

## Biographie de Michael Schratte

Michael Schratte est un enseignant de cinquième année à l'école primaire David Oppenheimer de Vancouver et chroniqueur social pour le journal 24 Hours. Le 1er août 2010, il a entrepris son expédition « **Ride Don't Hide** » de 40 000 km à vélo autour du monde, à travers six continents et 30 pays, dans le but de sensibiliser les gens au sujet de la maladie mentale en parlant de sa propre lutte contre le trouble bipolaire. Ce cycliste de 42 ans a reçu un diagnostic d'hypomanie en 1990, une forme atténuée du trouble bipolaire, puis il a reçu un diagnostic de trouble d'hyperactivité avec déficit de l'attention quelques années plus tard.

Ce militant pour la santé mentale espère briser la stigmatisation de la maladie mentale et recueillir des fonds pour soutenir les initiatives de l'ACSM, division de la Colombie-Britannique, visant à soutenir la santé mentale des enfants et des adolescents.

Pendant sa jeunesse à Vernon, il savait qu'il était différent. Il éprouvait des difficultés dans les situations sociales; il était hyperactif et n'arrivait pas à se concentrer à l'école. Il avait été placé dans des classes de surdoués, mais il n'était pas à la hauteur. Sa curiosité l'a mené à effectuer des recherches pour savoir ce qui se passait chez lui. À l'âge de 10 ans, il lisait l'Encyclopedia Britannica chaque soir, et c'est alors qu'il a appris au sujet de la maladie mentale.

Tout au long de ses études secondaires, Michael éprouvait des problèmes d'estime de soi et de dépression. Ses parents ne le comprenaient pas et pensaient que son état était causé par les hormones de l'adolescence. Finalement, il est allé habiter chez les parents de son amie pendant les dernières années de ses études secondaires; il s'est installé à Vancouver après ses études et a travaillé comme barman. Plus tard, il est retourné habiter chez ses parents sur les encouragements de son père, mais sa dépression n'a fait que s'aggraver. Il a tenté de s'enlever la vie, mais il s'est rendu compte que cela ne ferait que faire du mal à sa famille. Cet événement traumatisant l'a mené à aller chercher l'aide dont il avait besoin.

Son amour du vélo a pris naissance lors de voyages qu'il a effectués avec sa famille dans la vallée de l'Okanagan et en Europe; et son désir d'améliorer sa confiance en soi en tant que voyageur l'a conduit à traverser le Canada à vélo en 1994. Il a roulé 8 500 km à vélo en moins de quatre mois. Tout au long du voyage, on lui demandait ce qui l'avait motivé à entreprendre cette aventure. Il s'est aperçu alors qu'il voulait faire le tour du monde pour sensibiliser les gens au sujet de la maladie mentale.

Le 17 août 2011, Michael Schratte a entrepris, à Halifax, la portion canadienne de son périple autour du monde. Il parcourra le paysage canadien afin de sensibiliser les gens et recueillir des fonds pour les enfants et les adolescents souffrant de maladie mentale. Joignez-vous à lui dans son expédition en roulant avec lui à vélo ou en faisant un don pour soutenir sa cause. Pour de plus amples renseignements, veuillez visiter le site **[www.rideonthide.com](http://www.rideonthide.com)**.