

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Yoga, Corps et Voix Marjolaine 10h à 12h du 28 sept. au 30 nov. - relâche 12 oct. **Prise II** salle de formation	**Clinique d'acupuncture sociale** Judith 10h à 12h du 8 septembre au 1er décembre **Prise II & Communauté** salle de formation			**La communication** **D'abord, je m'écoute!** Roberta du 2 octobre au 4 décembre 10h à 12h **Prise II** salle de formation
Écriture créative Julie 10h à 12h du 28 sept. au 7 déc. - relâche 12 oct. **Prise II & Communauté** Zoom : 519-722-5110	**DécART** **un atelier d'art: un espace créatif** Marie-Andrée 10h à 12h du 29 septembre au 1er décembre **Prise II** salle d'art	**PAAS à l'Action** Line 10h à 12h du 9 sept. au 9 déc. - relâche 2 déc. **Prise II** SolARTium	**Démarche Artistique** **une rencontre de soi par l'art** Marie-Andrée Groupe B: 10h à 12h du 1er octobre au 3 décembre **Prise II** salle d'art	**Consolider nos relations avec nos parties intérieures** Normand / Nathalie 2 octobre, 6 novembre, 4 décembre 10h30 à 15h **Prise II** salle de formation
Art libre 9h30 à 12h **Prise II** salle d'art	**Pratiques d'autocompassion** Gabriel 10h30 à 11h30 du 29 septembre au 1er décembre **Prise II & Communauté** Zoom : 519-722-5110	**Art libre** 9h30 à 12h **Prise II** salle d'art		**Dialogue sur la spiritualité** Catherine 10h à 12h 16 octobre, 13 novembre, 11 décembre **Prise II** salon
Groupe SIPP: Les Franfreluches Dayna 13h30 à 15h30 du 28 sept. au 16 nov.- relâche 12 oct. **Prise II** salle de formation	**DécART** **un atelier d'art: un espace créatif** Marie-Andrée 13h30 à 15h30 du 29 septembre au 1er décembre **Prise II** salle d'art	**J'arrive** Winter 13h30 à 15h30 30 septembre au 2 décembre **Prise II** cafétéria	**Démarche Artistique** **une rencontre de soi par l'art** Marie-Andrée Groupe C: 13h30 à 15h30 du 1ier octobre au 3 décembre **Prise II** salle d'art	**Danser en ligne,** **sourire ensemble !** Ginette 13h30 à 15h du 2 octobre au 4 décembre **Prise II** cafétéria
Apprivoisons nos voix **Atelier pour entendeurs de voix** Nathalie 13h à 14h45 du 28 sept au 30 nov - relâche 12 oct. **Prise II & Communauté** salon	**Habiter notre phare intérieur** **S'ancrer dans le Soi et éclairer nos parties** Nathalie du 29 septembre au 27 octobre 13h30 à 15h30 **Prise II** salle de formation	**Grandes conférences de l'Alternative** Prise II - RRASMQ - Érasme 23 septembre, 28 octobre 13h30 à 15h **Prise II & Communauté** sur Zoom (ID à confirmer)	**Au-delà du travail:** **Des pas vers l'action** Line 13h30 à 15h30 1er, 8, 15 et 22 octobre 2026 **Prise II** Salon	**Groupe SIPP: Les Sippiennes** Céline & Dayna 13h30 à 15h30 du 2 octobre au 4 décembre **Prise II** Zoom : 776-709-8565
Apprivoisons nos voix **Atelier pour entendeurs de voix** Nathalie 15h à 16h30 28 sept, 19 & 26 oct, 9, 16, 23 & 30 nov, 14 déc **Prise II & Communauté** Zoom : 519-722-5110	**Approfondir nos relations avec nos parties intérieures** **Aller plus loin avec IFS** Normand & Nathalie du 3 novembre au 1er décembre 13h30 à 15h30 **Prise II** salle de formation		**Le WRAP: l'intégrer au jour le jour!** **Plan d'action axé sur** **le mieux-être et rétablissement (la suite)** Céline 13h30 à 15h30 du 1ier octobre au 3 décembre **Prise II** salle de formation	**Art libre** 9h30 à 15h30 **Prise II** salle d'art
Les Voix Libres **Espace pour entendeurs de voix et percepteurs de sens** Nathalie 18h30 à 20h 5 octobre, 2 novembre, 7 décembre **Prise II & Communauté** Zoom : 519-722-5110			**Clinique d'acupuncture sociale** Élodie 15h45 à 17h45 du 10 septembre au 3 décembre **Prise II & Communauté** salle de formation	