

## Mordelles

### Raid à La Réunion : Itinéraire Bis soutient Jean-François Braud

Jean-François Braud, chargé d'accompagner des personnes souffrant de troubles psychiques au Sava (Service d'accompagnement à la vie active), s'est engagé dans la 17<sup>e</sup> édition du grand raid de La Réunion, appelé La Diagonale des fous, dont le départ est donné le 23 octobre : 150 km de course avec un dénivelé positif de 9 000 m.

Jean-François est sponsorisé par Itinéraire Bis, l'association qui gère le Sava. Il a déjà participé à plusieurs raids notamment à celui du Golf du Morbihan (88 km), ou la 6000D de La Plagne.

« Je cours depuis quinze ans et me prépare depuis six mois. C'est le plus long raid que j'ai jamais fait. Je ne sais pas combien de temps je vais mettre, la difficulté est d'arriver à la fin de l'épreuve. Les participants font cette course à leur rythme, et ça, c'est important. Car dans la vie, c'est la même chose. Il faut accepter que certaines personnes, notamment les bénéficiaires que j'encadre, puissent avoir besoin de plus de temps que d'autres pour aboutir au but qu'ils veulent atteindre », explique-t-il.

#### Défi personnel

Les participants au grand raid de La Réunion peuvent mettre entre 27 et 60 heures. Jean-François s'est embarqué dans l'aventure pour montrer que tout le monde peut se lancer un défi personnel : « Cette épreuve colle bien avec le but d'Itinéraire Bis qui est d'accompagner les personnes ayant des troubles psychiques pour qu'elles réussissent, malgré leurs souffrances, leur projet social. »



Jean-François Braud participera au grand raid de La Réunion la semaine prochaine. Il est soutenu par l'association Itinéraire Bis basée à Mordelles. Denise David, directrice du Sava géré par Itinéraire Bis, assure que c'est un beau challenge.

Passer outre la souffrance physique pour Jean-François, c'est un peu comme passer outre la souffrance psychologique pour les bénéficiaires qu'il encadre dans sa vie professionnelle. Jean-François sait qu'il devra peut-être accepter le soutien des bénévoles de la course pour arriver au

bout de son défi, mais il s'y est préparé.

Actuellement, le Sava de l'association Itinéraire Bis est agréé pour 33 suivis par an : « Lorsqu'une personne s'en va, nous en prenons une autre. Pour réussir, il nous faut aussi de nombreux soutiens de

professionnels et de bénévoles », explique Denise David, directrice, « car pour les bénéficiaires, le but à atteindre leur semble souvent inaccessible ».

**Contact.** Sava - Itinéraire Bis : 09 79 36 77 10.