

Aix : une marche de 4,5 km pour remettre l'esprit en jambe

130 patients et soignants ont pris le départ de la course à l'hôpital Montperrin



Une trentaine d'équipes composées de patients et de soignants avaient relevé ce défi sportif devenu incontournable grâce au soutien du club d'athlétisme aixois.

Cinq, quatre, trois, deux, un... marchez ! Pour la deuxième année consécutive, il régnait une belle effervescence à l'hôpital Montperrin, organisatrice d'un événement solidaire qui mobilise toutes les équipes "intra et extra", et des établissements hospitaliers extérieurs. Sans oublier le soutien du club d'athlétisme aixois qui donne à la manifestation une vraie dimension sportive. Une trentaine d'équipes sportives formées de trois à quatre patients et d'un à deux soignants, prenaient le départ d'une marche rapide de 4,5 km : un circuit précisément tracé et balisé dans les allées de l'hôpital. "Le but est de partir et d'arriver ensemble", explique Elisabeth Dégremont, cadre du pôle ressource du service sociothérapie, chef d'orchestre de la manifestation. "Nous sommes affiliés à Sport en tête, une association nationale qui propose et organise des activités physiques corporelles et sportives dans les perspectives de soins en santé mentale. L'an dernier, la première édition a été un vrai succès avec déjà 27 équipes, et nous avons cette année la présence de deux personnes autistes, une nouveauté."

Les établissements de Montfavet, Digne, Toulon, St Maximin, Forcalquier, Uzès s'étaient joints à la fête, offrant à l'épreuve une dimension régionale bien élargie.

Se focaliser sur le physique au lieu du mental

Les objectifs sont multiples : faire remarquer le corps alors que l'attention est plutôt focalisée sur le mental, et offrir des sensations différentes à des personnes dont les perceptions sont souvent altérées par des médicaments ; mais aussi fédérer l'hôpital entier : "Tous les services sont impliqués, depuis la sécurité à la cuisine, en passant par la médecine, la pharmacie, le bureau des entrées ou les services techniques et intérieurs... On se retrouve tous autour de cette cause sportive : c'est exceptionnel, et bienfaiteur chez les patients comme chez les soignants." Après des entraînements patiemment organisés par les infirmiers les semaines précédentes, l'heure de la compétition sonnait. "J'ai gagné !" lançait un participant dès la ligne de départ. Partir était déjà un exploit... Gagné comme les 130 participants à cette belle aventure solidaire, ces 130 participants qui auront tous reçu un lot, et dont le nom aura été cité avant un pique-nique géant dans l'enceinte de l'hôpital.