

## La Psycyclette remet en selle des personnes atteintes de troubles psychiatriques

Lancée il y a trois ans, la Psycyclette a fait étape ce jeudi 15 juin à Saumur. Cette course permet à des personnes atteintes de troubles psychiatriques de retrouver confiance en elles grâce à l'effort et la vie en communauté.

La Psycyclette a fait étape, ce jeudi 15 juin, à Saumur. Pile à l'heure, à 17 heures pétantes devant l'hôtel de ville, malgré la chaleur ambiante et 80 km au compteur, une trentaine de cyclistes – dont dix-sept personnes suivies pour diverses maladies psychiatriques dans les hôpitaux de jour ou en ambulatoire – ont franchi avec le sourire la ligne d'arrivée (fictive) de ce tour de quatre jours entamé mardi à La Rochelle et programmé pour se conclure ce vendredi à Tours.

Parmi eux, certains souffrent de troubles bipolaires, schizophréniques ou ont été, dans leur passé, victimes d'addictions. Mais, sous le même maillot bleu de l'Unafam, ils relèvent tous le défi d'aller au bout d'eux-mêmes. Faire du vélo lorsqu'on a un handicap psychiatrique, cela demande énormément d'énergie et de concentration car il faut être constamment attentif aux gens avec qui on roule, à l'état de la route, aux voitures qui nous doublent, résume Sylvie Duverger, co-déléguée de l'Unafam Indre-et-Loire.

L'effort permet de s'extérioriser

Dans le peloton, cinq coureurs étaient déjà là lors de la première Psycyclette il y a trois ans. Pour leurs accompagnateurs, les progrès sont visibles dès lors que la vie en communauté, le changement de repères et le goût de l'effort les poussent à aller vers l'autre. Sur les cinq, Clément s'est engagé vers un retour à l'emploi, il est allé vers une association d'insertion, note Sylvie Duverger.

Certains se sont mis en selle en étant accompagnés par leurs infirmiers pour gérer leur stress et leur angoisse. C'est le cas d'Aline, une engagée de dernière minute à qui on avait laissé la possibilité de rentrer en train si besoin. Après trois jours, elle est toujours là, aux côtés de ceux qui réalisent des sorties vélo depuis septembre. Et elle sera certainement encore là demain à Tours pour rejoindre les soixante participants d'une autre Psycyclette entre Évreux et Tours... Avec davantage de confiance en elle.

Escorté par un véhicule de la police municipale, le peloton de la Psycyclette est arrivé pile à l'heure à Saumur.



Escorté par un véhicule de la police municipale, le peloton de la Psycyclette est arrivé pile à l'heure à Saumur.

Escorté par un véhicule de la police municipale, le peloton de la Psycyclette est arrivé pile à l'heure à Saumur.

CO - Julien COUTENCEAU

*par Julien Coutenceau*

