



Lachaud



4 | GRAND PÉRIGUEUX

DORDOGNE LIBRE  
Lundi 22 juin 2026

SANTÉ

# Un PsyTour pour bousculer les idées sur la santé mentale

Plusieurs associations périgourdines dans le domaine de la santé mentale ont organisé, ce samedi 20 juin, la première édition de PsyTour, une aventure humaine et sportive à vélo pour faire connaître et déstigmatiser les maladies mentales.

**ALINE AMODRU-DERVILLEZ**  
a.amodrudervillez@dordognelibre.fr

Le peloton arrive sous les applaudissements, ce samedi 20 juin, place du 8-Mai, à Périgueux. Et même si certains ont déjà un gilet jaune, ce n'est pas encore le Tour de France, mais l'arrivée de la première édition de PsyTour. Ils étaient une douzaine, à rouler, sous la chaleur de samedi. « Nous sommes partis ce matin du centre hospitalier de Vauclaire à Montpon-Ménéstrol pour relier Périgueux à vélo, via la voie verte », précise Gilles, un bénévole de l'association de l'Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques (Unafam).



Les cyclistes ont roulé pour prouver qu'être atteint d'une maladie mentale n'était pas synonyme de pouvoir rien faire. Photo Rémi Philippot

**Pédaler pour déstigmatiser les maladies mentales**

Mais pourquoi s'imposer 70 km par presque 40°C ? Pour la santé

mentale. « Avec cet événement, nous voulons montrer que les personnes souffrant de maladies psychiques ne sont pas condamnées à vivre dans un hôpital, elles peuvent vivre en société. Nous voulons favoriser l'inclusion », rapporte Françoise Vedrine, déléguée départementale de l'Unafam. Les participants ont donc pris le départ ce matin. Parmi eux se trouve Jean-Luc, un Charentais. « Je suis venu soutenir la cause. Le parcours s'est très bien passé, la voie verte est très agréable, nous étions à l'ombre et le long de la rivière, on ne souffre pas trop de la chaleur car il y a toujours un air frais », sourit-il.

Cette première édition se veut un clin d'œil à la huitième étape du Tour de France qui passe par le département en juillet prochain. « Nous avons imaginé organiser cet événement car les associations ont été sollicitées pour faire des activités en lien avec le Tour de France et nous avons pensé à cette cyclo-randonnée », ajoute la déléguée départementale de l'Unafam. Une action qui a demandé beaucoup de préparation. « Nous y sommes depuis janvier », confie une bénévole. Car outre les coureurs, il fallait des personnes pour assurer les ravitaillements, au nombre de cinq sur le parcours, la sécurité aux croisements, assurer la voiture-

batare... « Nous n'avons eu qu'une seule crevaillon sur le parcours, donc nous sommes contents », s'amuse Adrien, membre de l'association Phoenix.

**Un événement porté par plusieurs associations**

Cette association participait aussi à l'événement. Elle compte une centaine de membres, c'est l'un des outils de soins de psychiatrie du centre hospitalier de Périgueux.

« Nous avons eu qu'une seule crevaillon sur le parcours. »

première édition, elle est réussie car des gens sont venus pour la cause et nous avons tous réussi à terminer le parcours. Le vélo peut apporter du réconfort aux malades, c'est un moyen de se détresser, d'être dans la nature et de trouver un peu de réconfort. »

Était également présent Kim Nguyen, président de l'association Co-Mental. En attendant les cyclistes, ils proposaient aux bénévoles et aux passants de réaliser des papillons avec un pochoir à la bombe de peinture. Sur la feuille où apparaissent les papillons, le président a inscrit une ligne pour expliquer ce qu'est la schizophrénie et rétablir la vérité sur cette maladie.

« Ce matin, j'ai eu un petit garçon de 3 ans qui est passé avec sa nounou et qui a participé à l'activité. On lui appuyait sur la bombe de peinture et il remplissait le pochoir. C'était très émouvant », se rappelle Kim Nguyen. L'association, qui est surtout connue pour recouvrir les rues de Périgueux de multiples couleurs, devrait renouveler son exploit en octobre prochain et même élargir le périmètre de cette prestation artistique.

**Un premier PsyTour réussi**

Les cyclistes se sont donc avoués 70 km de « faux plats montant » dans la joie et la bonne humeur. « Nous avons eu de super partenaires comme le Cyclo club ribéracois, l'entreprise Lachaud voyages, la Ville de Périgueux et le centre hospitalier Vauclaire », poursuit Gilles. La conseillère déléguée au centre communal d'action sociale (CCAS) de Périgueux, Agnès Villeneuve, a passé une tête à l'événement, pour assister à l'arrivée des coureurs. « L'équipe municipale tient au tissu associatif au sein de la ville et veut le maintenir, et il ne faut pas exclure la santé mentale de ce tissu, au contraire. Il ne faut pas stigmatiser les formes de souffrances et il faut continuer à créer du lien, c'est très important. » Elle ajoute que la municipalité est attentive à toutes les initiatives et particulièrement à la santé mentale. Outre ce PsyTour, les associations organisent tout au long de l'année des événements pour se retrouver et en savoir plus sur la santé mentale avec des groupes de parole, des cafés-rencontres...



Lors de cet événement, les passants ont pu réaliser des papillons à la bombe et également être sensibilisés à la schizophrénie. Photo Rémi Philippot

« Notre mission est de mettre en place des ateliers et des projets communs », confie Laurence Bouchekef, trésorière de l'association. Durant un mois, les membres de Phoenix se sont réunis toutes les semaines pour préparer cette première édition du PsyTour. « Nous voulons montrer que même malade, on peut faire des choses, on peut s'engager dans un projet. La maladie n'empêche pas de réaliser des expériences », ajoute-t-elle.

Une vision partagée par Gilles, qui voit dans cette course l'occasion de « porter les valeurs de l'association ». « Pour moi, cette



La 1ère édition du PsyTour a été un succès pour les associations qui l'organisaient. Photo Rémi Philippot