

## Vidéo - Le doyen du Gers, 106 ans, avec sa pioche au potager !

René Carde vient tout juste de fêter son 106e anniversaire. Il ne prend toujours pas de médicaments et conserve la main verte.



Vidéo - Le doyen du Gers, 106 ans, avec sa pioche au potager !

Heureusement que tous les patients ne sont pas comme lui, sinon le médecin de famille pourrait songer à la reconversion ! René Carde, le doyen du Gers, confirme qu'il n'a aucun dossier médical et qu'il ne prend aucun médicament.

Et pour joindre la parole aux actes, c'est bon pied bon œil, avec une pioche à la main qu'il montre le sillon de haricots qu'il vient tout juste de semer, il y a quelques jours.

### De l'exercice physique et une alimentation saine

Aux côtés de sa femme Charlotte, bientôt centenaire elle aussi, René Carde n'a pas vraiment de secret à livrer : « C'est comme ça ; c'est la nature » indique t-il. Mais sa femme s'empresse d'ajouter que son père et sa sœur ont eux-mêmes vécu jusqu'à 99 ans .

En effet, la longévité est souvent une affaire de famille. L'ADN joue son rôle. Et puis il y a tout le reste.

En premier lieu, l'alimentation bien sûr. René Carde confie : « Manger ses propres fruits et légumes, c'est commode ! » . Et c'est également souvent plus sain que la majorité des productions vendues en supermarché et traitées par nombre de pesticides. Les Carde consomment également leurs propres lapins et volailles, nourris avec le grain récolté sur leur terre.

### « Le déambulateur ? Pour quoi faire ? Je n'en ferais rien... »

René Carde, toujours très présent dans les conversations, balaye d'un revers de main la proposition d'user davantage du déambulateur qui lui a été attribué. « Le déambulateur ? Pour quoi faire ? J'en ferais rien... » dit-il le regard espiègle. Il lui préfère la brouette.

René Carde qui a fêté le 19 Juin 2020, son 106e anniversaire a l'intention de poursuivre encore de nombreux mois son épopée terrestre, sous les auspices d'une douceur de vivre gersoise toute appropriée.

Pour voir la vidéo, cliquez sur le lien suivant : [https://www.youtube.com/watch?v=YNVGy\\_7YFKM](https://www.youtube.com/watch?v=YNVGy_7YFKM)