**Embargo – 00h01 mercredi 27 septembre 2017**

***Les monuments emblématiques s'illumineront en rouge pour la Journée mondiale du cœur : mercredi 27 septembre 2017***

Fondée et organisée par la Fédération mondiale du cœur (WHF), la Journée mondiale du cœur a pour objectif de sensibiliser le public aux maladies cardiovasculaires (CVD), et de promouvoir l'importance d'un mode de vie sain, dans le but de lutter contre le nombre croissant de personnes atteintes de maladies cardiovasculaires, la plus importante cause de décès dans le monde.

Cette année, la Fédération encourage le grand public à participer en partageant des conseils utiles pour garder son cœur en bonne santé, et en se rendant aux illuminations qui auront lieu le 27 septembre. Nous pouvons tous faire la différence et inspirer nos familles, amis et les communautés dans le monde en changeant notre mode de vie. Un petit effort peut faire une grande différence pour garder un cœur sain.

Aujourd'hui, les maladies cardiovasculaires sont responsables de 17,5 millions de décès par an. D'ici 2030, le nombre de décès devrait atteindre 23 millions. Dans le monde, 1 personne sur 10 âgée de 30 à 70 ans décèdera prématurément d'une maladie cardiovasculaire. Ce taux inclut les maladies cardiaques et les accidents vasculaires cérébraux. La bonne nouvelle dans tout cela ? Au moins 80% de ces morts prématurées pourraient être évitées, ou retardées.

Pour célébrer la Journée mondiale du cœur 2017, des illuminations éclaireront les monuments emblématiques du monde entier, y compris la Montagne de la Table en Afrique du Sud, [le panneau d'affichage du Nasdaq à Times Square](https://www.skylinewebcams.com/en/webcam/united-states/new-york/new-york/times-square.html), le Singapore Flyer, la Sky Tower en Nouvelle Zélande, et bien d'autres encore. Pour connaitre la liste complète et officielle des illuminations, veuillez vous référer à la [Carte Mondiale des Activités](https://www.worldheartday.org/worldwide-activities/) sur le [site internet de la Journée Mondiale du Cœur](https://www.worldheartday.org).

**Le professeur David Wood, cardiologue et président de la Fédération mondiale du cœur** a déclaré : “*Nous ne pouvons sous-estimer l'importance de la santé cardiaque au niveau mondial, alors même que 31% des décès dans le monde sont causés par des maladies cardiovasculaires. La Journée mondiale du cœur représente une chance de rassembler la population mondiale dans le but de lutter contre le plus grand tueur au monde et d'inciter davantage de personnes à améliorer leur santé cardiaque. Il ne tient qu'à nous de faire bouger les choses. Les changements dans le mode de vie tels que manger plus de fruits et légumes, être plus actif, et arrêter de fumer, peuvent sauver des millions de vies."*

Le grand public peut participer au mouvement en partageant des selfies et des conseils pour garder son cœur en bonne santé en utilisant le hashtag *#WorldHeartDay*, mais aussi en se rendant à l'un des milliers d'évènements à travers le monde (liste disponible [ici](https://www.worldheartday.org/worldwide-activities/)). Ils peuvent également découvrir leur niveau de connaissance en matière de santé cardiaque en complétant le [test QI du cœur](https://www.worldheartday.org/).

Cette année, afin d'accroître l'impact de la Journée mondiale du cœur, nous nous sommes associés avec les entreprises **Manulife (John Hancock aux États-Unis et Manuvie au Québec)** et **Phillips**. Avec leur soutien, nous sensibilisons et encourageons les individus, les familles, les communautés et les gouvernements à rejoindre notre cause et nous aider à atteindre notre objectif qui est de réduire de 25% le nombre de décès prématurés dus aux maladies cardiovasculaires d'ici à 2025.

**Phil Witherington, PDG par intérim à Manulife Asia,** a déclaré : *"Manulife entreprend d'aider les gens à réaliser leurs rêves et leurs aspirations. Pour atteindre cet objectif, un mode de vie sain est primordial. Nous avons un rôle important à jouer pour promouvoir la santé publique et un mode de vie actif dans le monde, c'est la raison pour laquelle nous nous sommes associés avec la Fédération. Pour les trois prochaines années, nous allons travailler ensemble pour augmenter la sensibilisation envers la santé cardiaque avec l'objectif d'améliorer la santé de nos clients, nos employés et des communautés."*

**Pour Selina Thurer, à la tête de l'entreprise Philips,**  c'est *"en tant que leader dans le domaine de la technologie sanitaire et en tant que partenaire de la Fédération Mondiale du Cœur, que Philips célèbre la Journée mondiale du cœur autour du thème de "l’alimentation saine pour un cœur sain". Nous croyons qu'une alimentation saine est primordiale pour une vie saine et épanouie. Nous nous engageons, jour après jour, pour permettre à chacun d’apprécier les effets bénéfiques à long terme des plats faits maison, diminuant ainsi le risque de surpoids ou d'obésité, à l'origine des maladies cardiovasculaires".*

Vous trouverez plus d'informations sur les illuminations et les autres activités près de chez vous sur le site : [www.worldheartday.org/worldwide-activities](http://www.worldheartday.org/worldwide-activities).

Pour vous joindre au mouvement de la Journée mondiale du cœur, participez sur les réseaux sociaux :

**Suivez** : [@worldheartfed](https://twitter.com/worldheartfed?ref_src=twsrc%5Egoogle%7Ctwcamp%5Eserp%7Ctwgr%5Eauthor) et utilisez le hashtag **#WorldHeartDay**

Pour plus d'informations ou pour participer à la Journée mondiale du cœur, veuillez vous rendre sur le site internet de la Journée mondiale du cœur : [www.worldheartday.org](http://www.worldheartday.org)

**Comment faire pour garder son cœur en bonne santé ? Voici les conseils de la Fédération mondiale du cœur :**

* **Soyez plus actif**
* Essayez de pratiquer au moins 30 minutes d'activité physique modérée ou intense cinq fois par semaine.
* N'oubliez pas les petits exercices en préférant les escaliers ou en descendant du bus quelques stations en avance.
* **Arrêtez de fumer** - c'est la meilleur chose que vous pouvez faire pour garder votre cœur en bonne santé.
* Si vous avez besoin d'aide, consultez un spécialiste de la santé, un pharmacien par exemple.
* **Ayez une alimentation plus équilibrée**
* Essayez de consommer 5 portions de fruits et de légumes par jour (environ une poignée)
* Il est important que vos enfants vous aident à faire la cuisine pour apprendre à s'alimenter sainement
* **Faites contrôler régulièrement votre pression artérielle.**

**Termine le :**

**Pour plus d'informations, y compris sur les statistiques et les faits, ou pour organiser un reportage ou un briefing, veuillez contacter le service de presse de la Fédération mondiale du cœur à l'adresse whf@grayling.com / (0)203 861 3820**

La vidéo de la Journée mondiale du cœur peut être visualisée en cliquant [ici](https://www.youtube.com/watch?v=HVLF_RyE4iA&feature=youtu.be)

**Les sites emblématiques sont illuminés de rouge lors de la Journée mondiale du cœur :**

* La Montagne de la Table en Afrique du Sud
* Le Cape Wheel, V&A Waterfront à Cape Town, en Afrique du Sud
* Le Jet d’Eau à Genève, Suisse
* L'Angel del la Reforma au Mexique
* La Auckland Sky Tower en Nouvelle Zélande
* Les Presidential Jetty et Dhiragu Tower aux Maldives
* La tour Lakeview à Bucarest, Roumanie
* Le Sheraton Grand Doha, Qatar
* La Tour d'Avala à Belgrade, Serbie
* Les Flyer, Helix Bridge, Maybank Tower et Marina Square à Singapour
* La KL Tower à Menara Kuala Lumpur, Malaisie
* La Grande Pyramide de Gizeh au Caire, Egypte

Pour plus d'informations sur nos partenaires Manulife et Philips, veuillez contacter :

Christine Burrows

Manulife, Relations publiques et communication

Téléphone : +852 2510 5822

[Christine\_Burrows@manulife.com](mailto:Christine_Burrows@manulife.com)

Lian Verhoeven

Philips Département Communication

+31 6 10 56 45 13

[Lian.verhoeven@philips.com](mailto:Lian.verhoeven@philips.com)

**Notes pour les éditeurs**

**Concernant la Journée Mondiale du Cœur 2017**

La Journée Mondiale du Cœur a été créée en 2000 pour informer les personnes du monde entier sur les maladies et les accidents cardiovasculaires, qui sont les causes principales des décès dans le monde, avoisinant les 17,5 millions de vies chaque année. La Journée mondiale du cœur a lieu tous les ans le 29 septembre. Cette année, nous voulons ***faire la différence*** *-* nous souhaitons que le monde entier entre dans une dynamique d'entraide afin d'avoir une vie meilleure, plus longue et plus saine.

Pour plus d'informations concernant la Journée mondiale du cœur 2017, y compris les supports de communication, [rendez-vous sur le site internet](http://www.world-heart-federation.org/what-we-do/world-heart-day/).

**À propos de la Fédération mondiale du cœur**

La Fédération mondiale du cœur s'engage pour la lutte globale contre les maladies cardiovasculaires (CVD), y compris les maladies et les accidents vasculaires cérébraux. Pour plus d'informations, rendez-vous sur : www.worldheart.org; www.facebook.com/worldheartfederation et twitter.com/worldheartfed.