

Mordelles - Montfort-sur-Meu

Mordelles

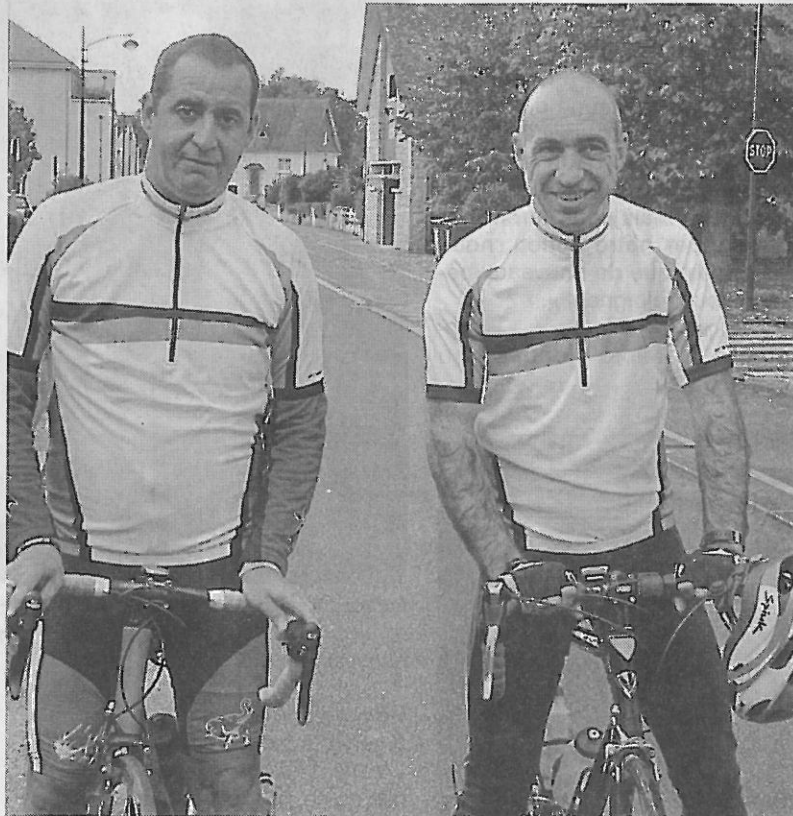
Jean-Philippe veut sortir de son isolement grâce au sport

Le Sava itinéraire bis, localisé à Mordelles, est une association qui propose un service d'accompagnement à la vie active et qui vient en aide à des personnes ayant des troubles psychiques. Jean-Philippe est bénéficiaire du service depuis 2008. Il est accompagné par Jean-François Braud, un des chargés d'accompagnement du Sava. « J'étais hospitalisé à la clinique du Moulin à Bruz lorsque j'ai rencontré la directrice du Sava, Madame David », raconte Jean-Philippe.

4500 kilomètres à vélo

En invalidité depuis 2010 après 3 années de longue maladie, Jean-Philippe souffre d'un syndrome d'enfermement : « Je peux rester des semaines chez moi sans voir personne ni répondre au téléphone ». Depuis mai dernier, il s'est lancé un défi : participer, avec Jean-François, à la course organisée ce dimanche par le club des Gentlemen.

Pour cela, il a repris l'entraînement depuis le mois de mai et a parcouru 4 500 km pour récupérer sa forme physique : « Lorsque j'étais plus jeune, je participais à des compétitions cyclo. J'ai arrêté plus de 10 ans en raison de ma vie professionnelle. Je me suis remis un peu au vélo en 2007 mais depuis tout a été difficile. Plus de motivation pour le vélo. Lorsque j'ai repris en mai, c'était comme si je réapprenais à



Jean-Philippe, souffrant de troubles psychiques est bénéficiaire du Sava itinéraire bis. Avec Jean-François, son accompagnateur depuis 4 ans, ils courent en binôme dimanche lors de la course contre la montre de 33 km organisé par le club cyclo des Gentlemen.

en faire ». Psychologiquement faible et avec un physique dégradé, rien n'était gagné.

Depuis 4 ans, Jean-François accompagne Jean-Philippe. « Lorsqu'il est sur son vélo, Jean-Philippe va

mieux. Mon travail est de recentrer nos bénéficiaires autour de leurs centres d'intérêts en étant toujours à l'écoute. La démarche Sava Itinéraire Bis s'inscrit toujours dans un projet. Nous impulsions pour redonner, à nos bénéficiaires, le plaisir d'être acteurs », indique Jean-François.

« Continuer à avancer malgré les drames »

Même si le vélo est une activité qui peut paraître solitaire, des temps d'échanges sont toujours possibles. « Cette pratique est aussi un bon moyen d'évacuer les tensions », explique l'accompagnateur. C'est la première fois depuis longtemps que Jean-Philippe se tient à ce qu'il veut faire même si tout récemment le décès d'un neveu l'a fortement déstabilisé. « J'ai bien failli tout laisser tomber. Dimanche, je courrai pour lui », ajoute-t-il ému. « Je veux prouver qu'il faut continuer d'avancer malgré les drames que l'on peut avoir dans la vie ». Pour Jean-Philippe, la plus belle victoire ne sera pas de gagner la course, mais d'être déjà sur la ligne de départ, sous les couleurs du Sava itinéraire bis.

« L'idée est aussi, bien sûr, que Jean-Philippe puisse continuer sa pratique sportive régulièrement pour lui permettre d'avancer dans sa vie en général et sortir de son isolement », assure Jean-François.