

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

26 mai 2021

Mille bornes pour la santé mentale

EN BREF :

- Une grande **marche citoyenne** pour la **santé mentale et le bien-être** sera organisée du **20 juin au 10 juillet 2021** par des scientifiques des **5 universités** francophones (UCLouvain (coordination), ULB, ULiège, UMONS, UNamur) et 1 **Haute école** (Léonard de Vinci et **75 associations** du secteur de la santé mentale
- **1000 km** seront parcourus en **21 jours**, reliant 21 villes de Wallonie et Bruxelles
- **Objectif ? Remettre le bien-être psychologique au centre des préoccupations** et renouer les liens sociaux entre citoyen·nes et acteurs·actrices de la santé mentale

INFOS : [HTTPS://WWW.GRANDE-MARCHE-SANTE.BE](https://www.grande-marche-sante.be)

CONTACT(S) PRESSE :

Nicolas Pinon, professeur de psychologie à l'UCLouvain et à la Haute Ecole Léonard de Vinci, coordinateur de la marche : **0497 59 09 01**

Pierre Maurage, professeur de psychologie à l'UCLouvain et coordinateur de la marche : **0479 96 08 21**

« *La gestion de la crise sanitaire s'est concentrée sur la santé physique, au détriment de la santé mentale et du bien-être psychique, pourtant largement mis en péril durant cette crise.* » La pandémie a clairement **fragilisé l'ensemble des citoyen·nes**, générant stress et mal-être.

C'est sur base de ces constats que des **expert·es et praticien·nes en santé mentale**, issus·es des universités francophones (UCLouvain, ULB, ULiège, UMONS, UNamur et Haute Ecole Léonard de Vinci) et du secteur associatif, **se mobilisent pour rappeler l'importance de la prise en charge des détresses psychologiques**. Comment ? Par le biais d'une **marche de 1000 km**, durant 21 jours, à travers la Wallonie et Bruxelles.

Selon Pierre Maurage et Nicolas Pinon, chercheurs UCLouvain et coordinateurs de la marche, « *plusieurs recherches ont mis en avant que les liens interpersonnels ont été distendus par cette crise, favorisant le sentiment d'isolement social et de solitude. Via cette marche, nous voulons donc remettre la santé mentale au centre des préoccupations, et renouer du lien entre acteurs et bénéficiaires de la santé mentale. Il est temps pour toutes et tous de renouer avec une vie psychique et relationnelle épanouissante.* »

Les objectifs de cette marche ?

- **Impliquer** l'ensemble de la population dans une **mobilisation positive** démontrant que chacun·e est impliqué·e dans le bien-être commun
- **Initier une réflexion sociétale** sur l'importance d'une **vision intégrée de l'être humain**, incluant les santés physiques et mentales
- Mettre en lumière la **diversité des lieux de la santé mentale**
- **Fédérer et visibiliser les acteurs et bénéficiaires de la santé mentale**, pour réinitier des interactions et projets communs, retisser des **liens sociaux**
- **Informé le grand public**, via, lors de chaque étape, une **thématique propre à l'étape** et des activités (conférence, débat, exposition) pour mieux comprendre la santé mentale et rencontrer ses acteurs et actrices

Comment participer ? Chaque personne peut choisir entre 4 distances pour relier les villes étapes : 50 km, 20 km, 5 km ou 1 km. L'occasion de partager, en fonction de ses envies et disponibilités, des moments de rencontres entre citoyen·nes, acteur·trices de la santé mentale.