

Article paru dans Le Parisien le 20/06/17 :

Etampes : ils roulent contre les idées reçues sur les troubles psychiques

Re-de-France & Oise > Essonne > Etampes | Nolwenn Casson | 20 juin 2017, 10h48 | f t g o



Etampes, mardi. Pour la première étape de la 4e édition des Psycyclettes, une cinquantaine de cyclistes a fait étape au sein de l'établissement public de santé Barthélémy-Durand d'Etampes. LP/J.C.



Dans le cadre de la quatrième édition des Psycyclettes, une cinquantaine de cyclistes a quitté Versailles ce mardi pour rejoindre l'établissement public de santé Barthélémy-Durand



Les fortes températures ne les ont pas découragés. Ce mardi matin, une cinquantaine de cyclistes se sont élancés de Versailles pour rejoindre l'établissement public de santé Barthélémy-Durand d'Etampes. Avec tout de même deux heures de retard sur l'heure annoncée, ils ont franchi tous ensemble la ligne d'arrivée vers 18 heures, accueillis en musique par des patients de l'hôpital, inscrit dans un atelier de percussion.

Une « aventure » entreprise dans le cadre de la quatrième édition des Psycyclettes. Organisée par l'Unafam (Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapés psychiques), l'opération propose aux volontaires comme aux personnes atteintes de troubles psychiques et aux infirmiers de faire un « Tour de France contre les idées reçues ».

« Le but est de lutter contre les stigmatisations et surtout contre l'auto-stigmatisation, explique Michel Lacan, initiateur des Psycyclettes, ancien responsable de l'Unafam de Toulouse. Beaucoup ne se pensent pas capable de faire 5 km, alors arriver au bout leur redonne confiance. »

« Faire du vélo me vide la tête », Florian 19 ans, hospitalisé à Barthélémy-Durand

C'est le cas de Florian, 19 ans, actuellement hospitalisé à Barthélémy-Durand. Pour cette première étape, avec cinq patients et trois encadrants, il a rejoint un des groupes à Boissy-le-Sec pour effectuer les dix derniers kilomètres.

« J'avais un peu peur de ne pas y arriver, surtout avec ce temps, confie-t-il. Mais au final, cela m'a vraiment plu. Faire du vélo me vide la tête. Et c'est sympa de rencontrer du monde, surtout quand on vit ici où l'on croise toujours les mêmes personnes. » Dans les moments de doute, Frédéric Jean, infirmier, était là pour lui redonner courage. « Ils avaient quelques craintes surtout au moment du départ, raconte-t-il. Mais le rythme était assez tranquille, au final ils n'ont pas eu du mal à suivre le groupe. »

C'est la seconde année que l'établissement fait office d'étape. « Cela fait longtemps que nous collaborons, précise Dominique Ergand, la présidente départementale de l'Unafam. Ils nous soutiennent beaucoup dans nos actions.

» Après un bon rafraîchissement, le groupe a repris la route, toujours à vélo, vers Guillerval, où il passait la nuit avant de s'élancer mercredi direction Vendôme (Loir-et-Cher).

leparisien.fr

[>> Lire l'article en ligne](#)