

PSYCYCLETTE #3

Toulouse – Paris  
15-22 juin 2016



UNION NATIONALE DE FAMILLES ET AMIS DE PERSONNES  
MALADES ET/OU HANDICAPÉES PSYCHIQUES

Roulez pour les  
malades psychiques  
Voir le film 2015

## Etape VICHY/NEVERS 19 Juin 2016

Contact Unafam pour l'étape :  
**OSTALIER Dominique**

**0670299146**

**dom.ostalier@orange.fr**

Rejoignez une belle histoire...  
PSYCYCLETTE, roulez pour les malades psychiques

**PLUS DE 2 000 KM !**

Agers-Paris 07/06/16	Clare-Paris 15-22 juin	Evreux-Paris 19/07/16	Toulouse-Paris 15/07/16	ARRIVÉE LE 22 JUI au Jardin de Luxembourg
Ames, Sains, Toulon, Nîmes, Lyon, Paris	Caen, Rouen, Caen, Paris	Caen, Rouen, Caen, Paris	Caen, Rouen, Caen, Paris	Unafam

Renseignements : [www.unafam.org](http://www.unafam.org)

L'Unafam organise Psycycllette, un Tour de France de 2000 km contre les idées reçues une formidable aventure humaine pour faire changer le regard posé sur les personnes en situation de handicap psychique. Un défi audacieux, rallier Toulouse à Paris à vélo en faisant participer des personnes malades psychiques, des soignants, des bénévoles de l'Unafam et des cyclotouristes avertis. Plus de 900 km à parcourir ! A chaque étape, les « psycyclistes » iront à la rencontre du public afin de parler de leur initiative et de briser les tabous sur les maladies psychiques à travers des manifestations festives.

« Ce projet nous a tout de suite parlé, à la fois pour recommencer à partager des moments entre frères, laisser de côté la maladie et la position d'aïdant et d'aïdé que la maladie nous donne et repartir sur un pied d'égalité sur la route. » **Sylvain et Laurent, frères et participants de Psycycllette 2015**

« Psycycllette c'est aussi la liberté. Sur les routes de France, nous étions dans la condition physique et plus dans la condition mentale et avons pu nous épanouir sur le vélo. » **Jean-Luc, participant de Psycycllette 2015**

« Cela n'a rien à voir avec l'hôpital, c'est plus convivial, il n'y a pas de soignants et de soignés, on est tous pareil. On ne nous prend pas pour des malades. On nous prend comme on est. » **Jérôme, participant de Psycycllette 2015**

**Psycycllette, c'est un Tour de France contre les idées reçues et un défi audacieux : traverser la France à vélo en faisant participer des personnes souffrant de troubles psychiques, des soignants, des bénévoles de l'Unafam et des cyclotouristes avertis.**

A chaque ville traversée, les « psycyclistes » vont à la rencontre des habitants afin de parler de leur initiative et de briser les tabous sur les maladies psychiques à travers des manifestations festives.

**Participez au défi !**

**Que ce soit dans une ville-étape près de chez vous ou à l'arrivée à Paris, n'hésitez pas à bloquer la date dans vos agendas pour acclamer nos valeureux cyclotouristes lors de leur arrivée !**

## VEZ ACCUEILLIR LES PSYCYCLISTES A L'ARRIVEE DE L'ETAPE !

### ▶ ITINERAIRE VICHY/ NEVERS 19 Juin 2016

▶ <u>Vichy</u>	Départ	8 h 30
▶ Saint-Germain-des-Fossés		
▶ Pont-sur-l'Allier		
▶ Marcenat		
▶ PARAY/BRILLES	Pause	10h 15/10h 30
▶ HT COTE- D2009/D32	Pause	11h10/11h15
▶ MOULINS	Déjeuner	12h35/13h35
▶ Montilly		
▶ Ruisseau		
▶ Villeneuve/Allier	Pause	14h30/14h45
▶ Neuville les Decize		
▶ Fleury/Loire	Gouter	16h10/16h25

○ NEVERS : Piste cyclable quai de la Jonction – Pont de Loire - Place Mossé – Rue Saint Genest - rue du 14 juillet – Place Carnot

○ Arrivée 17 h 30 -18h Parc Roger Salengro –

○ Kiosque à musique

Départ de Nevers le 20 Juin 2016 à 8h30 pour l'étape NEVERS-AUXERRE

## ▶ Une étape organisée en partenariat et avec le soutien de



Arrivée à Nevers le dimanche 19 juin à 17h 30 au kiosque à musique du Parc Salengro

### Animations :

Accueil par la municipalité de Nevers et verre de l'amitié offert.

Présence de Monsieur Yves HEZARD, ancien coureur cycliste professionnel ayant participé 8 fois au Tour de France.

Départ de Nevers pour Auxerre le lundi 20 juin à 8h30 du même lieu

unafam

UNION NATIONALE DE FAMILLES ET AMIS DE PERSONNES  
MALADES ET/OU HANDICAPÉES PSYCHIQUES

## Aider les personnes concernées à faire face à la maladie psychique d'un proche

<b>MALADIES PSYCHIQUES :</b> 3 <sup>ème</sup> rang des maladies les plus fréquentes après le cancer et les maladies cardio-vasculaires	<b>PLUS DE 2 MILLIONS</b> de personnes souffrent de troubles psychiques sévères	<b>PLUS DE 3 MILLIONS</b> de personnes les accompagnent au quotidien	<b>PLUS DE 30%</b> des malades vivent à la rue ou sont en grande précarité	<b>1 PERSONNE SUR 4</b> souffrira de troubles psychiques au cours de sa vie
--	--	---	---	--

Chiffres France, source OMS.

L'Unafam est une association **reconnue d'utilité publique**, qui accueille, écoute, soutient, forme, informe et accompagne les **familles et l'entourage** de personnes souffrant de **troubles psychiques** depuis 1963. Elle compte un peu plus de **14 000 adhérents**.

Depuis sa création l'Unafam concentre son action au profit **des proches de personnes souffrant de troubles psychiques sévères**, essentiellement des personnes atteintes de **schizophrénie, de troubles bipolaires, de dépressions sévères, de psychoses graves et de troubles obsessionnels compulsifs**.

Depuis plus récemment, l'Unafam reçoit les parents d'enfants et d'adolescents ayant **des troubles non diagnostiqués**.

Au sein des délégations départementales, les **1 700 bénévoles** (majoritairement **des proches concernés par la maladie et formés**), se relaient auprès des familles afin de les aider à sortir de l'isolement et à faire face à la maladie. Cet **accompagnement par des pairs**, agit en **complémentarité avec l'action des professionnels** basés au siège : psychologues, assistantes sociales, juristes, psychiatres... Dans beaucoup de délégations, des **groupes de paroles** animés par des psychologues sont également proposés.

Au-delà de cet accompagnement, l'Unafam défend **les intérêts communs** des familles et des malades à travers de nombreux **mandats de représentations** et en portant **ses demandes auprès des instances gouvernementales**.

### Les missions sociales de l'Unafam

<b>Soutien des familles par l'écoute, l'accueil et l'information</b>	<b>Soutien des familles par la formation et l'entraide</b>	<b>Déstigmatisation et défense des intérêts communs</b>	<b>Recherche et innovation dans les pratiques de soins</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Accueil dans les délégations par des pairs et groupes de paroles</li> <li>▶ Service Ecoute Famille : écoute par des psychologues cliniciens</li> <li>▶ Service social</li> <li>▶ Service juridique</li> <li>▶ Consultation psychiatre</li> <li>▶ Publications : Revue trimestrielle "Un Autre Regard", guides pratiques...</li> <li>▶ Annuaire des structures sur le site internet</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Formations des aidants et des proches : Ateliers d'entraides PROSPECT, formations troubles psychiques...</li> <li>▶ Formation des bénévoles : formation initiale, formation à l'accueil, formation à la représentation (CRUQPC, CDSP, MDPH...)</li> <li>▶ Formation des formateurs et animateurs</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Revendications pour améliorer le parcours de vie des malades</li> <li>▶ Mandats de représentations des usagers</li> <li>▶ Evénements de déstigmatisation : Psycyclette, Mad Days, concours d'art postal...</li> <li>▶ Communications diverses : <i>Lettre de la Présidente</i>, réseaux sociaux, affiches, dépliants...</li> <li>▶ Formations externes et sensibilisation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Prix recherche, informations scientifiques et financement d'études</li> <li>▶ Conférences et colloques scientifiques</li> <li>▶ Observatoire des pratiques : recensement et diffusion des bonnes pratiques en soins, emploi et logement.</li> </ul>

### L'Unafam en chiffres

<b>100</b> délégations départementales <b>22</b> délégations régionales <b>300</b> sites d'accueil de proximité	<b>14 000</b> adhérents <b>1 700</b> bénévoles <b>40</b> ETP de professionnels (salariés ou mis à disposition) dont <b>17</b> au siège	<b>1 500</b> représentations dans les instances médicales, médicosociales et sociales
---	--	---

Chaque année : **14 000** familles accueillies par des pairs dans les délégations, près de **300** groupes de paroles, **10 000** appels traités par écoute-famille, **3 200** interventions du service social, **350** dossiers traités par le service juridique, près de **200** familles reçues par le psychiatre, plus de **1 200** aidants familiaux et bénévoles formés.