Programmation d'été
JUILLET 2020

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
FERMÉ	30 Lancement de la programmation	**1** FERMÉ	**2** 10h00 à 12h **Groupe PAAS-Action** **	**3** 10:30 à 12:00 **Ruche d'art** Atelier d'art
6 FERMÉ	7 10h00 à 12h **Groupe de partage:** On se donne des nouvelles ** _____ 13h30 à 15h30 **Atelier d'écriture**	8 10h 00 à 11h **Pratique de méditation** _____ 12h30 à 16h **Sortie: Pique-nique et jeux Parc Nicolas-Viel** ** _____ 13h30 à 15h30 **Groupe d'entendeurs de voix**	9 10h00 à 12h **Art libre** ** _____ 10h00 À 12h **Groupe Par mille et un sens** ** _____ 10h00 à 12h **Groupe PAAS-Action** ** _____ 13h30 à 15h30 **Micro-ouvert**	10 13h30 à 15h30 Art structuré **Au parc de la Visitation** ** _____ 13h30 à15h30 **GAM**
13 FERMÉ	14 10h00 à 12h **Groupe de partage:** On se donne des nouvelles ** _____ 13h30 à 15h30 **Atelier d'écriture**	15 10h 00 à 11h **Pratique de méditation** _____ 12h30 à 16h **Sortie: Musé d'art contemporain** ** _____ 13h30 à 15h30 **Groupe d'entendeurs de voix**	16 10h00 à 12h **Art libre** ** _____ 10h00 À 12h **Groupe Par mille et un sens** ** _____ 10h00 à 12h **Groupe PAAS-Action** ** _____ 13h30 à 15h30 **Micro-ouvert**	17 10h30 à 12h **Ruche d'Art** Atelier d'art

**** : Activités réservées aux membres de Prise II**

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
20 FERMÉ	21 10h00 à 12h **Groupe de partage:** On se donne des nouvelles ** _____ 13h30 à 15h30 **Atelier d'écriture**	22 10h 00 à 11h **Pratique de méditation** _____ 12h30 à 16h **Sortie:** **Jardin botanique** ** _____ 13h30 à 15h30 **Groupe entendeurs de voix**	23 10h00 à 12h **Art libre** ** _____ 10h00 À 12h **Groupe** **Par mille et un sens** ** _____ 10h00 à 12h **Groupe** **PAAS-Action** ** _____ 13h30 à 15h30 **Micro-ouvert**	24 13h30 à 15h30 Art structuré **Au parc** **de la Visitation** ** _____ 13h30 à15h30 **GAM**
27 FERMÉ	28 10h00 à 12h **Groupe de partage:** On se donne des nouvelles ** _____ 13h30 à 15h30 **Atelier d'écriture**	29 10h 00 à 11h **Pratique de méditation** _____ 12h30 à 16h **Sortie:** **Cinéma Prise II** ** _____ 13h30 à 15h30 **Groupe d'entendeurs de voix**	30 10h00 à 12h **Art libre** ** _____ 10h00 À 12h **Groupe** **Par mille et un sens** ** _____ 10h00 à 12h **Groupe** **PAAS-Action** ** _____ 13h30 à 15h30 **Micro-ouvert**	31 10h30 à 12h **Ruche d'art** Atelier d'Art _____ 13h30 à 15h30 **Résilience,** **témoignages** **et outils**

**** : Activités réservées aux membres de Prise II**

Programmation d'été
AOÛT 2020

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
3 FERMÉ	4 FERMÉ	5 FERMÉ	6 FERMÉ	7 FERMÉ
10 FERMÉ	11 10h00 à 12h **Groupe de partage:** On se donne des nouvelles ** _____ 13h30 à 15h30 **Espace ludique**	12 11h30 à 16h **Sortie:** **Pique-nique et jeux** **Au Parc Lafontaine** **	13 10h00 à 12h **Art libre** ** _____ 10h00 à 12h **Groupe PAAS-Action** ** _____ 15h30 à 15h30 **Micro-ouvert**	14 13h30à 15h30 **GAM** _____ 13h30 à 15h30 Art structuré **Au parc de la Visitation** **
17 FERMÉ	18 10h00 à 12h **Groupe de partage:** On se donne des nouvelles ** _____ 13h30 à 15h30 **Espace ludique**	19 12h30 **Sortie:** **Cinéma IMAX** **	20 10h00 à 12h **Art libre** ** _____ 10h00 à 12h **Groupe PAAS-Action** ** _____ 15h30 à 15h30 **Micro-ouvert**	21 13h30 à 15h30 **Résilience, témoignages et outils**
24 FERMÉ	25 10h00 à 12h **Groupe de partage:** On se donne des nouvelles ** _____ 13h30 à 15h30 **Espace ludique**	26 10h à 15h **Sortie** **Découverte des murales** **	27 10h00 à 12h **Art libre** ** _____ 10h00 à 12h **Groupe PAAS-Action** ** _____ 15h30 à 15h30 **Micro-ouvert**	28 10h30 **Fête de fin d'été** **

**** : Activités réservées aux membres de Prise II**

Programmation d'été
SEPTEMBRE 2020

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
31 FERMÉ	01 10h00 à 12h **Groupe de partage:** On se donne des nouvelles ** _____ 13h30 à 15h30 **Espace ludique**	2	03 13h30 à 15h30 **GAM**	04

**** : Activités réservées aux membres de Prise II**

Descriptions des ATELIERS et SORTIES d'été

Inscription préalable requise par téléphone (514) 858-0111
ou par courriel à: prise2communication@gmail.com

On se donne des nouvelles
Ce groupe est un espace de partage, où vous pouvez venir vous donner des nouvelles, les bonnes comme les moins bonnes et où vous pouvez venir vous déposer. Un intervenant sera présent avec vous. **Ce groupe est réservé aux membres de Prise II**.

Atelier d'écriture
Venez découvrir le plaisir d'écrire, développer votre créativité et stimuler votre imaginaire. Aucune expérience requise, nul besoin d'être un pro de la grammaire ; seul le goût de vous amuser avec les mots et d'écrire autrement suffit. **Ce groupe est ouvert à tous.**

Pratique de méditation
Afin de poursuivre les bonnes habitudes acquises au cours des derniers mois, une pratique de méditation guidée, sera offerte tous les mercredis matin du mois de juillet. **Ce groupe est ouvert à tous.**

Groupe d'entendeurs de voix
Groupe offrant du soutien aux personnes expérimentant le phénomène des voix ou autres sens. Le but est de faciliter l'appropriation du pouvoir sur ses voix et sa vie. Partage | Échange de stratégies | Espoir | Entraide. **Ouvert à tous les entendeurs de voix / percepteurs de sens**. **Ouvert à tous les animateurs de groupe d'entendeurs de voix.**

Mille et un sens
Groupe offrant du soutien aux personnes expérimentant le phénomène des voix ou autres sens. Les rencontres viseront à s'entraider, à échanger des stratégies et à insuffler de l'espoir en cette période. Les rencontres auront lieu au téléphone et **sont réservées aux membres de Prise II**.

Art libre
Pour vous permettre de vous relier à d'autres personnes, de rester en mouvement, vous partagerez dans la tranquillité de votre maison, la joie de créer ensemble. Voilà toutes des bonnes raisons pour prendre vos crayons, pinceaux et couleurs et de laisser émerger votre créativité, en toute simplicité et dans le plaisir.
Ce groupe est réservé aux membres de Prise II.

Micro ouvert
C'est l'occasion de monter sur scène, directement de votre propre salon pour nous dévoiler vos talents : un poème, une chanson, un morceau de musique, une histoire, des blagues et pourquoi pas, quelques pas de danse ! Tout est permis ! **Ouvert à tous les artistes affirmés ou en devenir**.

Bienvenue à tous les spectateurs qui souhaitent encourager les artistes et se divertir.

PAAS-Action
Cet atelier vise à offrir aux participants du programme PAAS-Action un groupe d'appartenance et de soutien afin d'échanger sur leur situation actuelle. **Ce groupe est réservé aux membres de Prise II.**

Art structuré

Ruche d'Art sur Zoom

Venez vous joindre à une expérimentation artistique en collaboration avec les Ruches d'art. C'est l'occasion de se joindre à un espace de partage de connaissances, de création artistique et de dialogue. Notez que le lien zoom pour ces ateliers est différent des autres de Prise II. **Ce groupe est ouvert à tous.**

Participer à la réunion Zoom
https://us02web.zoom.us/j/84296888302

ID de réunion : 842 9688 8302
Par téléphone: 438 809 7799 et entrer le numéro de la réunion (ID)

Art structuré à l'extérieur

En collaboration avec la Ruche d'Art Yelema, nous proposons une formule à l'extérieur au Parc de la Visitation. Une occasion pour découvrir l'esprit inclusif, chaleureux et créatif des Ruches d'Art, puis de plonger à l'intérieur même de la création par un bain de nature, tous ensemble. **Ce groupe est réservé aux membres de Prise II.**

Inscription préalable requise par téléphone (514) 858-0111
ou par courriel à: prise2communication@gmail.com

Résilience, témoignages et outils
Groupe de partage virtuel sur la résilience. L'accent sera mis sur le partage d'expériences, de connaissances et d'outils des membres. La rencontre débutera avec le partage d'un ou d'une membre et une discussion suivra. Selon les besoins du groupe, des outils pourront s'ajouter dont ceux de l'approche du Soutien intentionnel par les pairs (SIPP) et orienter certains thèmes de partage. (Note : aucun pré-requis). **Ce groupe est ouvert à tous.**

Espace Ludique
Venez avoir du plaisir! Nous trouverons des jeux qu'il nous est possible de faire sur Zoom. Ex: Quiz, devinettes, jeux de société. Nous serons ouverts a vos propositions. **Ce groupe est ouvert à tous.**

Groupe de soutien GAM
Si vous êtes en train de diminuer votre médication et qu'un groupe de soutien GAM, vous intéresse, c'est pour vous! Vous n'êtes pas en train de réduire, mais vous vous posez des questions, vous voulez en savoir plus, ça peut être aussi pour vous! Le sevrage peut faire partie d'une démarche GAM, mais pas nécessairement. Le groupe sera axé sur l'entraide, le partage et des points d'information ponctuels pourront faire partie de l'atelier selon les besoins émergents. La formule de la rencontre sera originale: s'il fait beau (pas de pluie ou trop chaud), on apporte notre chaise et on se rencontre dans le parc! Sinon, la rencontre se fera sur la plateforme Zoom. **Ce groupe est ouvert à tous.**

SORTIES (réservées aux membres de Prise II)
Inscription préalable requise par téléphone (514) 858-0111
ou par courriel à: prise2communication@gmail.com

8 juillet: Pique-nique et jeux au parc Nicolas-Viel

Afin d'inaugurer le début de la programmation de l'été, nous nous rendrons au parc Nicolas-Viel à 12h30 pour pique-niquer. Activité d'origami et jeux de société au rendez-vous.

Rendez-vous à Prise II à 12h30 (dans le stationnement).
Le lunch sera fourni. Veuillez nous informer si vous êtes végétarien ou si vous avez des allergies.

**Apportez une bouteille d'eau, vêtements adaptés à la température extérieure et votre masque.
Si vous ne voulez pas vous asseoir dans l'herbe, n'oubliez pas votre petite couverture ou votre chaise.

15 juillet: Musée d'art contemporain

Rendez-vous artistique où nous découvrirons trois expositions du Musée d'art contemporain.

Rendez-vous à Prise II à 13h, ayez dîné avant la sortie. Pour ceux qui veulent nous rejoindre directement au musée, rendez-vous à 13h45 au métro Place des arts: sortie Jeanne-Mance.

**Apportez votre masque.

22 juillet: Jardin botanique

Nous vous invitons à venir profiter du beau temps et venir vous promener au Jardin Botanique. Nous planifions de manger notre lunch au parc Maisonneuve avant notre visite.

Pour les personnes qui désirent partir en petit groupe de Prise II, le rendez-vous est à 10h45 (dans le stationnement). Pour ceux qui désirent aller au jardin botanique directement, nous nous rencontrerons au tourniquet à l'intérieur du métro PIE-IX à 11h30.

**Apportez un lunch froid, bouteille d'eau, vêtements adaptés à la température extérieure et votre masque.

29 juillet: Cinéma à Prise II
Vous êtes cordialement invités à un cinéma maison dans les locaux de Prise II. Lunch et pop-corn inclus. Nous choisirons le film ensemble.

Rendez-vous à Prise II à 12:00.

Le lunch sera fourni. Veuillez nous informer si vous êtes végétarien ou si vous avez des allergies.

**Apportez votre masque.

12 août: Pique-Nique et jeux au Parc Lafontaine

Nous nous rendrons au Parc Lafontaine pour profiter de ce magnifique espace vert. Pique-nique, jeux et activités physiques au rendez-vous.

Nous partirons de Prise II à 11h30 (dans le stationnement). Pour ceux qui désirent s'y rendre directement, nous nous rencontrerons au tourniquet à l'intérieur du métro Mont-Royal à 12h.

**Apportez un lunch froid, bouteille d'eau, vêtements adaptés à la température extérieure et votre masque.

19 août: Cinéma Imax au centre des sciences

Venez vous immerger dans un film en 3D au Centre des sciences de Montréal. Accompagnés de popcorn et de lunettes 3D, nous y découvrirons un film Imax de notre choix. Le film sera choisi en temps et lieu car il n'y a encore rien à l'affiche.

Rendez vous à Prise II à 13h ou directement aux tourniquets du métro Place d'armes à 13h45.

26 août: À la découverte des murales de Montréal

Venez vous perdre avec nous dans Montréal à la recherche des murales que notre ville nous cache. Nous parcourrons différents quartiers dans le but de s'émerveiller par la beauté que nos murs, souvent sobres, peuvent posséder. Nous nous arrêterons dans un parc de notre choix pour y manger notre lunch, quand bon nous semblera.

Départ de Prise II à 10h.

**Apportez un lunch froid, bouteille d'eau, vêtements adaptés à la température extérieure et votre masque.

28 août: Fête de fin d'été

La fête de fin d'été nous permettra de nous réunir autour d'un bon dîner pour célébrer la fin d'un été mémorable. Le repas sera fourni. Le lieu est à déterminer. On vous attend en grand nombre!

Rendez-Vous à Prise II à 11h.

Le lunch sera fourni. Veuillez nous informer si vous êtes végétarien ou si vous avez des allergies.

**Apportez votre masque.