvis. La Ville et la Métropole ont autorisé l'occupation de l'espace public. L'ACLR remercie les élus et les services qui ont accompagné le projet, en particulier le service des partenariats et grands événements sportifs. L'ACLR remercie tout particulièrement le **Docteur Tal Anahory**, élue, qui s'est déplacée le jour de l'événement pour son inauguration.

L'équipe de la Piscine Olympique d'Antigone

Nos remerciements vont à **Monsieur Christophe Martin**, directeur de la piscine, interlocuteur constant et attentif tout au long de la préparation, ainsi qu'à **l'ensemble des agents** : chefs de bassin, maîtres-nageurs, agents d'accueil, d'entretien et de sécurité. Leur disponibilité, le jour même comme durant les semaines précédentes, a permis d'accueillir le public dans d'excellentes conditions.

La veille de l'événement, à la suite d'un arrêté préfectoral, le Village du Cœur a été déplacé à l'intérieur de la piscine. Ce changement de dernière minute a pu se faire grâce à la mobilisation de tous, et aussi grâce au restaurant **Lunch and More**, qui a prêté ses tables et ses chaises pour accueillir les équipes soignantes. L'ACLR l'en remercie chaleureusement.

Rapatrié à l'intérieur, le Village a réuni les stands suivants :

- le dépistage ;
- le stand des associations partenaires du service de cardiologie, dont Petit Cœur de Beurre ;
- le Parcours Mobilité du CHU ;
- le Parcours Nutrition du CHU ;
- l'association Ma Vie, avec son Parcours Step.

Celles et ceux qui ont préparé l'événement

Cette journée est l'aboutissement de longs mois de travail. Réunions de pilotage, recherche de partenaires, démarches administratives, communication, logistique : rien n'aurait été possible sans l'engagement du comité de pilotage, réuni autour du Pr Patrick Messner-Pellenc, président de l'ACLR, avec Paul Michel,

Marguerite Delalonde, Sonia Soltani, Barbara Pastre, Patrick Petit et Kim Zehner, ni sans les membres du Club Cœur et Santé de Montpellier dont Florence Thorez. Qu'ils en soient toutes et tous sincèrement remerciés.

Inovie

Partenaire de l'édition 2026, le groupe de biologie médicale Inovie s'est engagé à double titre. Il a apporté son expertise biologique au dépistage de l'insuffisance cardiaque, en rendant possible le dosage du marqueur NT-proBNP. Il a aussi mobilisé ses collaborateurs, venus nager sous ses couleurs.

Ce partenariat montre ce qu'un acteur de santé du territoire peut apporter à une action de prévention : des moyens techniques, des compétences et une équipe.

La CPTS Lez Mosson

La **Communauté Professionnelle Territoriale de Santé Lez Mosson** réunit les professionnels de santé de ville de son territoire. Elle a porté, avec Inovie, le dépistage de l'insuffisance cardiaque : cadre de recueil des données, information des participants et lien avec le parcours de soins. Nous les remercions pour leurs engagements.

La force des partenariats

La **Maison Sport Santé « Ma Vie »** a été associée à la Nage du Cœur dès sa préparation. Ce partenariat réunit deux savoir-faire complémentaires : l'ACLR accompagne les personnes cardiaques et à risque, Ma Vie oriente vers une activité physique adaptée toutes celles et ceux qui en ont besoin, quelle que soit leur pathologie. Ensemble, les deux associations portent le même message : l'activité physique est un soin. Le CHU de Montpellier

Le **CHU de Montpellier s'est mobilisé massivement**. Le **service de Cardiologie** et le **service de Nutrition et Diététique** étaient présents au Village du Cœur pour informer, conseiller et répondre aux questions du public. Les équipes hospitalières ont également relayé l'événement en interne et participé à la nage aux côtés des autres structures engagées. Cette présence a une valeur particulière. Elle fait sortir l'expertise hospitalière de ses murs et la met à la portée de tous, dans un cadre convivial. Elle confirme aussi le lien étroit entre l'hôpital et le monde associatif : le premier soigne, le second accompagne dans la durée. L'ACLR remercie les médecins, diététiciennes et diététiciens, soignants et personnels du CHU qui ont donné de leur temps.

Bilan financier provisoire

À ce stade, l'édition 2026 présente **1 765 € de recettes** pour **15 496 € de dépenses**, soit un **reste à financer de 13 731 €**. Ce bilan est **provisoire**, sous réserve des dernières dépenses à comptabiliser.

Poste	Montant	Nombre
Recettes	**1 765 €**	
Entrées	555 €	80
Partenariat entreprise	1 210 €	7
Mécénat	0 €	0
Dépenses	**15 496 €**	
Entrées piscine	516 €	
Matériel	1 537 €	
Prestations (Pastre, Petit, Navas)	4 600 €	
Communication (impression, média, pub)	3 674 €	
Goodies (bonnet, bracelet)	1 447 €	
Animations (animateur, aquagym, aquabike, sirène)	1 796 €	
Repas	1 170 €	40
Manutention	756 €	
Reste à financer	**13 731 €**	

Les prestations et la communication représentent à elles seules 8 274 €, soit plus de la moitié des dépenses. En l'absence de mécénat, les recettes couvrent environ 11 % du coût total. Le bilan définitif sera établi une fois l'ensemble des factures reçues.

Perspectives et ambitions

L'ambition de l'ACLR est de faire de la Nage du Cœur le rendez-vous annuel de la prévention cardiovasculaire à Montpellier. Après trois éditions, l'événement dispose d'un lieu, d'un format et d'un réseau de partenaires solides. Quatre axes de progression se dégagent pour 2027 :

- **Élargir le public.** Les entreprises ont répondu présentes ; le grand public, les familles, les établissements scolaires et les clubs de natation restent à conquérir plus largement, par une communication engagée plus tôt.
- **Dépister davantage.** Les 51 dépistages de 2026 constituent une base. L'objectif est d'augmenter ce nombre et de mesurer le devenir des personnes orientées, avec les CPTS du territoire et le laboratoire Inovie.
- **Consolider les partenariats.** Proposer aux partenaires de 2026 un engagement pluriannuel donnerait à l'événement la visibilité financière qui lui manque encore.

- **Faire rayonner le format.** Le modèle (un bassin, un village de prévention, des bénévoles) peut inspirer les autres clubs de la région.

Mobiliser pleinement les clubs et le pôle espoir

La pleine mobilisation des clubs de natation et des très grands nageurs du pôle espoir est certainement l'un des grands points d'amélioration de la Nage du Cœur. Pour le Défi Nage, l'une des priorités sera de trouver un partenaire mécène qui abonde un don pour chaque kilomètre parcouru.

Le Sport Santé à Montpellier et les patients chroniques

La Nage du Cœur s'inscrit pleinement dans l'**ambition Sport Santé de la Ville et de la Métropole de Montpellier** : faire de l'activité physique un levier de santé accessible à chaque habitant, dans des équipements publics de qualité. En ouvrant la piscine olympique à un événement de prévention, la collectivité en donne une illustration concrète.

L'ACLR souhaite que la Nage du Cœur devienne une porte d'entrée vers une pratique régulière : un patient qui découvre l'aquabike ou reprend confiance dans l'eau le 3 octobre doit pouvoir, dès la semaine suivante, rejoindre un Club Cœur et Santé ou un créneau adapté proposé dans les piscines de la Métropole.

Merci à nos bénévoles

Une trentaine de bénévoles ont tenu la journée de bout en bout, de l'installation à 8 h 30 au démontage de l'événement en fin d'après-midi. Ils ont assuré l'accueil du grand public et des entreprises, le comptage des longueurs du Défi Nage, l'orientation et l'information au stand de dépistage, la pose puis le retrait de la signalétique et l'initiation des Gestes qui Sauvent:

- **ACLR** : Patrick Messner-Pellenc, Patrick Petit, Paul Michel, Florence Fries et Isabelle André
- **Club Cœur et Santé de Clermont** : Serge Tena, Evelyne Tena, Roger Catheland, Christine Catheland et Catherine Changarnier, Jean-Michel Mialhe ;
- **Club Cœur et Santé de Montpellier** : Florence Thorez, Marie Hélène De Troy, Martine Pegon, Jean-Michel Pegon, Marie-Jo Clavel, Michel Guinard, Hervé Vinard, Thierry Zurcher, Cynthia Coubes, Alphonsine Bonnet, Martine Meunier, Guilhem Cousin, Mireille Muratet, Marie Coirier et Marie Caporossi ;
- **Club Cœur et Santé de Nîmes** : Lucile Pansu, Marianne Banes et Jean-Claude Chambre.

Merci également à **Kim et Marguerite**, référentes bénévoles.



Merci à nos prestataires

L'ACLR remercie les professionnels qui ont contribué à la réussite de la journée :

- **Vu d'en Face** (Barbara Pastre et Clara Dumez), pour le conseil en communication ;
- **Patrick Petit**, pour l'accompagnement technique et les campagnes sur les réseaux sociaux ;
- **Albin** et **Polo Le Poulpe**, animateurs, pour l'animation de la journée ;
- **Jude Farges**, pour l'activité physique adaptée (aquagym et aquabike) ;
- **Bruno Carnet, Jessica Dirr, Annette Dossidart et Ludovic Bliek**, maîtres-nageurs sauveteurs, pour la surveillance du bassin ;
- **Florian Huard**, chef de bassin ;
- **Lolly**, pour l'animation Sirène ;
- **Aurélie Durand**, pour le foodtruck, que l'ACLR remercie pour son engagement malgré l'annulation décidée la veille en raison de la météo ;
- **Traiteur de l'Ovalie**, pour la restauration ;
- **Boris**, pour le déménagement du matériel ;

- **Nicolas**, électricien du protocole ;
- **Christophe Ortigoza**, gardien ;
- **Hérault Sport**, pour le prêt de barnums.

Merci à nos groupes partenaires

L'ACLR remercie les groupes partenaires de cette édition :

- **Somedi**
- **TAM**
- **La Montpellier Reine**
- **CHU de Montpellier**
- **Inovie**
- **La Mutuelle Générale**
- **MSCA**

L'ACLR et sa structuration

Membre de la Fédération Française de Cardiologie, l'Association de Cardiologie Languedoc-Roussillon est l'**acteur de proximité de la prévention cardiovasculaire** dans la région. Plus d'informations sur nos actions sur notre site web : ACLR - Fédération Française de Cardiologie Languedoc Roussillon

Repère	Chiffre
Clubs Cœur et Santé répartis sur le territoire régional	16
Adhérents cardiaques et proches bénéficiant d'activités adaptées	environ 1 700
Expérience dans la prévention et l'accompagnement	plus de 30 ans

L'année de l'association suit un calendrier régulier :

- **septembre** : rentrée des clubs et reprise des activités physiques adaptées ;
- **fin septembre, début octobre** : Nage du Cœur ;
- **novembre et décembre** : Assemblée Générale ;
- **janvier à mars** : préparation des Parcours du Cœur ;
- **avril à juin** : actions de prévention grand public, comme le Secours Tour et les Parcours du Cœur.

Son action s'organise autour de **quatre missions** :

Informer pour prévenir, en diffusant des messages de prévention accessibles à tous	**Sensibiliser** aux Gestes Qui Sauvent, pour que chacun sache réagir face à un arrêt cardiaque
Soutenir la recherche cardiovasculaire, par le financement de projets et de jeunes chercheurs	**Accompagner** les personnes cardiaques, notamment par l'activité physique adaptée au sein des Clubs Cœur et Santé

Le 3 octobre, ces quatre missions étaient réunies au bord du même bassin.

Les missions d'un Club Coeur et Santé

Cet évènement n'aurait pas pu se faire sans l'aide du club cœur et santé (CCS) de Montpellier. Un CCS accompagne, près de chez lui, les personnes cardiaques et leurs proches. Celui de Montpellier compte 170 adhérents et 14 bénévoles qui animent le club. Il agit dans trois directions :

- l'activité physique adaptée, proposée aux adhérents cardiaques et à leurs proches ;
- les initiations aux Gestes Qui Sauvent ;
- la prévention cardiovasculaire auprès du grand public, avec les Parcours du Coeur et le Secours Tour.