



# ZOOM SUR La course du cœur

**20 000**  
Plus de 20 000 personnes se trouvent aujourd'hui sur liste d'attente de greffes en France. Et plus de 200 décèdent chaque année faute d'organes disponibles. D'où le message : « Pour ou contre, l'important c'est de l'avoir dit ». Pour en savoir plus : > [www.dondorganes.fr](http://www.dondorganes.fr).

De jour comme de nuit, les participants à la Course du cœur courent de Paris jusqu'aux Alpes, pendant quatre jours.



La Course du cœur, des émotions fortes garanties !

Une vingtaine d'équipes s'élancera, le 29 mars prochain, depuis le centre de Paris pour rallier la station des Arcs en Savoie. Elles courront près de 750 km en relais, durant quatre jours non-stop, pour sensibiliser le grand public au don d'organes.

Par Georgia Diaz - Photos DR

La 31<sup>e</sup> édition de la Course du Cœur se déroulera du 29 mars au 2 avril prochain. De Paris aux Arcs, ce ne sont pas moins de 200 communes que les coureurs, tous amateurs, traverseront, par équipes de 14. Quatre jours et quatre nuits d'épreuve, 750 km parcourus en relais (soit 70 km par personne environ) et un objectif : sensibiliser le grand public au don d'organes. Une équipe, d'ailleurs, est uniquement composée de coureurs greffés – cœur, foie, rein, moelle osseuse... Ces derniers récoltent notamment, tout au long du parcours, des cœurs dessinés par les enfants d'une centaine d'écoles. L'opération donne l'occasion aux instituteurs de parler du don d'organes à leurs élèves. Les

cœurs sont ensuite remis aux praticiens des unités de transplantation, en témoignage de soutien aux greffés et aux personnes en attente de greffe. Une course sportive et solidaire donc, depuis une trentaine d'années...  
**Ode à la vie**  
La Course du Cœur a en effet vu le jour en 1987 à l'initiative du professeur Christian Cabrol, pionnier de la transplantation cardiaque et premier chirurgien ayant réalisé une greffe de cœur en Europe – en 1968. À l'époque, une équipe de marathoniens, emmenée par le journaliste Christian Bindner, préparait une course à pied reliant Paris à La Plagne et souhaitait donner sens à son engagement sportif. Courir pour le cœur s'est imposé à eux alors que les médecins

faisaient déjà face à un manque important de dons. Depuis 1998, c'est l'Association fédérative française des sportifs transplantés et dialysés, Trans-forme, qui organise l'événement. Une course où fatigue et souffrance riment avec espoir. Car de l'aveu même d'Olivier Coustère, directeur de la course, tout cela « n'est rien en comparaison de l'épreuve traversée par les milliers de personnes qui sont aujourd'hui en attente d'une greffe (...). On pense à eux, on se mobilise pour eux ».  
> [www.lacourseducoeur.com](http://www.lacourseducoeur.com) et  
> [www.trans-forme.org](http://www.trans-forme.org) ■

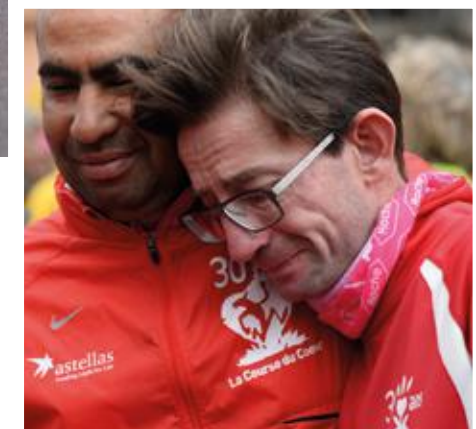


L'équipe Forever dans notre Cœur, présente l'an passé. Au compteur des membres de cette équipe : 110 participations cumulées à la course. Les équipes sont constituées par des entreprises partenaires, comme Total ou le Groupe Dassault.



« Et si on se retrouve année après année, c'est que la greffe fonctionne aussi ! Tant qu'on se retrouve, c'est que tout va bien »

Les participants transplantés, comme Sylvain, font office d'ambassadeurs du don d'organes... Les greffés sont également associés à des non-greffés, lors d'une étape. Les deux équipiers doivent franchir la ligne d'arrivée ensemble.



## Prouver qu'on peut

Pour la neuvième année consécutive, Sylvain Scoufrière, 43 ans, participera à la Course du Cœur en mars prochain. Passionné de course à pied depuis l'adolescence, ce pensionnaire de l'Union sportive Valenciennes Athlétisme a été greffé en 2006.

Enfant, Sylvain Scoufrière a toujours fait du sport, du karaté, du basket... À 12 ans, il participe à la course du camping où lui et ses parents séjournent pour les vacances. Aujourd'hui âgé de 43 ans, ce Nordiste court toujours : « trois à cinq fois par semaine... Je fais un marathon tous les deux ans et, chaque année depuis huit ans, je participe à la Course du Cœur ». Une course à laquelle les médecins qui l'ont suivi à Lille l'ont incité à participer en 2008. L'année de son premier marathon en tant que greffé. « Je l'ai couru en 3 h 45 alors que je faisais du 3 h 10-3 h 15 avant », précise-t-il. Sylvain souffrait d'une insuffisance rénale, détectée alors qu'il n'avait que 16 ans. Courir devient alors une

nécessité. « Moralement et physiquement. » Même sous dialyse, en 2006, il persévère et court « deux à trois fois par semaine, pendant 30 à 40 minutes ». Puis, au bout de six mois, il reçoit le rein d'un donneur décédé accidentellement. De cette personne ou de sa famille, il ne sait rien. La loi l'interdit. Participer à la Course du Cœur ? Une évidence pour lui. « Pour prouver que l'on peut et pour promouvoir le don d'organes. » Sa façon de dire merci, peut-être...  
**Le marathon de New York en tête**  
Ne comptez pas sur Sylvain pour dire que la course est éprouvante. Malgré le froid, la pluie, la neige parfois et la fatigue, « on ne peut pas se permettre de dire que c'est dur. Il faut relativiser quand on sait ce que traversent ceux qui sont

aujourd'hui en attente de greffe », assure celui qui, chaque année, pose quatre jours de congés pour y participer. Des liens se sont créés entre les membres de l'équipe de transplantés. « On vit avec une épée de Damoclès au-dessus de nos têtes. Et si on se retrouve, année après année, c'est que la greffe fonctionne aussi ! Tant qu'on se retrouve, c'est que tout va bien. » Sylvain ne manque d'ailleurs pas de projets. Parmi eux : participer au Marathon de New York et s'essayer au trail. Plutôt logique quand on sait que les Terrils de Raisme, théâtre de la fameuse Course des Terrils, font partie de ses terrains de jeu favoris, le week-end. ■