

1 000 bornes pour la santé mentale, en marche !



Le dimanche 20 juin marquait le coup d'envoi de la Grande marche pour la santé mentale et le bien-être : 21 étapes à travers Bruxelles et la Wallonie pour sensibiliser à l'importance de la santé mentale. Au terme de cette première semaine, nous avons recueilli les impressions de Pierre Maurage, chercheur l'UCLouvain et à l'initiative du projet.



Le premier dimanche, environ 80 personnes ont pris le départ de la première étape. Nous avons eu la chance de relier Namur à Dinant sous un beau soleil. Cela s'est nettement gâté ce lundi vers Saint-Hubert, mais une bonne dizaine de marcheurs ont tout de même relevé le défi. Nous sommes heureux car ces étapes dans le sud du pays sont capitales en termes de sensibilisation. La population de la province du Luxembourg n'a que peu d'accès aux soins de santé mentale.

Pierre Maurage
Chercheur, UCLouvain

Qui sont ces marcheurs qui parcourent « 1 000 bornes pour la santé mentale » ?

« C'est un mélange de populations. Nous avons de vrais marcheurs qui ont l'habitude de faire de longues marches, mais également des soignants en santé mentale, des patients... Et puis aussi, des personnes qui viennent simplement pour les activités. »

Chaque étape est rythmée par des animations à l'initiative d'associations locales.

« Ce lundi, entre Dinant et Saint-Hubert, le Home Herman s'associait à l'école maternelle de Poix pour organiser une activité intergénérationnelle. Et c'est l'un des objectifs de la Grande marche pour la santé mentale : être un catalyseur. »

Est-il encore temps de s'inscrire ?

« Bien sûr ! Les étapes font une cinquantaine de kilomètres, mais vous pouvez marcher 5 km, voire le dernier kilomètre symbolique. Ou simplement vous rendre aux animations. Nous comptons sur un public aussi large que possible pour sensibiliser à l'importance de la santé mentale. »