

SAINT-BRIEUC  
RANDONNÉE SOLIDAIRE  
DE SENSIBILISATION AUX TCA

Organisée par L'association Solidarité Anorexie Boulimie Côtes d'Armor



**DIMANCHE 02 JUIN 2024 • 9h00**

À L'OCCASION DE LA JOURNÉE MONDIALE  
DES TROUBLES DU COMPORTEMENT ALIMENTAIRE

Départ groupé à 9h, parking du Décathlon Trégueux et libre ensuite

Au choix 2 parcours aisés,  
ouverts à tous, sans classement  
ni chronométrage

8 km  
Vallée de Gouédic

12 km  
Vallée de Gouédic  
Parc Rohannec

Infos sur [www.sab22.fr](http://www.sab22.fr)

**SAB 22**

SOLIDARITÉ

ANOREXIE

BOULIMIE

CÔTES D'ARMOR

**INSCRIPTION**  
EN FLASHANT  
LE QR CODE



**PARTICIPATION**  
adulte : 8 €  
enfant < 13 ans : 4 €

# POURQUOI PARTICIPER NOMBREUX À LA DOUCE ÉCHAPPÉE ?

RANDONNÉE SOLIDAIRE DE SENSIBILISATION AUX TCA

Il est des chiffres dont on aimerait se passer



Face à ce constat édifiant d'une « épidémie silencieuse » il est urgent de sensibiliser, informer, prévenir car plus le dépistage, le diagnostic et la prise en charge des malades sont précoces, plus rapide est la guérison. Aujourd'hui trop de malades et de familles sont concernés, et n'ont pas accès à des soins spécialisés sur notre territoire car, oui, la santé mentale reste un parent pauvre de la médecine. Il faut que les choses bougent et que l'on puisse **redonner espoir à toutes celles et ceux qui luttent au quotidien dans le silence et parfois la honte, si souvent isolés et esseulés.**

“ Ne restons pas indifférents, mobilisons-nous avec La Douce Échappée, première randonnée solidaire de sensibilisation aux Troubles du Comportement Alimentaire. Un rendez-vous convivial et festif au cœur de la vallée briochine. ”

*Sylvie Jouêtre « Présidente de SAB22 »*

## Qui est SAB 22 ?

La Douce Échappée est organisée par SAB22, une association briochine loi 1901 dont les objectifs sont d'aider les personnes souffrant de Troubles du Comportement Alimentaire (anorexie, boulimie, hyperphagie et autres), les parents, proches, ami(e)s et d'agir dans le domaine de la prévention en sensibilisant le grand public. Ses actions sont diverses : groupes de paroles, permanences dans les hôpitaux, prévention auprès des jeunes publics (écoles/collèges/Lycées etc), faire entendre la parole des malades et des familles auprès des instances du territoire.

## UN GRAND MERCI À TOUS NOS PARTENAIRES



Côtes d'Armor  
le Département



Hamon  
SAINT-BRIEUC



et les autres à retrouver sur notre site

Merci également aux médias qui sont relais de l'événement mettant ainsi en lumière les TCA.

Merci aussi à l'ensemble des bénévoles pour leur implication

[www.sab22.fr](http://www.sab22.fr)