

Charente-Maritime

Sud Ouest & vous

INFO/INTOX

Quels sont les bons usages pour finir le Marathon de Royan samedi

Il faut faire attention à son alimentation en amont

l'un des organisateurs de la troisième édition du Marathon de Royan.

Le trentième kilomètre est fatidique

info

Un bon équipement peut faire terminer le marathon

intox

« Oui. Il faut arrêter l'alcool et la consommation de graisses et se mettre aux sucres lents. Raison pour laquelle certains organisent une pasta party la veille de la course. Et il vaut mieux ne pas trop tarder à changer son régime alimentaire. À Royan, le marathon a lieu samedi, il faut donc commencer à manger des pâtes ou du riz à partir de ce jeudi. Et pendant la course, certains mangent des barres énergétiques ou des boissons avec du glucose », indique Alain Bonnouvrier,

« Non. S'il y avait un moteur dans les chaussures, ça se saurait. En revanche, un équipement peut faire abandonner. Une paire de chaussettes neuves le jour de la course, par exemple, peut entraîner de grosses ampoules. Tout comme les chaussures. Il vaut mieux les avoir testées avant, lors d'une sortie », prévient Alain Bonnouvrier.

« D'un point de vue physiologique, on parle toujours du mur du trentième kilomètre. C'est à partir de là qu'on commence à puiser dans ses réserves de sucres et qu'on risque le coup de pompe. Si on commence à faiblir, il faut se réalimenter en sucres rapides. Et si on se met à marcher, c'est terminé. Il vaut mieux courir plus lentement en attendant que ça aille mieux », conseille l'organisateur.

COUP DE CHAPEAU

UN LICENCIÉ D'ARVERT AU CHAMPIONNAT DE FRANCE D'AÉROMODÉLISME
Olivier Monet, licencié au Model Arvert Club 17, a été sélectionné pour participer au Championnat de France de course de planeurs de vol de pente radiocommandé (F3F), organisé du 6 au 8 mai 2017, au col de la Croix-Morand dans le Puy-de-Dôme.



PHOTO ARCHIVES XAVIER LÉOTY

SACHEZ-LE

A Meschers, les Grottes de Régulus ont officiellement changé de nom. Appelez-les désormais, grottes DU Régulus. Le nom vient du vaisseau qui a sombré au large du site en 1814.



CRÉDIT XAVIER LÉOTY

LE CHIFFRE DU JOUR

41 000 C'est le nombre d'entrées en 2016 au cinéma Familia de Jonzac, classé « art et essai » et « jeune public ». C'est son record de fréquentation. Et ce premier trimestre affiche déjà +10 % de fréquentation.

TRIBUNE LIBRE

Grippe aviaire à Loulay : « tout me tombe dessus »



Thierry Baty. Cet éleveur de Loulay a vu ses canards abattus, début avril, suite à la détection d'un cas de grippe aviaire. Il dit sa colère.

« Nous avons eu une réunion lundi avec deux experts, un indépendant et celui de la Chambre de l'agricul-

ture. Il en ressort que sur 90 000 euros de perte, je pourrais – au mieux – toucher 38 000 euros. Je rappelle que l'abattage de 914 canards représente un tiers de ma production. Sans compter que des discussions vont s'engager avec les services de l'État. Je n'ai aucune garantie sur cette somme de 38 000 euros. On m'explique que la subvention va s'arrêter lorsque la Direction départementale de protection des populations (DDPP) annoncera que la grippe aviaire a disparu de l'élevage. Or, pour tuer mon premier canard, cela va prendre entre 15 et 16 semaines. Depuis l'arrivée de l'animal, âgé d'un jour, jusqu'au gavage. Pendant ce temps, je n'aurais pas d'indemnité.

Lors de l'abattage, un agent de la DDPP m'a expliqué que je pourrais toucher une aide de reconstitution de cheptel. Aujourd'hui, on m'explique que cette aide n'existe pas.

Hormis ma banque, personne ne se bouge. Je suis très en colère contre la DDPP. Tout est placé entre leurs mains. Comme il n'y a qu'un seul cas de grippe aviaire dans le département, ils veulent faire de moi un exemple.

Au-delà de la grippe aviaire, je me demande pourquoi tout me tombe dessus. Lors d'un contrôle en décembre dernier, la DDPP a conclu que l'exploitation n'était pas aux normes. Pourtant, je n'ai pas changé le matériel ou le mode de production. J'ai même travaillé huit mois avec l'ancien propriétaire. Pourquoi n'avait-il pas fait l'objet de contrôle ? Pourquoi, quand j'arrive à la tête de la société, l'exploitation devient subitement hors normes ?

Je suis extrêmement en colère, et vraiment à bout. Tout me tombe dessus.

Recueilli par Thibault Seurin

LANCEMENT COMMERCIAL

LA MARANSINE

ESPACE DE VENTE 45 av Billaud Varenne 17000 La Rochelle

Vivre à La Rochelle

Votre appartement neuf
2 ou 4 pièces pour habiter ou investir

à partir de **103 000 €***

05 56 721 100

SEIXO HABITAT

* TVA 5,5% AU LIEU DE 20%
Prêt à Taux Zéro 0%