

Randonnée cycliste « Psycyclette » **Le CHAC et l'UNAFAM font cause commune**



Evènement d'envergure nationale, la randonnée cycliste « Psycyclette » restera « *l'un des instants majeurs de l'exercice 2023 pour le pôle psychiatrique du Centre hospitalier Ariège-Couserans* », note Stéphane Samson, cadre soignant du pôle psychiatrie générale et infant-juvénile du CHAC. Après le passage de « Psycyclette » et avec quelques semaines de recul, il se réjouit non seulement de la venue de ce peloton peu ordinaire à Saint-Girons, mais il en analyse l'importance et l'impact ô ! combien positif : « *Le centre hospitalier et l'UNAFAM (Union nationale des familles et proches de personnes souffrant de troubles psychiques ou en situation de handicap psychique), porteuse et organisatrice de l'évènement, faisant réellement cause commune... et ce au-delà du passage de « Psycyclette » chez nous, les relations de travail étant soutenues et régulières entre l'hôpital et l'association* ».

La 9^{ème} édition de la randonnée cycliste qui aura fortement mobilisée autour des bénévoles est ainsi passée par l'Ariège, faisant entre autre une halte réparatrice au CHAC. L'occasion d'un joli moment de partage et de convivialité entre visiteurs sur deux roues, organisateurs et accompagnants, personnels et patients du pôle psychiatrique. Avec pour leitmotiv « *Tous unis pour lever les tabous autour des troubles psychiques* », « Psycyclette » fait tomber depuis 2014 les barrières, informe sur la réalité des maladies psychiques, rétablit le lien entre les malades et la société car nombreuses sont les personnes atteintes de ces pathologies qui, malgré les handicaps, vivent en autonomie grâce à un traitement médical, sans souffrir d'isolement. « *Nous souhaitons réserver le meilleur accueil à ces sportifs dont certains sont porteurs de maladies psychiques et témoignent donc de la possibilité de mener une pleine vie avec des expériences collectives extraordinaires comme le fut cette randonnée de 8 jours, longue de 700 km et présentant plus de 5.000 m de dénivelé positif* », confie Anne-Marie Gladieux, déléguée pour l'Ariège, au nom du bureau UNAFAM 09, cette petite équipe de bénévoles ultra-motivés présents aux côtés des pédaleurs de « Psycyclette » lors de la traversée du département.

Michel Lacan, délégué régional UNAFAM pour l'Occitanie à l'origine de la randonnée rappelle que « *le passage des « Psycyclistes » a été l'occasion d'informer et d'échanger sur la santé mentale, de lutter contre la stigmatisation, pour la prise en compte des personnes vivant avec des troubles psychiques en tant que citoyens et citoyennes à part entière* ». Encouragé à renouveler

l'expérience après la réussite des trois premières années et constatant à l'arrivée combien la notion d'équipe est importante, l'UNAFAM poursuivra ainsi à l'avenir, « *encore et toujours* » son engagement sans relâche. « *On ne sait plus qui est malade, soignant, aidant... la déstigmatisation, on ne peut pas la faire que par des affiches, par des slogans : ce qui permet de mieux la faire, c'est la rencontre avec les personnes* », assure-t-il.

La conclusion revient à Stéphane Samson : « *Michel Lacan a particulièrement apprécié la qualité de l'accueil de notre établissement. La lutte contre la stigmatisation des personnes en situation de handicap psychique et/ou mental et leur accès à une pleine citoyenneté doivent perdurer et l'engagement de tous, personnels du CHAC, bénévoles de l'UNAFAM, accompagnants, familles et proches a permis d'y contribuer grandement* ».

