



Rapport d'activité

2025-2026



ROCASM-BF

Regroupement des organismes communautaires et alternatifs en santé mentale du Bas du Fleuve



ROCASM-BF

Regroupement des organismes communautaires et alternatifs en santé mentale du Bas-du-Fleuve

1281, Boul. Jacques-Cartier, Mont-Joli, G5H 3K8

418 943-3019

[Courriel : rocasm_bf@hotmail.com](mailto:rocasm_bf@hotmail.com)

facebook.com/rocasm.bf

[Site Web : santementalebsl.org](http://santementalebsl.org)

Vous pouvez nous joindre du lundi au jeudi, de 9 h à 17 h

**« Outiller, soutenir, représenter et
promouvoir les organismes
communautaires et alternatifs
en santé mentale du Bas-du-Fleuve
afin de faire rayonner
la santé mentale dans son ensemble »**

Table des matières

Historique	4
Mission, valeurs	5
Membres du ROCASM-BF	6
Mot de la présidente et directrice	7
Nombre et nature des activités du CA	8
Contribution dans la communauté	9
Partenaires, partenariat et collaborations	11
Formation pour nos membres	14
Accompagnement pour nos membres	16
Communication	17
Environnement	18
Santé Sécurité	18
Conclusion	19



Historique

Le regroupement des organismes communautaires et alternatifs en santé mentale du Bas-du-Fleuve inc. **ROCASM-BF** a vu le jour en 1988. À l'époque, la table de concertation regroupait les régions de la Gaspésie et du Bas-Saint-Laurent. La venue de la Régie régionale et des services sociaux a fait en sorte qu'en 1993, la table s'est séparée en deux (2) : Le ROCASM-GIM et le **ROCASM-BF**.

Aujourd'hui, le regroupement compte huit (8) ressources-membres régulières, dont sept (7) milieux de vie et une (1) maison d'hébergement court terme de crise et de transition. Ces ressources sont réparties sur le grand territoire du Bas-Saint-Laurent, soit de La Pocatière à Matane. De plus, par sa mission de défense des droits, l'organisme PLAIDD-BF est un membre sympathisant.

Le **ROCASM-BF** est un lieu de concertation, de revendication et d'échanges pour les membres. Nous collaborons avec différents acteurs du milieu.

Le milieu de vie *est un lieu d'appartenance et de transition, un réseau d'entraide et d'action*. Ces caractéristiques trouvent leur prolongement dans des activités qui, bien que très diversifiées, peuvent être regroupées ainsi que des services de soutien individuel, de groupe et collectif, des activités éducatives, des actions collectives ainsi que des actions de promotion et de prévention. Ce sont des organismes au service d'une communauté ciblée qui ne rejoignent pas nécessairement que des personnes en difficulté, mais des groupes de personnes ayant des caractéristiques communes. Ces organismes disposent d'un lieu physique pour l'accueil des personnes. Certains interviennent en plus dans le milieu de vie naturel des communautés qu'ils desservent.



Notre mission

Le regroupement des organismes communautaires et alternatifs en santé mentale du Bas-du-Fleuve a pour mission de :

Outiller, soutenir, représenter et promouvoir les organismes communautaires et alternatifs en santé mentale du Bas-du-Fleuve afin de faire rayonner la santé mentale dans son ensemble



Nos valeurs

Le regroupement des organismes communautaires et alternatifs en santé mentale du Bas-du-Fleuve a comme valeur :

La communication : l'harmonie et l'échange

Le respect : la confiance et l'égalité

L'ouverture : l'innovation

L'engagement : la participation et la loyauté

La collaboration : l'entraide, la solidarité et l'accueil

Membres du ROCASM-BF



Mot de la Présidente – Vicky Truchon

Une fois de plus l'heure est au bilan. Permettez-moi de débiter cet écrit avec de sincères remerciements. Merci à Josée qui, aidée de Cathy, nous soutient dans nos différents projets qui contribuent au rayonnement de l'alternative en santé mentale au Bas-St-Laurent. Merci de croire en la beauté de nos rêves les plus fous et surtout de nous refreiner lorsqu'ils le sont trop.

Merci aussi à vous chers collègues avec qui il est facile et agréable de travailler. Nous sommes certes tous assez loin les uns-des autres et nous avons assurément des réalités et des défis différents dans chacune de nos belles ressources. Nous sommes aussi la preuve que l'union fait la force.

En parcourant ce document vous serez en mesure de constater que la présence d'un regroupement est obligatoire afin que ces liens soient maintenus. Vous pourrez aussi y lire que toutes les actions posées son cohérentes avec la mission de notre regroupement qui est de : Outiller, soutenir, représenter et promouvoir les organismes communautaires et alternatifs en santé mentale du Bas-du-Fleuve afin de faire rayonner la santé mentale dans son ensemble.

En terminant, je ne peux que nous souhaiter à tous de conserver cette flamme qui nous habite et qui nous permet d'être des modèles d'innovation inspirant pour que les bas laurentiens prennent soin de leur santé mentale.

Mot de la Directrice – Josée Hébert

Cette année, notre regroupement a encore prouvé qu'il est bien plus qu'un simple lieu : c'est une communauté vivante, tissée serrée, où chaque personne apporte quelque chose d'unique.

Dans un monde qui bouge vite, parfois trop vite, on garde notre cap. On continue de travailler avec cœur, de se remettre en question quand il le faut, et de miser sur des pratiques humaines qui mettent la personne avant le système. Oui, on innove. Oui, on s'adapte. Mais on le fait à notre manière : en respectant les racines qui nous ont permis d'exister et de tenir debout depuis le début.

Je veux saluer notre équipe, nos membres et tous nos partenaires qui soutiennent notre mission. Les victoires de cette année, grandes ou petites, sont le résultat de cet effort collectif.

En regardant vers l'année qui commence, je reste confiante et inspirée. Nous aurons encore de belles choses à bâtir, des ponts à créer, et des moments à partager. Et lorsque nous restons unis, authentiques et centrés sur l'humain, notre regroupement continuera de faire une réelle différence.

Merci de faire partie de cette aventure humaine qui, année après année, garde tout son sens.

Nombre et nature des activités du CA

Séances du Conseil d'administration 2025-2026

Les huit (8) séances du CA démontrent le désir qu'ont les membres de s'impliquer au sein du ROCASM-BF.

En dehors des séances du CA, les membres s'impliquent activement et quotidiennement dans les projets du ROCASM-BF. Cette implication se traduit par un soutien à la direction, un suivi quotidien des dossiers et une contribution considérable aux projets en cours. Cette collaboration indéfectible entre les membres facilite grandement l'élaboration et la réalisation des projets au ROCASM-BF. Elle est le pilier même de la vitalité de l'organisme.

Comité avisé

Le comité avisé est un comité permanent composé de membres du conseil d'administration. Il a pour mandat d'aider la personne à la direction dans l'exercice de ses fonctions, de prendre des décisions entre les réunions du conseil sur la gestion courante et interne présentant un certain degré d'urgence, conformément aux orientations et aux demandes de ce dernier. Les rencontres du Comité avisé sont généralement à l'horaire.

Le Comité avisé a participé à plusieurs rencontres avec la directrice, d'une durée approximative de deux (2) heures :

Les rencontres du Comité avisé sont à l'horaire deux (2) semaines avant les séances du CA. Une série de huit (8) rencontres a été faite par les membres du Comité avisé afin de discuter des enjeux et d'offrir des suggestions pour les membres du regroupement.

✚ Lac-à-l'épaule 2025 au Riotel de Matane



Un lac-à-l'épaule, ce n'est pas un luxe, c'est un retour à l'essentiel. Sortir du cadre, ralentir, se parler pour vrai. Pour des membres du ROCASM-BF, c'est l'occasion de reconnecter au sens de leur engagement, de prendre du recul sur l'action quotidienne et de réfléchir ensemble à long terme, comme on le fait quand les grandes décisions comptent. Éloignés des urgences et des écrans, les échanges deviennent plus authentiques, la confiance s'accroît et une visite du Marigot de Matane s'ensuit. La vision commune émerge naturellement. On clarifie les priorités, on aligne les valeurs, on soude l'équipe. Bref, un lac-à-l'épaule, ça recharge le monde, ça solidifie le collectif et ça prépare le terrain pour avancer plus fort, plus cohérent, et surtout, ensemble.

Contribution dans la communauté

2^e édition : Déjeuners-conférences dans le BSL

Conférenciers : Kathy Chénard et Vincent Gervais de SMQ-BSL

- ✚ Rimouski, le 9 mai 2025 : 94 participants sur 110 inscrits.
- ✚ Trois-Pistoles, le 29 mai 2025 : 49 participants sur 50 inscrits.
- ✚ Mont-Joli, le 28 août 2025 : 72 participants sur 75 inscrits.

Chaque année, le nombre de participants augmente et la demande est toujours plus forte pour notre tournée de déjeuners-conférences.

2^e édition : Journée de ressourcement

Parc du Mont Saint-Mathieu-de-Rioux, le 17 septembre 2025

Le regroupement a organisé une belle « journée de ressourcement » pour 110 personnes provenant de tous les organismes membres du regroupement : directions, intervenants et membres utilisateurs. Cette journée a été composée d'un atelier de réseautage organisé par **Source d'Espoir Témis** « Boost tes liens » en avant-midi. Les participants ont la possibilité d'écrire une pensée, un mot, sur un tissu qui fera le tour des organismes pendant l'année 2026.

Et en après-midi, des ateliers de ressourcement tels que : zoothérapie, bols tibétains, peinture diamant, création de mandalas et percussion corporelle.

Conférences sur le Vietnam-Thaïlande et l'Afrique du Sud

Conférencière : Josée Hébert



Ces conférences nous invitent à ouvrir nos horizons sur des personnes de différents pays et leur réalité, leurs expériences et leurs perspectives. L'objectif est simple : briser les préjugés, déconstruire les mythes et mieux comprendre la richesse des cultures qui façonnent notre monde. On apprend à voir au-delà des clichés, à reconnaître la dignité de chaque peuple, et à bâtir un regard plus juste et plus humain. C'est en se confrontant aux vraies histoires, qu'on avance ensemble vers une compréhension plus authentique.

Ces conférences permettent aussi à la direction de faire des visites dans nos organismes membres.



Moisson Rimouski-Neigette



Cette année, nous avons prêté main-forte à un organisme qui traversait une période chargée. En unissant nos efforts et nos ressources, nous avons démontré que la solidarité entre organismes n'est pas juste une belle idée, mais une force réelle qui nous permet d'avancer ensemble et de soutenir davantage notre communauté.

Rencontre avec *Héritage Bas-Saint-Laurent*

Afin d'inclure toutes les personnes, toutes les communautés du Bas-Saint-Laurent, madame Caty Dumais du ROCASM-BF, a fait une première rencontre, le 19 mars 2025, avec la communauté anglophone d'*Héritage Bas-Saint-Laurent* dans le but de les inviter à nos activités, à nos échanges et ainsi développer un lien, une collaboration, un partenariat avec la communauté anglophone du Bas-Saint-Laurent.

- ✚ 9 mai 2025 : des membres d'*Héritage Bas-Saint-Laurent* ont participé au déjeuner-conférence de Rimouski
- ✚ 14 août 2025 : nous avons participé à l'activité Walking tour of Historic Rimouski
- ✚ 20 août 2025 : nous avons participé à leur activité River rocks tour a geology walk à la plage Métis sur Mer
- ✚ 25 septembre 2025 : participation à leur AGA qui se tenait au HUB-Café à Métis sur Mer

Rencontres interorganismes

Le ROCASM-BF a adopté une résolution afin de faciliter et d'encourager les rencontres et les activités entre les organismes membres (usagers, intervenants et directions).

Ces rencontres entre organismes brisent l'isolement, créent des liens et permettent d'échanger sur les pratiques gagnantes, pas seulement en théorie. On y gagne du recul, de l'inspiration et une force collective qui dépasse chaque organisme pris seul. C'est comme avant : on se parlait, on s'entraidait, on avançait ensemble. Aujourd'hui plus que jamais, ces rencontres nourrissent la collaboration, renforcent le milieu communautaire et nous rendent meilleurs pour l'avenir.

26 juin 2025 : Rayon de Partage en santé mentale visite Source d'Espoir Témis

5 août 2025 : Rayon de Partage en santé mentale visite le Marigot de Matane

LE DISCOURS DOIT CHANGER



PARLONS DE PAUVRETÉ!

LE COMMUNAUTAIRE REFUSE DE SE TAIRE



LES GROUPES COMMUNAUTAIRES EN GRÈVE DU 23 MARS AU 2 AVRIL

Partenaires, partenariats et collaborations

Membre de l'AQCD

Le regroupement est nouvellement membre de l'AQCD, ce qui permet de tisser des liens avec plusieurs organismes en santé et d'élargir nos horizons.

Membre de la chambre de commerce de Rimouski

Le ROCASM-BF est membre de la chambre de commerce de Rimouski, ce qui a permis à la direction de suivre une formation avec des experts de différents sujets concernant la gestion d'un OSBL, à l'École des entrepreneurs du Québec de Rimouski.

Membre du RRASMQ

- ✚ 11 et 12 juin 2025
Collaboration et participation à l'AGA du RRASMQ
- ✚ 18 et 19 mars 2026
Participation au colloque de Drummondville

Membre de la TROC

- ✚ 22 mai 2025
Participation à l'AGA de la TROC

Membre sympathisant PLAIDD-BF

- ✚ 4 juin 2025
Participation à l'AGA de PLAIDD-BF
- ✚ 27 janvier 2026
Rencontre avec Stéphanie Jalbert de PLAIDD-BF pour présenter et discuter de leurs offres et leurs services.

Administratrice au CA du Collège de Rimouski

Dans le but d'être présent dans la communauté rimouskoise, la direction du regroupement a accepté le mandat proposé en tant qu'administratrice au sein du CA du Collège de Rimouski.

Table santé mentale et suicide de l'Ouest et de l'Est

- ✚ Participant aux Tables santé mentale et prévention suicide de l'Ouest et de l'Est

Afin de connaître les réalités du Bas-Saint-Laurent, le ROCASM-BF participe de façon ponctuelle aux tables santé mentale et prévention suicide de l'Ouest et de l'Est.

Itinérance

- ✚ Le ROCASM-BF est fier d'avoir fait partie du comité aviseur de l'organisme **REPAIRES-BSL** en itinérance.

Repaires-BSL gère déjà quatre (4) appartements d'urgence. Ces logements sont dits à haut seuil d'accessibilité. Ils sont supervisés et peuvent accueillir des personnes seules ou des familles avec ou sans animal de compagnie pour une période allant de 1 à 30 jours.

- ✚ Participant à la Table de concertation en itinérance du CISSS-BSL.

Itinérance et santé mentale vont malheureusement trop souvent de pair, c'est pourquoi le regroupement s'implique activement pour la cause de l'itinérance.

Table de développement social et de lutte à la pauvreté

- ✚ Participant à la Table en développement social et lutte à la pauvreté.

Au cours de l'année écoulée, notre regroupement a poursuivi sa mission et son engagement en santé mentale alternative tout en soutenant le développement social et la lutte à la pauvreté, et ce, en assistant à la Table en développement et lutte à la pauvreté.

Travail de rue

- ✚ Le ROCASM-BF est fier de collaborer avec l'organisme **Travail de rue de la Mitis**.

Un des mandats du ROCASM-BF consiste à outiller les outilleurs, à aider les aidants, à soutenir les souteneurs, à prendre soin des preneurs de soin...

C'est pourquoi le regroupement offre de partager gratuitement son local de Mont-Joli avec les travailleurs-ses de rue du nouvel organisme *Travail de rue de la Mitis*. Offrir un lieu où les TR peuvent manger, se réchauffer, se reposer et prendre un bon café dans un espace privé, paisible et accueillant.

L'organisme **Travail de rue de la Mitis** a maintenant ses propres locaux. Nos organismes ont toujours maintenu une collaboration étroite. Travail de rue de la Mitis est maintenant un **membre sympathisant** du ROCASM-BF.

Bienvenue parmi notre beau regroupement !

Ensemble pour la santé mentale dans son ensemble !




Formation pour nos membres

Formations et ateliers personnalisés

Afin de respecter les particularités, l'essence et les besoins de chacun, le ROCASM-BF a proposé des formations et des ateliers personnalisés pour chaque organisme membre du ROCASM-BF.







Supervision clinique

Formatrice : Eugénie Lebel

 Source d'Espoir Témis

Formation Word-Excel-Power Point

Formateur : Normand Larocque

 Marigot de Matane
 SMQ-BSL
 Rayon de Partage en santé mentale
 Maison des Tournesols
 Source d'Espoir Témis
 La Traversée

Objectifs de la formation

Parce que la mission passe par le monde qui tient la maison. Dans nos organismes, la santé mentale, ça ne se joue pas juste en intervention. Ça se joue dans la façon dont l'organisme est géré et structuré. Une direction formée = une vision claire, cohérente, enracinée dans l'approche communautaire et alternative. Une adjointe formée = un pilier stable, humain, capable de désamorcer avant que ça explose. Sans elles, la mission s'effrite. Avec elles, elle se tient debout.

De plus, les organismes n'ont pas nécessairement le budget et la possibilité d'avoir un formateur attitré. Le ROCASM-BF, en collaboration avec monsieur Normand Larocque, permet d'avoir une formation spécialisée et personnalisée pour nos organismes membres avec un formateur compétent et qualifié.

Formation sur la Loi 25

Formatrice : Josée Hébert

📍 Marigot de Matane : 20 mai 2025

Objectifs de la formation

La formation sur la Loi 25, qui concerne la protection des renseignements personnels et la cybersécurité au Québec, n'est pas obligatoire pour tous. Cependant, elle est fortement recommandée pour les organismes qui traitent des données personnelles. La loi impose des obligations strictes en matière de protection des données, et une formation peut aider à s'assurer que les organismes soient conformes à ces nouvelles réglementations. C'est pourquoi le ROCASM-BF a mis sur pied une formation pour ses membres.

LE ROCASM-BF a aidé certains de ses membres à faire un plan de protection et à mettre de la documentation en place, suite aux exigences de la nouvelle Loi 25 entrée en vigueur en octobre 2025.

Formation IA (Intelligence artificielle)

Formatrice : Arianne Finn

📍 1^{er} avril 2025 : Témiscouata-sur-le-Lac

📍 2 avril 2025 : Mont-Joli

Objectifs de la formation

Comprendre les fonctionnalités clés de l'intelligence artificielle, maîtriser l'utilisation d'IA pour des tâches spécifiques, l'intégrer dans sa routine de travail, considérer ses aspects éthiques et ses limites, augmenter l'efficacité au travail grâce à cet outil d'aide à la rédaction sont toutes des raisons pour lesquelles la formation IA est importante.

Et pour ce qui en est de la mission de nos organismes, il est important de bien comprendre l'impact sur les humains, les risques, les mauvaises interprétations, la dépendance à l'outil et la possibilité de perte de jugement clinique.



Formation L'Art de l'écoute

Formatrice : Marie Laberge

🇩🇪 7 avril 2025 : Rimouski

Objectifs de la formation

En relation d'aide, l'écoute est centrale. Une réelle écoute, où la personne aidée se sent totalement accueillie, entendue et non jugée, favorise l'alliance entre celle-ci et la personne aidante et ouvre la voie à une intervention beaucoup plus profitable. Une écoute active de qualité permet à la personne de s'entendre, de se comprendre, de s'accepter et de s'engager dans sa recherche de mieux-être.



Cependant, la plupart d'entre nous n'écoutent pas aussi bien que nous le pensons. Même en tant qu'aidants ou aidantes, nous ne sommes pas à l'abri des pièges qui parasitent l'écoute. C'est un art qui s'apprend et se réapprend. Pour le développer, nous avons besoin de comprendre l'écoute, de vivre l'écoute et de nous y exercer.

Cette formation, axée spécifiquement sur le rôle de l'écoute en relation d'aide, vous offre réflexions, connaissances et **misés en pratique**. Elle vous propose également des outils pour continuer à améliorer vos compétences. La question de l'écoute entre collègues de travail est aussi traitée et complète cette démarche.

Accompagnement pour nos membres

MPO : Management et Performance Organisationnelle

Dans une optique de professionnalisation continue et de consolidation du leadership, la direction du regroupement a procédé à la réalisation de questionnaires psychométriques portant sur les talents, les styles de communication et les profils des directions membres de nos organismes. Cette démarche s'inscrit dans une volonté assumée de mieux se connaître pour mieux agir, en cohérence avec les valeurs du milieu communautaire et les exigences actuelles de gestion.

Les résultats obtenus permettent d'identifier les forces individuelles et collectives, de mieux comprendre les dynamiques relationnelles au sein de l'équipe direction et d'ajuster les pratiques de communication et de collaboration. Ces outils constituent une base solide pour orienter le développement professionnel, soutenir la prise de décision et renforcer l'efficacité du leadership, tout en respectant l'expérience, le parcours et l'expertise déjà en place.

Cette approche, à la fois ancrée dans des méthodes éprouvées et tournée vers l'avenir, contribue à une gouvernance plus consciente, plus cohérente et mieux outillée pour faire face aux enjeux actuels et futurs de nos membres.

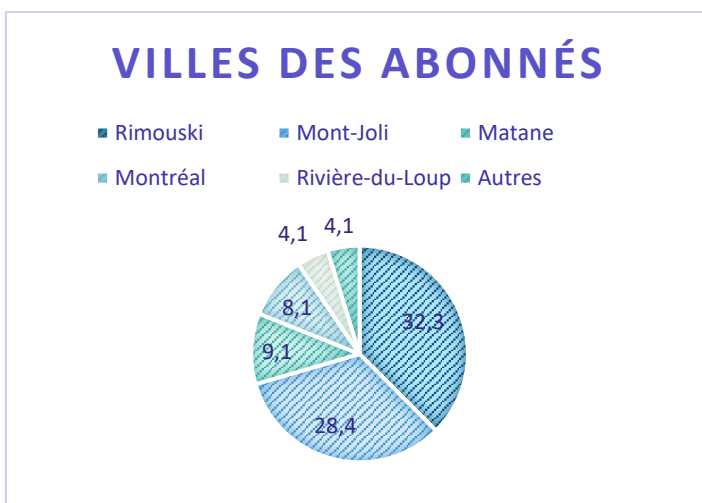
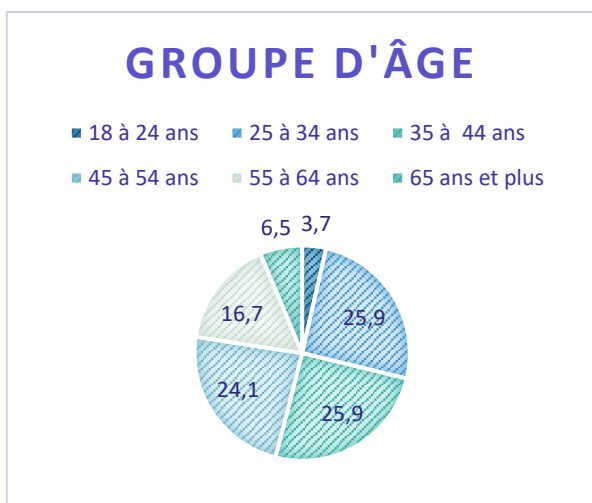
Communication

Facebook

Le ROCASM-BF possède une présence active sur Facebook, il partage de dix à vingt publications par semaine. Les contenus publiés sont principalement en lien avec la santé mentale, les membres du regroupement et leurs activités ou à propos du mouvement social alternatif en santé mentale ainsi que de l'action communautaire.

Statistiques de la page Facebook du ROCASM-BF du 1er avril au 31 décembre 2025 :

Total de 162 abonnés : **hausse de 14,5 %**



Groupe d'âge des abonnés :

- 18 à 24 ans = 3,7 %
- 25 à 34 ans = 25,9 %
- 35 à 44 ans = 25,9 %
- 45 à 54 ans = 24,1 %
- 55 à 64 ans = 16,7 %
- 65 ans et plus = 6,5 %

Villes des abonnés :

- Rimouski = 32,3 %
- Mont-Joli = 28,4 %
- Matane = 9,1 %
- Montréal = 8,1 %
- Rivière-du-Loup = 4,1 %
- Autres = 4,1 %

✚ On parle de santé mentale avec Liliane Bussièrès de FLO FM 96.5.
Participant Annie Larue de la Maison des Tournesols et Josée Hébert du ROCASM-BF

✚ Participation à un Balado concernant la santé mentale et l'intelligence artificielle
[Quand l'IA écoute nos émotions-CARTE BLANCHE DANS LA MITIS](#)



Environnement

La protection de l'environnement est une responsabilité partagée qui nécessite des actions concrètes de la part de tous, et ce, à tous les niveaux. Parmi les gestes simples et efficaces, le recyclage, le covoiturage (j'embarque BSL), l'utilisation d'ustensiles biodégradables, choisir d'apporter nos bouteilles d'eau personnelles et d'autres pratiques durables jouent un rôle clé dans la réduction de notre empreinte écologique.

Le **ROCASM-BF** est fier d'appliquer ces pratiques lors d'événements, de rencontres et dans son quotidien avec des bacs de recyclage, en faisant des achats locaux, en minimisant l'impression de documents et autres petits gestes qui comptent pour préserver notre planète. Le regroupement utilise des produits biodégradables et écologiques pour l'entretien de son local.

Notre adjointe administrative assiste actuellement à une formation à distance avec l'Institut de formation professionnelle qui lui permettra, dans la prochaine année, de rendre nos sites internet plus éco-responsables.

Santé et sécurité au travail

Le ROCASM-BF est doté d'un plan de prévention et des politiques requises.

Un plan de prévention CNESST est un outil de gestion essentiel qui permet à toute organisation, incluant les milieux communautaires et les ressources en santé mentale, d'assurer un environnement de travail sain, sécuritaire et conforme aux exigences légales du Québec. Il s'agit d'un document stratégique qui encadre la prévention, la réduction et le contrôle des risques pour les travailleurs.

Conclusion

L'année qui s'achève montre encore une fois que notre regroupement sait tenir son bout, avancer avec cœur et demeurer fidèle à sa mission. Malgré les défis — qui ne manquent jamais — notre communauté a continué de se rassembler, de s'entraider et de démontrer que les solutions les plus durables viennent souvent des approches simples, humaines et solidement ancrées dans le vécu des personnes.

Les activités réalisées cette année ont renforcé notre rôle essentiel dans le filet social régional. En même temps, nous avons continué de regarder en avant, d'innover à notre rythme et d'adapter nos pratiques pour répondre aux besoins actuels de nos organismes membres.

Notre conseil d'administration et nos partenaires peuvent être fiers du chemin parcouru. Nous poursuivrons donc notre mission avec la même volonté : bâtir un environnement où chaque personne est reconnue dans sa dignité, soutenue dans son parcours et encouragée à prendre sa place.

En route vers une nouvelle année remplie de projets ancrés dans nos valeurs, portés par notre monde, et tournés vers un avenir où la santé mentale alternative continue de rayonner.

