

# « Il faut changer les mentalités »

**Des cyclotouristes sont attendus ce vendredi à Châteaudun et à Bonneval pour combattre les préjugés sur les troubles psychiques.**

**Frédéric Levent**  
frederic.levent@centrefrance.com

**A**ller à la rencontre du public pour briser les tabous liés aux maladies psychiques et au handicap qui peut en résulter. Tel est l'objectif de la 8<sup>e</sup> édition de la Psycyclette. Cette randonnée cyclotouriste de 1.300 km est organisée du 6 au 13 juin par l'Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques (Unafam) et traversera dix-huit villes de l'Hexagone.

## « Il y a de plus en plus de troubles psychiques »

Le dernier défi, situé entre Tours et Paris, sera entrecoupé d'escales dans les communes de Châteaudun et de Bonneval. « Une trentaine de personnes malades, encadrés par leurs soignants et/ou accompagnés par leurs proches arriveront de Tours vendredi midi et s'arrêteront sur la place du 18-October, à Châteaudun. La municipalité va installer un barnum avec des tables et il y aura une animation musicale.

Ces "psycyclistes" se rendront ensuite à Bonneval dans l'après-midi pour prendre un goûter », a annoncé, lundi, la Dunoise Christine Valentini, déléguée départementale de l'Unafam, qui a organisé ces deux étapes en lien



**INVESTIE.** La Dunoise Christine Valentini, déléguée départementale de l'Unafam, a organisé les deux étapes de la 8<sup>e</sup> édition de la randonnée cyclotouriste Psycyclette. Elles auront lieu ce vendredi à Châteaudun et à Bonneval pour « briser les tabous sur les maladies psychiques ».

avec les municipalités. Un accueil festif sera réservé aux participants pour « mobiliser chaque acteur autour de la déstigmatisation des troubles et du handicap psychique et inviter les citoyens à échanger sur la santé mentale, s'informer sur l'accompagnement des personnes vivant avec des troubles et/ou un handicap psychiques. »

« Il y a de plus en plus de trou-

bles psychiques qui recouvrent à la fois la schizophrénie, les troubles bipolaires, les dépressions ou encore les troubles obsessionnels compulsifs. Un Français sur quatre peut avoir à y faire face », rappelle Christine Valentini.

Les troubles psychiques concernent 13 millions de Français. « Cette problématique constitue

donc un enjeu prioritaire dans les politiques de santé publique, mais il reste du chemin à parcourir sur le terrain des préjugés liés aux troubles psychiques. La déstigmatisation des troubles psychiques est encore nécessaire aux quatre coins de l'Hexagone face aux préjugés. Sensibiliser marque une étape vers le changement de mentalités. La Psycyclette permet aux personnes qui vivent avec des troubles psychiques de faire du sport, de participer en fonction de leurs possibilités physiques à la totalité ou à une partie du parcours et de briser les tabous sur les maladies psychiques. »

## « Invisibles, invalidantes et mal connues »

L'Unafam, association reconnue d'utilité publique, accompagne l'entourage des personnes vivant avec des troubles psychiques depuis 1963. « Écouter, soutenir, former, défendre les droits des personnes concernées et de leurs familles et lutter contre les préjugés sont les missions auxquelles s'attellent nos 2.000 bénévoles dans toute la France dont l'Eure-et-Loir. Nous proposons un accompagnement par des pairs pour briser l'isolement, permettre de retrouver la force d'avancer et de dissiper le brouillard autour de ces perturbations mentales qui demeurent invisibles, invalidantes et mal connues », explique Christine Valentini.

Un groupe de parole se réunit tous les mois à Chartres et une journée d'information sur les maladies psychiques sera également organisée le 15 octobre à Chartres. ■