

Prise II
Programmation de l'automne

Du 28 septembre au 4 décembre 2026

inscriptions en cours

La démarche

- J'arrive
- Le WRAP: l'intégrer au jour le jour!
- PAAS à l'action
- Au-delà du travail, des pas vers l'action

Le volet thérapeutique

- La communication: D'abord, je m'écoute
- Pratiques d'autocompassion
- Habiter notre phare intérieur
- Approfondir nos relations avec nos parties intérieures
- Consolider nos relations avec nos parties intérieures

Les arts

- Écriture créative
- DécART
- Démarche artistique
- Expositions & sorties

Les approches corporelles

- Clinique d'acupuncture sociale
- Yoga, Corps et Voix
- Danser en ligne, sourire ensemble!

L'entraide

- Apprivoisons nos voix : *atelier pour entendeurs de voix*
- Les voix libres: *espace pour socialiser entre entendeurs de voix*
- SIPP : Groupes d'entraide
- Dialogue sur la spiritualité

La vie associative

- Grandes conférences de l'Alternative
- Séances d'information et de discussion
- Assemblée des membres
- Journée internationale des entendeurs de voix
- Fêtes et sorties

Projet Nouveaux Horizons 55 +

- des ateliers d'art et d'artisanat
- des espaces d'entraide
- des outils pour reconnaitre les arnaques et du soutien informatique

Les membres du programme thérapeutique régulier sont invités à discuter de leur choix d'activités avec leur intervenant.e assigné.e avant de s'inscrire. Si vous n'avez pas pu rencontrer votre intervenant.e avant le début de l'atelier, nous vous invitons à tout de même vous présenter à la première rencontre. Pour plus d'informations sur l'inscription, voir à la fin du document.



Prise II
Programmation de l'automne
Du 28 septembre au 4 décembre 2026

inscriptions en cours

DESCRIPTION DES ACTIVITÉS

LA DÉMARCHE

J'ARRIVE !

Cet atelier a pour but de faciliter l'arrivée et l'intégration des nouveaux membres à Prise II. C'est un groupe d'appartenance qui permet d'apprivoiser la démarche de group, d'en apprendre davantage sur les activités et les pratiques privilégiées au sein de l'organisme ains que l'approche alternative en santé mentale. De plus, l'atelier J'ARRIVE favorise le partage d'expérience personnelle dans un esprit d'ouverture à l'autre et de respect.

Les mercredis de 13h30 à 15h30 en présence
Du 30 septembre au 2 décembre 2026
Réservé aux nouveaux membres de Prise II

LE WRAP, L'INTÉGRER AU JOUR LE JOUR !

Un plan d'action axé sur le mieux-être et le rétablissement (suite)

Vous avez participé à l'atelier WRAP le printemps dernier ? Cet espace de retrouvailles est conçu spécialement pour vous !

Un plan WRAP devient véritablement vivant lorsqu'on le fait vibrer dans notre quotidien. Cet atelier de suivi est l'occasion parfaite de passer de la théorie à la pratique grâce à la force de l'entraide.

Venez échanger, partager vos réussites et surmonter vos défis ensemble. Quoi de mieux que le soutien de vos pair.es pour propulser votre mieux-être, enrichir vos stratégies et faire vivre votre plan au jour le jour ?

Au programme de cet atelier : du partage d'expériences sur l'utilisation de votre plan depuis le printemps, du co-développement et astuces concrètes pour intégrer vos outils au quotidien, et du soutien mutuel et bienveillant entre participant.es.

Le WRAP (Wellness Recovery Action Plan) est une approche alternative incontournable à mettre en pratique afin qu'elle nous accompagne tout au long de notre démarche à Prise II.

Les jeudis de 13h30 à 15h30 en présence
Du 1er octobre au 3 décembre 2026
Réservé aux membres de Prise II initiés aux notions de base du WRAP



Prise II
Programmation de l'automne
Du 28 septembre au 4 décembre 2026



PAAS À L'ACTION

Les rencontres de cet atelier sont à l'intention des personnes inscrites au programme PAAS-Action avec Emploi-Québec. C'est une invitation à prendre part et s'investir dans une démarche de groupe où l'on échange sur son expérience. C'est un lieu de partage, de réflexion, d'action et d'appartenance. C'est aussi l'occasion d'être soutenus dans l'élaboration d'un projet personnel et dans l'atteinte de ses objectifs.

Les mercredis de 10h à 12h en présence
Du 9 septembre au 9 décembre 2026 – relâche le 2 décembre 2026
Réservé aux participants du programme PAAS-Action

DES PAS POUR VOTRE ACTION

À la recherche d'une forme de travail, d'un type d'implication qui aura du sens pour vous ? Venez continuer d'explorer à travers différentes activités, échanges et réflexions les mille et une avenues du travail.

Les jeudis de 13h30 à 15h30 en présence
Du 1er au 22 octobre 2026
Réservé aux membres de Prise II

LE VOLET THÉRAPEUTIQUE

LA COMMUNICATION : D'ABORD JE M'ÉCOUTE

La communication consciente est un outil pour faciliter nos échanges, bien sûr, mais avant tout, elle nous apprend à être à l'écoute de notre monde intérieur. Elle nous invite à nous connecter avec nos sentiments, besoins et aspirations, pour finalement pouvoir transmettre à l'autre avec honnêteté et authenticité ce que nous voulons dire.

Cet atelier vise à faire une introduction à la théorie de la communication consciente, avec un accent particulier sur l'écoute de soi. À travers des explorations guidées, nous apprendrons à nous connecter à ce qui nous habite, afin de cultiver une présence plus consciente et une relation plus juste avec nous-mêmes.

Les vendredis de 10h à 12h en présence
Du 2 octobre au 4 décembre 2026
Réservé aux membres de Prise II



Prise II
Programmation de l'automne
Du 28 septembre au 4 décembre 2026



HABITER NOTRE PHARE INTÉRIEUR
S'ancrer dans le SOI et éclairer nos parties

Prenez une pause pour vous connecter à votre essence profonde. Inspiré de l'approche IFS (Internal Family Systems), cet atelier de 5 rencontres offre un espace bienveillant pour toucher au Soi, une étape essentielle pour entrer en relation avec nos différentes Parties. À travers la créativité, l'écriture, des pratiques méditatives et le jeu, vous découvrirez des avenues concrètes pour retrouver le chemin vers votre propre phare intérieur. Le Soi est déjà en vous ; cet espace vous aide simplement à y accéder.

Bien que cet atelier s'inscrive dans la suite de l'atelier « *Explorons les qualités du Soi* », aucun prérequis n'est nécessaire. Les bases de l'approche IFS ne sont pas exigées : vous êtes tous et toutes les bienvenu.es. Au programme : Douceur, réflexion et pratiques pour goûter à la présence du Soi au quotidien.

Les mardis de 13h30 à 15h30 en présence
Du 29 septembre au 27 octobre 2026
Réservé aux membres de Prise II

APPROFONDIR NOS RELATIONS AVEC NOS PARTIES INTÉRIEURES
Explorer plus loin avec l'approche IFS

Cet atelier inspiré du livre Self-thérapie de Jay Earley, propose une nouvelle façon de comprendre notre monde intérieur qui nous aide à résoudre nos difficultés psychologiques et relationnelles. Cet atelier se veut une suite de l'introduction "*À la rencontre de nos parties intérieures*" offert l'hiver et le printemps dernier. Nous approfondirons les bases de cette approche novatrice selon un modèle favorisant une exploration graduelle des différentes parties de soi-même tout en développant un leadership basé sur les qualités du Soi. Chacune des rencontres proposera des éléments de compréhension du modèle, combinés à des exemples vécus et à des exercices concrets vous permettant de pratiquer de façon autonome les outils puissants et transformateurs de cette approche profondément inspirante.

Cet atelier est réservé aux participants ayant suivi l'atelier "*À la rencontre de nos parties intérieures*"

Les mardis de 13h30 à 15h30 en présence
Du 3 novembre au 1er décembre 2026
Réservé aux membres de Prise II ayant une base de l'approche IFS



Prise II
Programmation de l'automne
Du 28 septembre au 4 décembre 2026



CONSOLIDER NOS RELATIONS AVEC NOS PARTIES INTÉRIEURES

Cet atelier inspiré du livre Self-thérapie de Jay Earley, propose une nouvelle façon de comprendre notre monde intérieur qui nous aide à résoudre nos difficultés psychologiques et relationnelles. Cet atelier sera axé sur la cartographie de nos parties intérieures, tout en proposant divers exercices concrets permettant d'approfondir et de pratiquer de façon autonome les puissants outils de l'approche. Ce sera aussi l'occasion d'échanger sur les défis et les expériences rencontrés lors de vos pratiques personnelles. L'atelier s'adresse aux participant.es déjà initié.es à l'approche IFS (Système Familial Intérieur).

Les vendredis de 10h30 à 15h en présence
Les 2 octobre, 6 novembre, et 4 décembre 2026
Réservé aux membres de Prise II déjà initié.es à l'approche IFS

PRATIQUES D'AUTOCOMPASSION

L'autocompassion vise à développer l'accueil et la bienveillance envers soi. Cette pratique offrira un point de vue différent sur les émotions difficiles et les expériences de stress. Les séances débutent et se terminent par différents exercices basés sur la méditation par la pleine conscience et l'autocompassion, entrecoupées par des périodes de questions où les participants peuvent faire des demandes de clarification ou encore partager leurs expériences.

Les mardis de 10h30 à 11h30 sur Zoom (accueil 10h25)
Du 29 septembre au 1ier décembre 2026
Ouvert aux membres de Prise II et de la communauté



Prise II
Programmation de l'automne
Du 28 septembre au 4 décembre 2026



LES APPROCHES CORPORELLES

YOGA, CORPS ET VOIX

Un atelier de yoga doux où les postures, la respiration, les sons, la parole, l'écriture et le silence s'unissent pour favoriser l'apaisement, la connexion à soi et l'équilibre intérieur.

Les postures et le souffle ouvrent la voie à l'expérience des sons et des vibrations. Chacun.e est invité.e à relâcher les tensions, à apaiser le mental, à développer la confiance en soi et à cultiver une plus grande harmonie avec soi-même et avec les autres.

Une invitation à jouer avec sa voix, à retrouver le plaisir de s'exprimer et à découvrir des outils simples favorisant la détente, l'ancrage et le mieux-être.

Les lundis de 10h à 12h en présence
Du 28 septembre au 30 novembre 2026 – relâche le 12 octobre 2026
Réservé aux membres de Prise II

DANSER EN LIGNE, SOURIRE ENSEMBLE !

Un atelier de danse en ligne de niveau débutant, sociale ou country, proposé sur des musiques entraînantes et accessibles à toustes. La danse en ligne offre de nombreux bienfaits, tant pour le corps que pour l'esprit. Elle favorise le plaisir de bouger, la coordination, la mémoire et le bien-être général. L'atelier est animé par une personne passionnée par la danse depuis plus de vingt ans. Cette expérience sera transmise avec énergie, enthousiasme et en toute simplicité.

Des pas simples, de la musique et du mouvement : chaque rencontre propose un petit défi facile à relever, dans une ambiance conviviale, ludique et sans pression. Ici, le sourire fait partie de la chorégraphie.

Les vendredis de 13h30 à 15h en présence
Du 2 octobre au 4 décembre 2026
Réservé aux membres de Prise II



Prise II
Programmation de l'automne
Du 28 septembre au 4 décembre 2026



CLINIQUE D'ACUPUNCTURE SOCIALE

Prise II est heureux d'offrir deux cliniques d'acupuncture solidaires NADA par semaine. Le protocole NADA est une procédure de cinq points d'acupuncture au niveau des oreilles, reconnue pour agir sur le stress, l'anxiété, la dépression, les comportements compulsifs, les effets de sevrage et les impacts du trauma en mobilisant les processus naturels d'apaisement et de résilience de la personne. Les traitements d'acupuncture qui se donnent en groupe durent entre 15 et 40 minutes, selon les besoins de chacun. Les participant.e.s qui le souhaitent peuvent faire plus d'une séance par semaine. Aucun engagement à long terme n'est requis.

Les mardis de 10h à 12h en présence
Les jeudis de 15h45 à 17h45 en présence
Du 8 septembre au 3 décembre 2026
Ouvert aux membres de Prise II, de l'Espace jeunes et de la communauté

LES ARTS

DÉCART
Un atelier d'art : une pause créative

DécArt est un atelier d'exploration en arts plastiques où la créativité s'exprime au rythme de projets individuels et collectifs s'articulant autour d'une thématique. Dans un cadre chaleureux et profondément bienveillant, vous êtes invité·e à laisser libre cours à votre imagination tout en prenant le temps de vous ancrer dans le moment présent.

Cet atelier est une véritable invitation à créer de vos mains et à expérimenter une grande variété de matières et de techniques artistiques. C'est l'occasion idéale de vous déposer, d'apaiser le mental et de ralentir, tout en explorant votre univers intérieur pour mieux vous connaître par le biais du geste créateur.

Au fil de l'année, vos œuvres auront également le pouvoir de voyager. À l'occasion de différentes fêtes et événements, vos créations seront exposées au grand jour au sein de l'organisme. Elles contribueront ainsi à embellir, à colorer et à enchanter le quotidien de la communauté de Prise II. Aucune expérience ou compétence artistique n'est requise : venez simplement avec votre curiosité !

Les mardis de 10h à 12h ou de 13h30 à 15h30 en présence
Du 29 septembre au 1er décembre 2026
Réservé aux membres de Prise II



Prise II
Programmation de l'automne
Du 28 septembre au 4 décembre 2026



DÉMARCHE ARTISTIQUE
Une rencontre de soi par l'art

L'atelier de démarche artistique est un espace de création bienveillant qui utilise l'art comme un puissant outil de connaissance de soi. Il devient un lieu privilégié d'expériences artistiques, personnelles et relationnelles, où le processus créatif favorise l'exploration douce de son monde intérieur. Que vous souhaitiez approfondir votre recherche plastique ou explorer une toute nouvelle technique, chaque geste devient un moyen d'aller à votre propre rencontre. Venez laisser s'exprimer votre créativité par la couleur, le rythme, les lignes et les formes, tout en prenant le temps d'être pleinement présent à l'instant et à vous-même.

Tout au long de la session, des réflexions inspirantes sur des thèmes variés ainsi que des projets artistiques thématiques vous seront proposés pour nourrir votre imaginaire. Vous serez également invité**.**e à réaliser un projet personnel, soit la création d'une ou de plusieurs œuvres d'art développées selon le médium et la technique de votre choix. La préparation et la réalisation d'une exposition collective font partie intégrante des objectifs de cet atelier. Cet horizon stimulant vous permettra de célébrer votre parcours et de partager fièrement vos créations avec l'ensemble de la communauté.

Les jeudis de 10h à 12h et 13h30 et 15h30 en présence
Réservé aux membres de Prise II
Du 28 septembre au 3 décembre 2026 – relâche 12 octobre 2026

ÉCRITURE CRÉATIVE

Cet atelier d'écriture propose différents exercices dans le but d'éveiller votre créativité, de réfléchir à certains sujets plus en profondeur et d'explorer vos sens. De la tempête de mots en passant par la musique et l'observation, vous serez appelés à explorer l'écriture sous divers angles pour vous propulser dans votre imaginaire. L'ambiance se veut décontractée et invite aux échanges bienveillants. Vous pourrez toujours choisir de partager ou pas vos textes.

Les lundis de 10h à 12h sur Zoom (accueil 9h55)
Du 28 septembre au 7 décembre 2026 – relâche le 12 octobre 2026
Ouvert aux membres de Prise II et de la communauté



Prise II
Programmation de l'automne
Du 28 septembre au 4 décembre 2026



ART LIBRE

Vous savez que faire de l'art vous fait du bien? Vous avez envie de laisser libre court à votre créativité? Sachez que l'atelier d'art est disponible pendant la semaine, profitez-en.

Les lundis et les mercredis de 9h30 à 12h
Les vendredis de 9h30 à 15h30
Du 28 septembre au 4 décembre 2026
Réservé aux membres de Prise II et de l'Espace Jeunes

L'ENTRAIDE

GROUPE SIPP : *LES SIPPIENNES*

Destiné au premier groupe d'entraide déjà constitué et formé au Soutien intentionnel par les pairs (SIPP), les rencontres se poursuivent afin d'approfondir la pratique de cette forme d'entraide spécifique. Les Sippiennes visent à trouver un équilibre entre la guérison du passé et l'actualisation de leurs rêves et aspirations, vers lesquels elles tendent.

Les vendredis de 13h30 à 15h30 sur Zoom
Du 2 octobre au 4 décembre 2026
Réservé aux personnes avec une formation SIPP avancée

GROUPE SIPP : *LES FRANFRELUCHES*

L'entraide au sein du groupe de Soutien Intentionnel Par les Pairs (SIPP) se poursuit activement et sera ponctuée de nouveaux enseignements tirés de cette approche bienveillante.

Cet atelier est exclusivement réservé aux Fanfreluches, le nom choisi avec soin par les participant.es de ce deuxième groupe SIPP. Il s'agit d'un clin d'œil délicat à Mme Yaroshevskaya, grande amoureuse des récits, pour qui les histoires portaient autant dans ce qui se disait tout haut que dans ce qui restait subtilement en filigrane. Dans cet espace d'entraide chaleureux, ce sont précisément ces histoires non dites qui trouvent écho, révélées avec respect par l'écoute, la résonance et le soutien réciproque.

Les lundis de 13h30 à 15h30 en présence
Du 28 septembre au 16 novembre 2026 – relâche le 12 octobre 2026
Réservé aux personnes du 2e groupe SIPP



Prise II
Programmation de l'automne
Du 28 septembre au 4 décembre 2026



APPRIVOISONS NOS VOIX
Atelier pour entendeurs de voix

Cet atelier offre un espace sécuritaire et bienveillant, où ensemble nous démystifierons le phénomène des voix ou d'autres perceptions pour les apprivoiser tout en douceur, sans rien forcer. Diverses stratégies seront explorées, expérimentées afin de faciliter l'appropriation du pouvoir sur ses voix et sa vie : des outils pour mieux vivre avec ses phénomènes, et à partager éventuellement avec son entourage. Il y aura aussi de la place pour le partage d'expérience tout en respectant les croyances et le rythme de chacun.

Les lundis de 13h à 14h45 en présence
Du 28 septembre au 30 novembre 2026 -– relâche le 12 octobre 2026

Les lundis de 15h à 16h30 sur Zoom
Les 28 septembre, 19 et 26 octobre, 9, 16, 23, et 30 novembre, 14 décembre2026
Ouvert à tous les entendeurs de voix et les percepteurs de sens

---

LES VOIX LIBRES
Un espace pour socialiser entre entendeurs de voix

Vous entendez des voix ou vivez des perceptions sensorielles particulières ? Vous avez envie de briser l'isolement, de jaser et de passer un bon moment avec d'autres personnes qui partagent cette réalité ? Prise II vous invite chaleureusement à son tout nouvel espace d'échange virtuel : **Les Voix Libres**. Un rendez-vous mensuel conçu pour parler, s'amuser et échanger entre entendeurs de voix. Ce projet ne se veut pas un espace thérapeutique, mais définitivement un **l**ieu bienveillant, chaleureux et sécuritaire axé sur l'entraide et le plaisir de connecter.

Parce qu'entendre des voix ne signifie pas que l'on ne peut pas rire ! Ici, on mise sur la légèreté, le partage d'astuces du quotidien et le divertissement. C'est un espace privilégié pour nourrir le sentiment d'appartenance et créer des liens solides au sein de notre communauté. C'est un rendez-vous sans chichi, où l'on se retrouve simplement pour le plaisir d'être ensemble.

Un espace à notre image : Ce groupe se veut vivant et collaboratif. Chacun est libre d'apporter ses idées, ses suggestions de thèmes ou de jeux pour co-construire et faire évoluer cet espace ensemble, au fil des mois.

Flexibilité totale : Aucun engagement à long terme requis. Vous venez quand vous êtes disponible et que vous en avez envie ! Ouvert à tous les entendeurs de voix et percepteurs de sens du Québec. Que vous participiez déjà ou non à un groupe d'entendeurs de voix, vous êtes la bienvenue !

Les lundis de 18h30 à 20h sur Zoom
Le 1er lundi de chaque mois : 5 octobre, 2 novembre et 7 décembre 2026
Ouvert à tous les entendeurs de voix et les percepteurs de sens



Prise II
Programmation de l'automne
Du 28 septembre au 4 décembre 2026



DIALOGUE SUR LA SPIRITUALITÉ

Dans l'esprit du dialogue et de l'entraide, nous échangerons sur des questions qui abordent notre vie spirituelle sous toutes ces formes. Les discussions peuvent être philosophiques et profondes, un souci est toujours porté à l'espace sécuritaire et au respect du rythme et des croyances de chacun. Ce sera l'occasion d'honorer nos histoires, partager nos vécus et célébrer nos différents parcours vers la quête de Soi.

Les vendredis de 10h à 12h en présence
Les 16 octobre, 13 novembre, 11 décembre 2025
Réservé aux membres de Prise II

LA VIE ASSOCIATIVE

PROJET NOUVEAUX HORIZONS 55+

Un tout nouveau projet prend vie à Prise II ! **Nouveaux Horizons 55+** est une initiative visant à se mobiliser autour du bien-être, de l'expression et de l'autonomie des aîné.es. Que ce soit pour rester connecté.e grâce au soutien informatique, prendre du leadership à travers l'art et l'artisanat, ou créer des espaces d'entraide, ce projet s'adaptera à vos aspirations afin de renforcer l'esprit de communauté.

Plus d'informations seront partagées lors de la consultation et séance d'information destinée aux personnes de 55 ans et plus, qui aura lieu le jeudi 17 septembre 2026. Ce sera l'occasion idéale pour en apprendre davantage sur cette belle initiative.

Activités proposées à venir
Réservé aux membres de Prise II

GRANDES CONFÉRENCES DE L'ALTERNATIVE

En collaboration avec le RRASMQ et ÉRASME, Prise II poursuit son implication dans l'organisation des Grandes conférences de l'alternative qui ont lieu sur Zoom. Ces conférences ouvertes à la communauté, ont pour objectif de faire connaître et d'approfondir des approches alternatives, s'inspirer de ce qui se fait ailleurs et de développer une perspective critique.

- 23 septembre 2026 : Introduction à l'eCPR par Monique Caissie
- 28 octobre 2026 : (In)justices thérapeutiques et l'ombre de l'État carcérale par Emmanuelle Bernheim (titre à confirmer)

Vous pouvez déjà réserver ces dates suivantes pour les prochaines conférences. Plus d'informations vous seront transmises par le biais de l'infolettre.

Conférences les mercredis 13h30 à 15h sur Zoom (accueil 13h15)
Réservé aux membres de Prise II et de la communauté



Prise II
Programmation de l'automne
Du 28 septembre au 4 décembre 2026



ASSEMBLÉE DES MEMBRES DU PROGRAMME RÉGULIER ET DE L'ESPACE PRO

Rencontres d'information avec les délégués des membres pour en savoir plus sur ce qui se passe au Centre, poser des questions, commenter et prendre des décisions. Une assemblée des membres aura lieu cet automne. *Nous vous informerons de la date prochainement.*

ESPACES DE CONSULTATION

Des rencontres auront lieu afin de vous informer et de vous consulter sur différents sujets mais tout particulièrement sur les activités que vous souhaitez voir à la programmation. *Nous vous informerons des dates prochainement.*

D'autres activités pourront venir se greffer à la programmation de la session. Les détails vous seront communiqués. Si vous avez des suggestions d'activités ou de thèmes à aborder lors d'une conférence, n'hésitez pas à communiquer avec Lisa Benisty ou Nathalie Godfrind.

INFORMATIONS ADDITIONNELLES

Soutien aux études et soutien préparatoire
Vous êtes actuellement aux études ou vous y songez ? Ce volet vise à répondre à vos besoins particuliers, d'accompagnement, de soutien, de renseignement, et d'orientation. Pour plus d'information, contactez Julie Barbier ou par courriel soutienauxetudes@prise2sm.ca

Soutien au bénévolat et à la recherche d'emploi
Dans le cadre d'une démarche de réflexion, à l'aide de rencontres individuelles et éventuellement d'ateliers de groupe, venez explorer vos intérêts, identifier vos compétences professionnelles, explorer le marché du travail, les lieux d'implication et les offres de bénévolat. Pour plus d'information, contactez votre intervenant.e.



Prise II
Programmation de l'automne
Du 28 septembre au 4 décembre 2026



Programme PAAS Action
Prise II offre un programme PAAS-Action (Programme d'aide et d'accompagnement social) en cohérence avec ses valeurs, qui permet aux participants d'améliorer leur situation et d'aller de l'avant dans leur cheminement personnel, social et professionnel. Pour plus d'information, contactez Diane Dauphinais ou par courriel info@prise2sm.ca

Soutien à la démarche artistique
Tout au long de la session, des suivis individuels sont offerts afin d'accompagner chaque membre avec bienveillance dans son parcours artistique et la réalisation de ses objectifs personnels. Ces moments privilégiés de retour et de réflexion permettent de mettre en lumière le processus créatif vécu, tout en accueillant et en comprenant mieux les défis rencontrés à chaque étape du cheminement. Pour plus d'information, contactez Marie-Andrée Rho.

Soutien aux entendeurs de voix
Du soutien individuel aux entendeurs de voix et aux percepteurs de sens est aussi offert au besoin. Veuillez adresser votre demande à Nathalie Godfrind ou par courriel nathaliegodfrind@prise2sm.ca

Soutien à la Gestion Autonome de la Médication (GAM)
Du soutien individuel aux personnes qui entament une démarche GAM est aussi offert au besoin. Veuillez adresser votre demande à votre intervenant.e.

Soutien par l'approche Dialogue ouvert (Open dialogue)
L'approche Open Dialogue propose la création d'un espace sécuritaire pour traverser ensemble les crises ou les défis de vie. Ici, la relation au cœur du soin, en réunissant autour de vous votre cercle de confiance (famille, amis, proches), et si nécessaire, les professionnels qui vous soutiennent déjà. C'est un espace où chaque voix est écoutée sans jugement, permettant de restaurer un dialogue, non sur vous, mais avec vous. Dans cette approche horizontale et transparente, l'expertise de chacun est valorisée afin de transformer les moments difficiles en levier de changement et faire émerger des solutions qui font réellement sens pour vous. Pour plus d'information, contactez votre intervenant.e ou encore par courriel communication@prise2sm.ca

MEMBRES DE LA COMMUNAUTÉ

Les membres de la communauté sont des personnes qui ne sont pas membres de Prise II mais qui partagent ou manifestent un intérêt aux valeurs de l'Alternative et respectent les façons de faire de l'organisme. Chacune des personnes qui souhaite participer à nos activités sera préalablement rencontrée par un membre de l'équipe.

Pour s'inscrire, les nouveaux membres doivent prendre contact avec Nathalie Godfrind par courriel (communication@prise2sm.ca) ou par téléphone (514-858-0111).



Prise II
Programmation de l'automne
Du 28 septembre au 4 décembre 2026



INSCRIPTIONS

Inscrivez-vous en complétant le formulaire ci-joint. Un formulaire d'inscription en ligne est aussi disponible sur le site de Prise II www.prise2sm.org

Vous pouvez aussi vous inscrire en nous écrivant à **communication@prise2sm.ca** ou en nous téléphonant au **514 858-0111,** demandez Nathalie Godfrind. Les membres de Prise II peuvent aussi s'adresser à leurs intervenant.es respectif.ves.

- Une fois inscrit, vous recevrez un courriel de confirmation avec les instructions pour vous connecter à Zoom ou pour venir en présence. Les courriels de confirmation seront envoyés au plus tard la veille de la première rencontre de l'atelier.
- Les liens Zoom seront valides tout au long de la session.
- Il est aussi possible de participer aux ateliers en ligne par téléphone seulement (sans internet).
- Du soutien technique peut être offert aux personnes qui en font la demande.
- Lorsque l'atelier est offert en mode hybride, les participants peuvent assister en présence ou virtuellement.
- Les personnes souhaitant participer aux ateliers en présence devront s'engager à respecter le protocole sanitaire de Prise II qui a été révisé et ajusté.

Aucune date limite d'inscription

- Il est toujours possible de se joindre à certains ateliers en cours de session si la nature de l'atelier le permet et qu'il reste des places disponibles.
- Les ateliers et les conférences sont gratuits.

Absence

L'assiduité est importante pour tirer un maximum de votre expérience de l'atelier mais aussi pour la cohésion du groupe. Nous comprenons cependant que des empêchements peuvent survenir, nous apprécions toujours être informés si vous ne pouvez pas être présent.e, et ce, peu importe la raison.

Si vous devez vous absenter d'un atelier auquel vous êtes inscrits, nous vous prions de bien vouloir le communiquer à l'animateur.trice en laissant un message à la réception.

Aussi, si vous vous rendez compte qu'un atelier que vous avez choisi ne vous correspond pas, nous vous invitons à en discuter avec l'animateur.trice ou encore, à votre intervenant.e assigné.e.