

Psy Cyclette

5>12 juin 2026

PÉDALONS ENSEMBLE POUR LA SANTÉ MENTALE !

Du 5 au 12 juin 2026, l'Unafam donne le coup de pédale pour la 12^e édition de Psycyclette, une aventure humaine et sportive hors du commun. Pendant 8 jours, une centaine de psycyclistes sillonneront les routes de l'Est de la France. Quelles soient des personnes vivant avec des troubles psychiques, des proches ou des soignants, elles seront toutes réunies pour faire bouger les lignes sur la santé mentale. Un défi sportif, et surtout, un acte fort de citoyenneté.

UNE DOUBLE MISSION

- > **POUR LES PARTICIPANTS** : offrir à ceux qui vivent avec des troubles psychiques un espace bienveillant pour se mobiliser, se dépasser et partager, aux côtés de professionnels et de proches
- > **POUR LE PUBLIC** : sensibiliser, informer et combattre la stigmatisation des troubles psychiques à travers des rencontres authentiques et des échanges qui changent les regards.

« En cette seconde année Grande cause nationale pour la Santé mentale, Psycyclette est plus qu'un événement sportif : c'est un manifeste vivant. Voir des personnes concernées par les troubles psychiques enfourcher un vélo, partager le bitume et la sueur avec leurs proches et des soignants, c'est démontrer avec force que la maladie psychique n'empêche ni le courage, ni la joie, ni la solidarité.

Kilomètre après kilomètre, faisons reculer les préjugés ! »

Emmanuelle Rémond, Présidente de l'Unafam

2 PARCOURS, 1 ARRIVÉE COMMUNE À STRASBOURG

Parcours 1 : Bourg en Bresse - Lamoura - Pontarlier - Pierrefontaine-lès-Blamont - La Bresse - Lalaye - Erstein.

Parcours 2 : Reims - Châlons-en-Champagne - Bar-le-Duc - Nancy - Sarrebourg - Saverne - Brumath.

Arrivée des deux parcours au Parc de l'Orangerie à Strasbourg.

À chaque étape, les villes-hôtes accueillent les psycyclistes avec animations, prises de parole et moments de partage, en lien avec les délégations Unafam et les partenaires locaux.



COMMENT SOUTENIR PSYCYCLETTE ?

On peut tous se mobiliser et soutenir Psycyclette ! En faisant un don sur www.ouirace.com/fr/campaign/psycyclette-2026-2026 Vous contribuez concrètement à faire avancer l'aventure !

Avec OuiRace, vous pouvez aussi accompagner nos Psycyclistes à distance en créant votre défi sportif. Suivez vos performances grâce à l'application OuiRace ou en connectant votre compte Strava ou Garmin et partagez votre défi à votre entourage pour récolter des fonds !

Chaque don ouvre droit à une déduction fiscale de 66 % pour les particuliers (60 % pour les personnes morales). Ainsi, un don de 50€ ne revient réellement qu'à 17€ et permet de financer l'hébergement et les repas d'un cycliste pendant une journée entière.



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

À PROPOS DE L'UNAFAM

Depuis 1963, l'Unafam – Union Nationale de Familles et Amis de Personnes Malades et/ou Handicapées Psychiques – est aux côtés des proches de personnes vivant avec des troubles psychiques. Avec 1 950 bénévoles engagés et 330 points d'accueil sur tout le territoire, l'association lutte contre l'isolement et les discriminations, et accompagne les familles au quotidien.

CONTACT

Lauriane Soucheyre : lauriane.soucheyre@unafam.org / 01 53 06 30 92