

### À vous tous,

C'est avec un réel plaisir que le ROCASML vous dévoile sa nouvelle image par le biais de ce Bulletin spécial en cette semaine de la santé mentale !

Avec sa vision inclusive et solidaire, le ROCASML est sans cesse en mouvement et dans ce sens, il saisit l'opportunité de vous informer sur les services de ses membres en cette semaine bien spéciale.

N'hésitez pas à partager ce bulletin à tous vos contacts, amis et famille.

Profitez bien de tous les plaisirs et les joies afin que votre quotidien puisse s'épanouir !

Les membres du ROCASML

Le rire est l'antidote de la morosité et de l'ennui : il dissipe les idées morbides et se fait souvent le garant d'une bonne santé mentale. Les gens qui rient sont des gens heureux : ils n'ont pas d'histoire.

### Vous êtes une personne utilisatrice de services en santé mentale dans Lanaudière ?

Vous croyez que vos besoins, préoccupations, espoirs et aspirations méritent d'être entendus et réalisés ? Participer à la parole collective en contactant l'IMPACT au

579 960-1207

**Les groupes d'entraide** offrent de l'entraide, de l'écoute et des outils à ceux qui fréquentent leurs organismes afin qu'ils se réapproprient du pouvoir sur leur vie.

L'Envol de Berthier (Berthierville) : 450 836-4999

Le Vaisseau d'Or (Des Moulins) (Terrebonne) : 450 492-2418

Le Tournesol de la Rive-Nord (Repentigny) : 450 657-1608

La Bonne Étoile (Joliette) : 450 759-8853

La Rescousse Montcalm (Saint-Esprit) : 450 839-7050

La Rescousse Amicale (Rawdon) : 450 834-3151

**Les groupes d'hébergement** sont des ressources à vocation socio-résidentielles en santé mentale donnant des services en lien avec la vie en hébergement et en logement (supervisés, soutien en logement, recherche de logement).

Habitat Jeunesse (Mascouche) : 450 474-4938

La maison l'Intersection (Joliette) : 450 752-6570

Le Vaisseau d'Or (Des Moulins) (Terrebonne) : 450 492-1119

Propulsion Lanaudière (Joliette) : 450 752-6570

**Le Centre de prévention du suicide de Lanaudière** a pour mission d'intervenir auprès de personnes ou de groupes aux prises avec un problème relié au suicide.

1 866-appelle ou 1 866-277-3553

**La lueur du phare de Lanaudière** s'adresse aux membres de l'entourage (parents, conjoints, enfants, fratrie et amis) de personnes vivant avec un problème de santé mentale.

Joliette : 450 752-4544 Repentigny 450 704-3450  
1 800 465-4544

**Prendre soin de soi = prendre soin de sa santé mentale !**