Pas si givrés que ça, les canards pornichétins

Pornichet — Ils sont une trentaine de courageux à se jeter à l'eau chaque dimanche d'octobre à avril, quels que soient le temps et la température de l'eau.

L'association des Canards bivrés a été créée en octobre 1994 par Gérard Le Blouch, **« pas sportif pour un sou, mais amateur des bains de mer en toute saison,** comme il aime à le dire. **Je me suis dit, un jour, que ce serait plus sympa de se baigner à plusieurs, et c'est parti comme ça. Au début nous étions trois ; maintenant nous approchons des soixante adhérents. »**

Les nageurs se retrouvaient à Saint-Nazaire, plage de Villès-Martin, avant de migrer vers Pornichet. **« Nous cherchions un lieu de repli pour se changer, et c'est la mairie de Pornichet qui nous a proposé le local du poste de secours Poincaré. La Baule ne voulait pas vraiment de nous »,** assure Muriel Prince, l'actuelle présidente.

C'est ainsi que les Canards givrés se retrouvent sur la plage de Pornichet, chaque dimanche entre octobre et avril, pour un bain collectif d'un petit quart d'heure.

Même pas peur de se jeter dans l'eau à 9° ! | CRÉDIT PHO

Le vrai du faux

Muriel Prince répond aux questions qu'on se pose généralement sur leur exploit.

Les Canards givrés sont vraiment givrés

« Vrai et faux. Givrés au sens propre du terme, quand on entre dans une eau à 9°. Mais pas givrés du tout au sens figuré, car les bienfaits des bains froids sont réels pour nous. »

Le froid est dangereux pour la santé

« Faux, sauf si l'on a un problème cardiaque. Quand on va dans l'eau, le corps s'habitue très bien à la différence de température, et ça change nos habitudes de vie qui nous maintiennent tout le temps au chaud. »

C'est par bravoure qu'on se baigne en hiver

« Faux. On recherche du bien-être, ce n'est pas une question de courage. Nous avons tous un sentiment de bonheur, comme une sorte d'euphorie quand nous sortons de l'eau. »

On n'oublie jamais le froid

« Vrai. Il vous enserre comme un étau. On souffle, on respire et on bouge. Ce sont les premières minutes qui sont difficiles, surtout quand l'eau descend à 5° ! »

Il n'y a que des seniors chez les Canards givrés

« Faux. Il y a tous les âges, même si l'on voit beaucoup de cheveux gris, c'est vrai. »

Les Canards givrés se baignent tous les dimanches

« Vrai. Quel que soit le temps. C'est ça qui est drôle ! »

Les filles sont plus frileuses que les garçons

« Faux. Il n'y a aucune différence à ce niveau-là. »

Il ne fait quand même pas bien chaud en maillot de bain sur la plage en | CRÉDIT PHOT

ssociation des Canards bivrés a
réée en octobre 1994 par Gérard
louch, **« pas sportif pour un sou,**
s amateur des bains de mer en
e saison, comme il aime à le dire.
ne suis dit, un jour, que ce serait
sympa de se baigner à plu-
rs, et c'est parti comme ça. Au
ut nous étions trois ; maintenant
s approchons des soixante
érents. »
s nageurs se retrouvaient à Saint-
aire, plage de Villès-Martin, avant
migrer vers Pornichet. **« Nous**
rchions un lieu de repli pour se
nger, et c'est la mairie de Porni-
t qui nous a proposé le local du
te de secours Poincaré. La Bau-
e voulait pas vraiment de nous »,
ure Muriel Prince, l'actuelle prési-
te.
est ainsi que les Canards givrés
etrouvent sur la plage de Porni-
t, chaque dimanche entre octo-
et avril, pour un bain collectif d'un
quart d'heure.

rai du faux

iel Prince répond aux questions
on se pose généralement sur leur
oit.

Canards givrés
t vraiment givrés
Vrai et faux. Givrés au sens propre
terme, quand on entre dans une
à 9°. Mais pas givrés du tout au
s figuré, car les bienfaits des bains
ds sont réels pour nous. »

e froid est dangereux
our la santé
aux, sauf si l'on a un problème car-
que. Quand on va dans l'eau, le
os s'habitue très bien à la différen-
de température, et ça change nos
itudes de vie qui nous maintien-
t tout le temps au chaud. »

'est par bravoure
u'on se baigne en hiver
aux. On recherche du bien-être, ce

Même pas peur de se jeter dans l'eau à 9° ! | Crédit photo : Ouest-Fran

n'est pas une question de courage. Nous avons tous un sentiment de bonheur, comme une sorte d'euphorie quand nous sortons de l'eau. »

On n'oublie jamais le froid
« Vrai. Il vous enserre comme un étau. On souffle, on respire et on bouge. Ce sont les premières minutes qui sont difficiles, surtout quand l'eau descend à 5° ! »

Il n'y a que des seniors chez les Canards givrés
« Faux. Il y a tous les âges, même si l'on voit beaucoup de cheveux gris, c'est vrai. »

Les Canards givrés se baignent tous les dimanches
« Vrai. Quel que soit le temps. C'est ça qui est drôle ! »

Les filles sont plus frileuses que les garçons
« Faux. Il n'y a aucune différence à ce niveau-là. »

Il ne fait quand même pas bien chaud en maillot de bain sur la plage en janvier ! | Crédit photo : Ouest-Fran

Canards givrés se retrouvent tous les dimanches d'hiver pour prendre un bon bain dans la mer. | Crédit photo : Ouest-France

Philippe a franchi le pas, dimanche, plage de Pornichet. « Je me baignais tout seul avant, surtout à partir du mo de mars. Mais j'avais envie de le faire toute l'année, et c'est plus motivant d'être à plusieurs. Comme j'habite juste en face, c'est en les voyant que j'ai eu l'idée de me joindre à eux. C'est très sympa ! » | Crédit photo : Ouest-Fra