
NATIONAL SYMPOSIUM ON ALTERNATIVE MENTAL HEALTH KNOWLEDGE
SATURDAY MAY 2, 2015 – 80 Lockhart Avenue, Moncton, NB.

SYMPOSIUM NATIONAL POUR LES CONNAISSANCES ALTERNATIVES EN SANTÉ MENTALE
SAMEDI LE 2 MAI 2015 – 80 avenue Lockhart, Moncton, N.-B.

- 8:45 AM (Registration / Inscription) (Café, muffin)
 - 9:10 AM (Welcome / Bienvenue – Eugène LeBlanc)
 - 9:20 AM (Speaker / Orateur 1 – Rob Wipond) PITCHING MAD: NEWS MEDIA AND THE PSYCHIATRIC SURVIVOR PERSPECTIVE (English only)
 - 9:50 AM (Speaker / Oratrice 2 – Brenda LeFrançois) ALTERNATIVE PRACTICE IN “MENTAL HEALTH”: BUILDING SURVIVOR-LED SERVICES *** PRATIQUE ALTERNATIVE EN SANTÉ MENTALE: LA MISE EN PLACE DE SERVICES MENÉS PAR LES SURVIVANTS (Bilingual /Bilingue)
 - 10:20 AM (BREAK – PAUSE CAFÉ)
 - 10:45 AM (Speaker / Oratrice 3 – Lia Tran) CAN THE STATUS QUO BRING ON RECOVERY? *** EST-CE L'ÉTABLISSEMENT MÈNE AU RÉTABLISSEMENT? (Bilingual / Bilingue)
 - 11:15 AM (Questions and comments to panel – Questions et commentaires au panel)
 - 11:45 AM (Lunch Served – Dîner servi)
 - 1 PM (Speaker / Orateur 4 – Ed Pomeroy) THE YING AND YANG OF A GOOD PROFESSIONAL BACKGROUND (English only)
 - 1:30 PM (Speaker / Orateur 5 – Nérée St-Amand) WHILE THE WEALTHY CONTINUE TO PROMISE, THE POOR ARE STILL WAITING! *** LES RICHES PROMETTENT ENCORE; LES PAUVRES ESPÈRENT TOUJOURS! (Bilingual /Bilingue)
 - 2 PM (Questions and comments to panel - Questions et commentaires au panel)
 - 2:30 PM : PREMIÈRE MONDIALE : LORSQUE LE PEUPLE PARLE : L'HISTOIRE DE LA SANTÉ MENTALE AU NOUVEAU-BRUNSWICK / WORLD PREMIERE : WHEN THE PEOPLE SPEAK : THE HISTORY OF MENTAL HEALTH IN NEW BRUNSWICK (Eugène LeBlanc)
 - 3 :05 PM : Conclusion (Eugène LeBlanc)
 - 3:15 PM: Walk to 90 Norwood Avenue, Suite 300A *** Marche au 90 Avenue Norwood, Pièce 300A.
 - 3:20 PM: Open tour of Groupe de support émotionnel inc. activity center AND Our Voice office (wine, cheese, snacks provided) *** Visite ouverte du centre d'activité Groupe de support émotionnel ET bureau du Our Voice (vin, fromage et casse-croute offerts)
- 4 PM : OUVERTURE OFFICIELLE DU NOUVEAU CENTRE INTERNATIONAL NOTRE VOIX POUR LES CONNAISSANCES ALTERNATIVES EN SANTÉ MENTALE *** GRAND OPENING OF THE NEW OUR VOICE INTERNATIONAL CENTER FOR ALTERNATIVE KNOWLEDGE IN MENTAL HEALTH

SYMPOSIUM INTRODUCTORY KEYNOTE ***DISCOURS D'OUVERTURE AU SYMPOSIUM***

Greetings everyone / *Bonjour à tous:*

I would like to express my heartfelt appreciation to all of you for attending this historic event. We have people here from Massachusetts, several from Ontario and throughout our province. And to know that you have spent your time and your money to come to small-town New Brunswick to validate what we do and to also celebrate the hard work of our province's activity centers, the efforts of our provincial network, and the unique accomplishments of OUR VOICE / NOTRE VOIX moves me deeply.

Je suis profondément reconnaissant à tous ceux et celles d'entre vous qui sont ici rassemblés provenant des États-Unis, de l'Ontario et un peu partout au Nouveau-Brunswick pour rendre reconnaissance de nos efforts et de valider notre message....

Seven years ago at this time, Nérée St-Amand and I co-wrote Dare to Imagine: From Lunatics to Citizens. We printed 900 copies in both official languages, and we have about 40 copies left that I have today selling for \$20 at the registration table.

Il y a sept ans, Nérée St-Amand et moi avons écrit Osons imaginer: de la folie à la fierté. Nous avons imprimé 900 exemplaires où il nous reste seulement 40 copies que nous avons à vendre pour 20\$ à la table d'inscription.

I remember very well telling Nérée that I wanted the last sentence of our book to be one of vision and aspiration - words that would move us to greater heights and action.... And so the last sentence of our book reads: "...we are embracing, from now on, the journey to our next awakening."

Je me rappelle très bien de dire à Nérée que je voulais que la dernière phrase de notre livre en soit une de vision et d'espoir...des paroles qui nous émouvrait à l'action...Et donc, la dernière phrase de notre livre se lit, «nous entreprenons désormais la prochaine étape dans l'éveil des consciences.»

And so seven years have passed since then, and our awakening is moving forward ...one of which is the creation of the Our Voice International Center for Alternative Mental Health Knowledge that you will be able to visit this afternoon. And please, when you see the room behind the blue door: don't preoccupy yourself with its smallness, but rather by the sheer largeness of its vision and potential.

Et donc sept ans se s'ont écoulés depuis, et notre éveil avance où une de celles-ci est la mise en place du Centre international des connaissances alternative en santé mentale du Notre Voix que vous pourrez visiter cet après-midi. Et S.V.P., lorsque vous verrez la salle en arrière la porte bleu, ne vous préoccupez pas de la petitesse de celle-ci là mais plutôt par sa vision et son potentiel.

Although important, when we speak of alternative knowledge in mental health, I'm not talking about taking vitamins and getting a massage – I'm talking about what individuals and communities know about surviving in an often systemic oppressive framework of care, and the recipes that they use to become full citizens in community, and how they go about to increasing their capacity.

Malgré important, lorsque l'on parle des connaissances alternatives en santé mentale, je ne discute pas de prendre des vitamines et obtenir un massage – on parle plutôt de ce que les individus et les communautés connaissent au sujet de survivre dans des encadrements qui sont souvent systématiquement oppressifs et les recettes utilisées afin de pouvoir jouir d'une pleine citoyenneté en communauté et comment ceux-ci se débrouillent pour amplifier leurs capacités.

Our institutions provide us with their annual report, and when you read these glossy documents – you are left with the impression that the status quo is working perfectly fine. But I ask you, what about the people's annual report? If the people had the social and financial capacity to author one – what would be their verdict of group home care, financial survival, overbearing psychiatric drugging – their human rights, and the oftentimes overt fights that we have to take on in order to preserve our integrity in matters of our self-help movement? After 28 years in this business, I still need to fight. And this should not be!

Nos institutions nous fournissent avec leur rapport annuel, et lorsque l'on lit ces beaux documents – on ait laissé avec l'impression que le statu quo fonctionne parfaitement bien. Mais je vous demande, qu'en serait-il si la population en était l'auteur d'un tel rapport? Si nous avons la capacité financière et sociale de mettre plume à papier – quelle serait le verdict sur les foyers de groupe, notre survie financière, la surabondance de nos drogues psychiatriques, nos droits et les combats que nous devons relever pour préserver notre intégrité en matière de notre mouvement d'entraide? Après 28 ans en affaire : je dois encore me battre, et cela ne devrait pas être le cas !

What would we say about the crushing stigma that we are facing? And what would we say about our positive survival strategies such as our provincial walk in Fredericton in October 2013, successes from our activity centers, and of course the unique achievements of OUR VOICE? Such triumphs and such frustrations are not part of the institutional narrative.

Que dirions-nous au sujet de la stigmatisation écrasante à laquelle nous devons faire face? Et que dirions-nous au sujet de nos stratégies de survies telles que notre marche provincial à Fredericton en octobre 2013, les réussites de nos centres d'activités et bien sûr des accomplissements uniques du NOTRE VOIX? Ces triomphes et ces frustrations ne font pas partie des narratives institutionnels.

But this narrative and knowledge that belongs to us require a remembrance of honor. It requires record keeping because by creating an economy of knowledge in this regard - it can only help to provide a tipping point within our communities that will create a more attuned and responsive mental health system for people living in the margins.

Mais ces récits et ces connaissances qui nous appartiennent nécessitent une souvenance d'honneur - il requiert qu'elle soit mise en bibliothèque, car en créant une économie de connaissance à cet égard peu seulement contribuer à un basculement au sein de nos communautés que j'espère créera une santé mentale qui est plus attentive aux besoins de ceux et celles vivant dans les marges.

And so, with our five speakers today, and with our little movie later on - I hope that themes will surface that will inspire innovation and a rethinking of our mainstream trends. And that our international center for alternative knowledge can be an embodiment of what we need more of, and can also be reflective of what we need less.

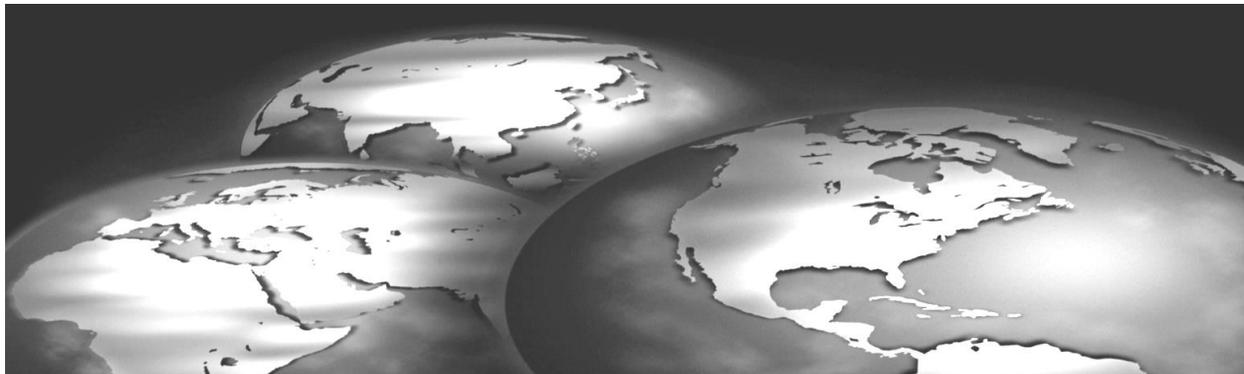
Et donc, avec nos cinq conférenciers aujourd'hui et notre petit film plus tard - je souhaite que des thèmes fassent surface qui inspirons l'innovation et une repensée de nos tendances courantes. Et que notre centre international du savoir alternatif pourra devenir une incarnation de ce que nous avons besoin de plus, et de ce que nous avons besoin de moins.

I want to conclude with a quote from Jean Vanier that I find is very fitting for this day:

“There can be no peacemaking or social work or anything else to improve our world, unless we are convinced that the other is important. You are precious--you, not just "people, but you. And we have a call to make history--not just accept history. We are called to change things--to change the movement of history, to make our world a place of love and not just a place of conflict and competition. “

Friends and colleagues: let's together - make history.

Merci beaucoup / Thank you! 🙏



MAY 2 MAI 2015

EUGÈNE LEBLANC

Document Content at the National Symposium on Alternative Mental Health Knowledge (2015)
Contenu des documents au Symposium national sur les connaissances alternatives en santé mentale

WHY CREATE AN INTERNATIONAL CENTRE FOR ALTERNATIVE KNOWLEDGE IN MENTAL HEALTH?

The only source of knowledge is experience. Albert Einstein

For the open-minded, one has to concede that the dissemination of knowledge in mental health is solely slanted into one trajectory. Where new technologies allow us to transfer information at a click of a button, mental health's "givens" are quickly available to all of us. From how psychiatry classifies people's "abnormalities" to how many of us are affected by various "disorders," and thus what kind of "treatment" will be required to "make progress" prevails in all facets of our society. It not only prevails, it dominates and engulfs our values on a massive scale thereby influencing our beliefs on how to deal with individuals who bear the "mental illness" label. Much government funding and corporate sponsorship are allocated to this narrative.

And despite all of this "enlightened knowledge", we are more psychiatrized than ever before! From childhood to our senior years, many will experience the mental health system with all its twists and turns. Where the creed for mental illness in community was once "1 in 10" - then "1 in 5" - and now "1 in 3"; we are fast approaching the era where everyone should be subjugated to a "mental health treatment". While we preach "prevention and education", we have more "mental illness" on the books resulting in an inconsistency in desired outcomes.

For a civilized society, this becomes a worrisome trend where we are required to question this kind of dogma.

But knowledge, that has been existent for decades and even centuries, is how victims bear their experiences and struggle to survive as individuals and communities. How do they define their human experience of madness? How truly satisfied are they with their quality of life? This is rarely mentioned, and does not hold any prominence in our mental health narrative. When formal funders submit their annual mental health report to the public and government – the work of consumer / survivor groups is rarely mentioned in official documents. It is as if we don't even exist! Funding never seems to match the lip service that we allot it. Our facts are often viewed as "marginal", "grey", "obstinate" and "anecdotal" by corporate mental health, many academics and helping professionals.

Nothing could be further from the truth! Many people have not found solace with formal systems, and have alternatively been part of self-help models, which they consider as being better to define their situation and address their needs. **Sometimes this assistance is all that we want, while in other cases, we respectfully view it as complementary to formal care. This is something, however, that requires us to accept and respect.**

Involvement in alternate mental health action can take the form of:

- writing and publishing one's story
- networking with other like-minded individuals and groups
- taking part in activities (arts, music, etc...) which enhance collective empowerment
- taking a critical stance with formal systems
- asserting our human rights

Document Content at the National Symposium on Alternative Mental Health Knowledge (2015)
Contenu des documents au Symposium national sur les connaissances alternatives en santé mentale

As philosopher and author Goethe said, “Knowing is not enough; we must apply. Willing is not enough; we must do.” Applying and doing shall be the precepts of this new international centre.

From New Brunswick to New Zealand, Yukon to Switzerland, people have used various methods of how they have overcome their powerlessness against a powerful and dominant psychiatric-led mental health system. After decades of collecting this information and storing them in filing cabinets where no one sees it, the timing was ripe for OUR VOICE / NOTRE VOIX to catalogue and display all of this information on how WE rise and fight as individuals and communities in order to rebalance OUR sanity.

With the milestone of publishing our 60th edition, the reasons were suitable for creating and launching the **OUR VOICE INTERNATIONAL CENTER FOR ALTERNATIVE KNOWLEDGE IN MENTAL HEALTH** in Moncton, New Brunswick, Canada. Within a very small library setting, we have organized this information in four categories: Canada, United States, other countries and a special emphasis on New Brunswick. Our province has historically prospered with great examples of epic tales of surviving the mental health racket. Through our activity centres, our provincial network and other community means – it is imperative that all of this knowledge be:

- Archived for our posterity
- Shared as inspiration
- Studied and researched as to advance this brand of data

Although our seed is presently small, **it is my personal hope that this centre will serve as a catalyst for building up an economy of research and knowledge.** I hope that incentives will exist to create evolving partnerships with universities that could help us draw out the essence of what WE want and what WE need to help make US feel better in the real world. This transfer of knowledge into various settings can only help foster our brand of “know-how” in mental health. Only by such means, can we transform and plant unshakable roots within society’s narrative towards people whom we don’t understand and whom, we would too often like to forget.

Consider what survivor, Judi Chamberlin wrote in 1978 as a vision and preface to today’s proposal on our part:

For too long mental patients have been faceless, voiceless people. We have been thought of, at worst, as subhuman monsters, or, at best, as pathetic cripples...It is only with the emergence and growth of the mental patients’ liberation movement that we ex-patients have begun to shake off this distorted image and to see ourselves for what we are – a diverse group of people with strengths and weaknesses, abilities and needs, and ideas of our own... Our ideas about psychiatry, about the nature of mental illness, and new and better ways to deal with people undergoing emotional distress, differ drastically from those of mental health professionals.

On Our Own: Patient Controlled Alternatives to the Mental Health System

As stated by advocate Margaret Fuller: “If you have knowledge, let others light their candles at it.” This is the invitation that is being sent towards our academics and other community advocates:

- ◆ Acknowledge what we have.
- ◆ Disseminate what we know.
- ◆ Use this new centre as a reference point.
- ◆ Help us celebrate our existence within community.

I will be the first to admit: the Our Voice International Center for Alternative Knowledge in Mental Health is very small, but its vision has great potential. And to quote author, Terry Goodkind, “Knowledge is a weapon. I intend to be formidably armed.” This is the army that I am asking you to belong and to be opened to. Together, we can create a revolution of ideas in regards to mental health! ♪

Sincerely

Eugène LeBlanc

You are invited to take part in a one-day national symposium on Saturday May 2, 2015 in Moncton, New Brunswick. See promotional poster and speakers sheet for more information. REGISTER SOON. ONLY 100 SEATS ARE AVAILABLE!

POURQUOI LA MISE EN PLACE D'UN CENTRE INTERNATIONAL POUR LES CONNAISSANCES ALTERNATIVES EN SANTÉ MENTALE?

La connaissance s'acquiert par l'expérience. Albert Einstein

Pour ceux et celles qui font preuve d'ouverture d'esprit, il faut admettre que la diffusion des savoirs en santé mentale ne connaît qu'une seule trajectoire. Dans un monde où les nouvelles technologies nous permettent de transférer de l'information par le moyen d'un simple clic, les « données évidentes » en santé mentale sont facilement accessibles à tous. Ces données portent autant sur la méthode dont la psychiatrie organise les « anomalies » des gens, que sur combien d'entre nous souffrent de différents « troubles », et subséquemment le « traitement » requis pour « améliorer sa santé » - cette façon de penser prévaut dans toutes les facettes de notre société. De plus, ces orientations dominent et englobent nos valeurs sur une grande échelle, influant ainsi sur nos croyances à propos de la façon de composer avec des gens qui sont étiquetés en tant que « malades mentaux ». Le financement par l'état et les commandites corporatives surabondent dans ce discours.

En dépit de toute cette « connaissance éclairée », nous sommes encore plus psychiatisés que jamais! De la petite enfance au troisième âge, bon nombre d'entre nous vont avoir à subir le système de santé mentale avec tous ses tours et ses détours. Lorsque la narrative de la maladie mentale en communauté était autrefois « 1 sur 10 » - puis « 1 sur 5 » - et maintenant « 1 sur 3 »; nous nous approchons rapidement de l'ère où nous serons tous encouragés d'accepter un « traitement de santé mentale ». Tout en prêchant la « prévention et l'éducation », nous avons un nombre croissant de « maladies mentales » au dossier, causant ainsi une inconsistance dans les résultats souhaités.

Pour une société civilisée, cela devient une tendance inquiétante où nous sommes tenus de remettre en question ce genre de dogme.

Mais le savoir existant depuis des décennies, voire même des siècles, est comment les victimes subissent leurs expériences et comment ceux-ci luttent pour survivre en tant que personnes et collectivités. Comment définissent-elles leur propre expérience avec la folie? Quelles sont leurs satisfactions réelles vis-à-vis leurs qualités de vie? Ces questions sont rarement soulevées et ne sont pas considérées importantes dans notre dialogue en santé mentale. Lorsque les bailleurs de fonds officiels soumettent leur rapport annuel sur la santé mentale à la population et au gouvernement – le travail des groupes de usagers / survivants est rarement mentionné dans de tels documents officiels. C'est comme si nous n'existions même pas! Le financement ne semble jamais refléter l'importance que nous lui accordons du bout des lèvres. Nos faits sont souvent perçus en tant que « marginaux », « nébuleux », « entêtés » et « anecdotiques » par les entreprises s'intéressant à la santé mentale, de nombreux universitaires et des intervenants professionnels.

Rien ne pourrait être plus éloigné de la vérité! Beaucoup de gens n'ont pas su trouver réconfort dans le système conventionnel de santé mentale et se sont tournés vers les modèles alternatifs d'entraide, qu'ils considèrent préférables pour définir leur situation et répondre à leurs besoins. **Parfois, ce n'est que ce soutien que nous voulons, alors que dans d'autres cas, nous le**

considérons respectueusement en tant que complémentaire aux soins formels. Pour ce faire, toutefois, l'acceptation et le respect sont de mise.

La participation aux alternatives en santé mentale peut ressembler :

- la rédaction et la publication de son vécu;
- le réseautage avec des gens et des groupes ayant les mêmes intérêts;
- la participation aux activités (les arts, la musique, etc...) qui mettent en valeur la prise en charge collective;
- avoir un regard critique envers les systèmes formels;
- affirmer nos normes en matière des droits de la personne.

Comme l'avait dit le philosophe et auteur Goethe : « Savoir ne suffit pas; nous devons aussi pratiquer ce que nous savons. Vouloir ne suffit pas; nous devons aussi agir. » La règle de conduite de ce centre international sera de pratiquer et d'agir.

Du Nouveau-Brunswick à la Nouvelle-Zélande, du Yukon à la Suisse, les gens ont eu recours à différentes méthodes pour surmonter leur impuissance face à un système de santé mentale puissant et dominant qui se dirige par la psychiatrie. Après des décennies à recueillir cette information et à l'entreposer dans des classeurs, là où personne ne pouvait y accéder, le temps était venu pour OUR VOICE / NOTRE VOIX de cataloguer et exposer tous ces renseignements qui soulignent la manière dont NOUS nous levons et NOUS nous luttons en tant que personnes et collectivités afin de rééquilibrer NOTRE mieux-être.

Avec l'arrivée de l'étape qui marque la publication de notre 60^e numéro, l'occasion est propice pour la création et le lancement du **CENTRE INTERNATIONAL NOTRE VOIX POUR LES CONNAISSANCES ALTERNATIVES EN SANTÉ MENTALE** à Moncton, Nouveau-Brunswick, Canada. À l'intérieur d'un espace restreint transformé en bibliothèque, nous avons aménagé cette information dans quatre catégories : le Canada, les États-Unis, les autres pays et une catégorie qui porte une attention particulière sur le Nouveau-Brunswick. Notre province est dotée d'une richesse historique avec des récits épiques rédigés par ceux qui ont survécu les enjeux de la santé mentale. Avec de la participation des centres d'activité, de notre réseau provincial et d'autres moyens communautaires, il est essentiel que toutes ces connaissances soient :

- archivées pour faire partie de notre postérité;
- partagées aux fins d'inspiration;
- étudiées et que des recherches sont effectuées afin de faire progresser ce genre de données.

Malgré que cette semence soit à son début, **j'ai personnellement espoir que ce centre va servir de catalyseur pour édifier une banque de recherche et de savoirs.** J'espère que l'on puisse inciter les institutions d'enseignement supérieur à créer des partenariats qui pourraient nous aider à extraire l'essentiel de ce que NOUS désirons et dont NOUS avons besoin pour NOUS sentir mieux dans le monde réel. Ce transfert des connaissances à différentes situations ne peut qu'aider à promouvoir nos propres « savoir-faire » en santé mentale. Ce n'est que par ces moyens que nous pouvons transformer et créer des racines immuables au sein d'une narration qui éloigne les gens incompris et que nous aimerions souvent oublier.

Document Content at the National Symposium on Alternative Mental Health Knowledge (2015)
Contenu des documents au Symposium national sur les connaissances alternatives en santé mentale

Tenons compte ce que la survivante, Judi Chamberlin prononçait en 1978 comme vision et préface à nos propos d'aujourd'hui :

Pendant trop longtemps, on a perçu les malades mentaux comme étant sans visage et sans voix. Au pire, on nous voyait inférieurs à l'état humain – c'est-à-dire comme des monstres. À son mieux : comme des estropiés pathétiques ... C'est seulement avec l'émergence et la croissance du mouvement de libération des psychiatisés que nous, les ex-patients, avons commencé à secouer cette image déformée et à nous voir tels que nous sommes – une collectivité de personnes avec des forces et des faiblesses, des capacités et des besoins, et des représentations qui nous appartiennent. ... Nos notions de la psychiatrie, sur la nature de la soi-disant maladie mentale, et sur des meilleures approches à venir en aide à ceux et celles qui subissent des détresses émotives, diffèrent considérablement de ceux des aidants professionnels de la santé mentale.

On Our Own: Patient Controlled Alternatives to the Mental Health System

Comme l'a remarqué la militante Margaret Fuller « Si vous avez la connaissance, laissez les autres y allumer leurs bougies ». C'est l'invitation qui est envoyée aux universitaires et aux autres militants communautaires :

- ◆ reconnaissez ce que nous possédons;
- ◆ diffusez ce que nous connaissons;
- ◆ utilisez ce centre en tant que point de référence;
- ◆ aidez-nous à célébrer notre existence au sein de la communauté.

Je serai le premier à l'admettre : l'espace qu'occupe le Centre international Notre Voix pour les connaissances alternatives en santé mentale est très restreint, mais sa vision dispose d'un potentiel énorme. Comme le disait l'auteur, Terry Goodkind, « La connaissance est une arme. J'ai l'intention d'être armé jusqu'aux dents ». C'est à cette armée que je vous invite à vous joindre avec un esprit ouvert. Ensemble, nous pouvons créer une révolution des idées à l'égard de la santé mentale!

Sincèrement,

Eugène LeBlanc,

Vous êtes invités de prendre part à un symposium national d'une journée qui aura lieu samedi le 2 mai, 2015 à Moncton au Nouveau-Brunswick Voir affiche promotionnelle et feuillet d'information sur les conférenciers. INSCRIVEZ-VOUS TÔT - IL N'Y A QUE 100 SIÈGES DISPONIBLES.

OUR VOICE NOTRE VOIX



VIEWPOINTS OF THE PSYCHIATRIZED SINCE 1987 / POINTS DE VUE DES PSYCHIATRISÉS DEPUIS 1987

National Symposium on Alternative Knowledge in Mental Health



Symposium national sur les connaissances alternatives en santé mentale

MAY 2 MAI 2015

Moncton, New / Nouveau-Brunswick, CANADA

Document Content at the National Symposium on Alternative Mental Health Knowledge (2015)
Contenu des documents au Symposium national sur les connaissances alternatives en santé mentale