

Du 6 au 13 septembre 2021, l'Unafam organise la 7<sup>e</sup> édition de Psycyclette. Psycyclette, c'est une randonnée cyclotouriste de plus de 1000 km contre les idées reçues et un défi audacieux : traverser la France à vélo en faisant participer des personnes vivant avec des troubles psychiques, des soignants, des bénévoles de l'Unafam et des cyclotouristes avertis. Plus de 100 « psycyclistes » iront à la rencontre des habitants de chaque ville traversée, afin de parler de leur initiative et de briser les tabous sur les maladies psychiques à travers des manifestations festives.

*« Qu'on soit un citoyen vivant avec des troubles psychiques ou non, qu'on soit un soignant ou non, un sportif ou non, ce qui a de l'importance, c'est qu'on vit cette aventure humaine ensemble. Avec Psycyclette, on déstigmatise les troubles psychiques aux quatre coins de la France. Ce qui est marquant, ce sont les sourires tellement fiers de tous à l'arrivée et l'énorme solidarité entre les participants. On voit bien que le lien est réel, qu'il est là, qu'il est possible. »*

- Marie-Jeanne Richard, Présidente de l'Unafam

## 2 grands objectifs

**Pour les personnes vivant avec des troubles psychiques :** leur permettre de faire du sport et de participer, en fonction de leurs possibilités physiques, à la totalité ou à une partie du parcours, encadrés par des professionnels du domaine de la psychiatrie et/ou accompagnés par un proche.

**Pour le grand public :** échanger sur la santé mentale, informer sur l'accompagnement des personnes vivant avec des troubles et/ou un handicap psychiques et lutter contre la stigmatisation.

## 2 parcours

### DEPART

Le Mont-Saint-Michel (50) : 6/09



### ARRIVEES

Toulouse (31) : 13/09

Tours (37) : 9/09

## 8 jours, 13 villes traversées

6/09 : Rennes (35), Fougères (35)

7/09 : Riaillé (44), Laval (53)

8/09 : La Roche-sur-Yon (85), Le Mans (72)

9/09 : La Rochelle (17), Tours (37)

10/09 : Saint-Genis-de-Saintonge (17)

11/09 : Saint-Antoine-de-Breuilh (24)

12/09 : Agen (47)

13/09 : Toulouse (31)

## Accueillir Psycyclette aux étapes des parcours

A l'arrivée de chaque ville-étape, **un accueil festif est réservé aux participants. Le public est amicalement convié** aux différentes manifestations organisées par les bénévoles en lien avec les municipalités, des clubs sportifs ou des structures médico-sociales : animations musicales, prises de parole par les élus et les participants, repas conviviaux, animations culturelles et sportives...

**Les deux équipes partiront du mont-Saint-Michel le 6 septembre**

## Relever le défi

1. Il est possible de participer en nous aidant à financer les repas et l'hébergement des « psycyclistes » [sur la page de financement participatif Psycyclette 2021](#). Chaque don bénéficie d'une **déduction fiscale à hauteur de 66%** pour les particuliers (60% pour les personnes morales). Ainsi, **50€ ne coûtent réellement que 17€ et financent l'hébergement et les repas d'un cycliste pour une journée !**
2. Pour participer à vélo : inscriptions avant le 10 juillet 2021 auprès de [psycyclette@unafam.org](mailto:psycyclette@unafam.org)

[Voir la vidéo](#)

Contact presse national : Elsa Ansquer – 01 53 06 30 92 – [elsa.ansquer@unafam.org](mailto:elsa.ansquer@unafam.org)

L'Unafam (Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques), association reconnue d'utilité publique, accompagne l'entourage des personnes vivant avec un handicap ou des troubles psychiques depuis 1963. Écouter, soutenir, former, défendre les droits des personnes concernées et de leurs familles ainsi que lutter contre les préjugés sont les missions auxquelles s'attèlent nos 2 000 bénévoles dans toute la France. Avec 15 000 adhérents et 300 points d'accueil, nous proposons un accompagnement par des pairs, pour briser l'isolement et retrouver la force d'avancer.

