



Paysage en mémoire, une oeuvre de Annie

Prise II

Rapport annuel
2022 - 2023

TABLE DES MATIÈRES

MOT DE LA PRÉSIDENTE	2
RAPPORT DU CONSEIL D'ADMINISTRATION	3
1. MISSION DE PRISE II	4
2. SYNTHÈSE DES PRINCIPAUX SERVICES OFFERTS	5
2.1. Statistiques	5
2.1.1. Les programmations	5
2.1.2. Les rencontres de groupe	5
2.1.3. Les rencontres individuelles	6
2.1.4. Clientèle	9
2.2. Services spécifiques aux membres du programme thérapeutique et de l'Espace PRO	11
2.2.1. Volet rétablissement	11
2.2.2. Volet traitement alternatif	19
2.2.3. Volet entraide	22
2.2.4. Volet vie associative	26
2.3. Services adaptés aux jeunes	31
2.3.1. Programmations	31
2.3.2. Rencontres individuelles	32
2.3.3. Collaborations et partenaires	33
2.3.4. Participation des jeunes	34
2.3.5. Soutien aux études	35
2.4. Services accessibles à la communauté	36
3. OFFRE DE FORMATION ET DÉVELOPPEMENT DES PRATIQUES	37
3.1. Formations et conférences	37
3.2. Évènements de sensibilisation	38
3.3. Stages	40
3.4. Développements des pratiques	40
3.5. Activités de recherche	43
4. RELATIONS AVEC LE MILIEU	43
4.1. Collaborations	43
4.2. Participations aux Tables de concertation et aux regroupements	46
4.3. Contribution et participation à des événements spéciaux	47
4.4. Contribution de la communauté aux activités du Centre	48
4.4.1. Ressources humaines	48
4.4.2. Ressources matérielles	49
4.4.3. Ressources financières	49
5. RESSOURCES HUMAINES	50
5.1. Formation continue	50
5.2. Composition de l'équipe	52
6. ORIENTATIONS 2023 - 2024	54
6.1. Le service	54
6.2. Les pratiques	54
6.3. La recherche	55

7. ANNEXES	56
7.1. Contacts individualisés	56
7.2. Inscriptions 2022 - 2023	56
7.3. Liste des activités offertes en 2022 - 2023	57

MOT DE LA PRÉSIDENTE

Montréal, juin 2023

Bienvenue à vous toutes et tous,

Membres de la corporation, usager.es, membres du personnel, madame la directrice, membres du Conseil d'administration et précieux collaborateurs.

Heureuse de vous accueillir pour cet événement annuel important pour PRISE II. Bien qu'il s'agisse d'une attente gouvernementale comme pour toutes les organisations, nous apprécions ce moment marquant qui nous permet de nous retrouver pour faire le bilan de toutes les réalisations de la dernière année ainsi que de dégager les pistes pour l'année qui vient.

Nous pourrions d'ailleurs constater la richesse des activités et services que vous, chers membres et usager.es, avez vécus durant l'année. Ceux-ci vous ont permis de vous retrouver davantage en présence, de profiter de moments de partage et de poursuivre une démarche personnelle de mieux-être.

En plus de la diversité des services proposés afin de répondre aux besoins de tous, je tiens à souligner l'importance des activités de développement professionnel initiées par la direction et l'équipe de PRISE II. Notre ressource continue d'être reconnue pour sa créativité, le développement de pratiques novatrices et ses précieuses collaborations professionnelles.

Je tiens donc à remercier :

Les membres de Prise II:

pour votre fidélité et votre confiance à l'égard de la ressource,

pour votre engagement exceptionnel dans les activités et services proposés,

Merci pour votre courage et votre résilience.

Madame Richard et toute l'équipe, intervenants.es, équipe administrative, intervenantes du CREP et contractuel.les :

Merci pour votre engagement et votre professionnalisme,

pour votre disponibilité et votre souci pour les membres,

pour votre préoccupation de répondre aux besoins émergents en santé mentale et ce par le développement de pratiques novatrices.

Membres du Conseil d'administration :

Merci pour votre engagement et votre précieuse contribution aux décisions et orientations prises pour la ressource.

L'année 2022-2023 en a été à nouveau une de développement et d'initiatives riches et fructueuses. L'année qui vient présentera de nouveaux défis et ceux-ci seront assurément relevés dans le respect des valeurs communautaires qui nous relient toutes et tous.

Diane Robert

Présidente du conseil d'administration

RAPPORT DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

Montréal, juin 2023

J'aimerais vous présenter les membres de votre Conseil d'administration de l'année 2022-2023:

Mme Marie-Lyne Girard	Administratrice représentante de la communauté, vice-présidente et membre de l'exécutif
Mme Johanne Drouin	Administratrice représentante de la communauté et membre de l'exécutif
Mme Myriam Frégeau	Administratrice représentante de la communauté et secrétaire
M. Matteo Esteves	Administrateur représentant des usagers
M. Francis Arseneault	Administrateur représentant des usagers
Mme Marie Beyrouti	Administratrice représentante des usagers
Mme Léa MacKechnie-Blais	Administratrice représentante du personnel
Mme Pierrette Richard	Directrice
Mme Diane Robert	Administratrice représentante de la communauté, présidente et membre de l'exécutif.

Les membres du conseil se sont rencontrés à neuf (9) reprises au cours de l'année 2022-2023. Après un début d'année de rencontres sur le mode Zoom, les conditions sanitaires ont permis une reprise des rencontres en présence.

Chacune des rencontres a permis aux administrateurs de prendre connaissance des diverses réalités de l'organisation, à savoir de prendre des nouvelles des services, faire le point sur les conditions budgétaires, notamment en lien avec notre principale source de financement le PSOC et enfin, voter des résolutions permettant le bon fonctionnement de la ressource.

Les membres du comité exécutif se sont rencontrés à six (6) reprises avec les objectifs suivants: Élaboration d'une échelle salariale qui vise à offrir aux membres du personnel des conditions salariales plus intéressantes; élaboration d'une procédure pour résoudre une situation insatisfaisante vécue à PRISE II; démarche permettant à l'organisme de devenir fiduciaire du programme de recherche ESTAMIRA. Le tout a par la suite fait l'objet de résolutions prises en conseil d'administration.

On ne peut pas compléter un bilan des activités du conseil d'administration sans souligner l'immense appréciation de ses membres pour la qualité des services offerts. Les activités proposées cherchent à refléter les besoins et attentes de l'ensemble, tout en proposant des mesures adaptées à chacun des groupes desservis. Un immense merci à madame Richard et à toute son équipe pour leur engagement impressionnant, pour la rigueur professionnelle du travail effectué et pour leur grande sensibilité à la réalité des usagères et usagers.

Diane Robert

Présidente du conseil d'administration

1. MISSION DE PRISE II

PRISE II est une ressource communautaire et alternative en santé mentale qui soutient la personne dans sa recherche de mieux-être et dans l'exercice d'une pleine citoyenneté. Ancrée dans la communauté depuis plus de 30 ans, PRISE II offre une diversité de moyens et de pratiques qui se fondent sur une vision globale de la personne et de ses conditions de vie et qui a pour but d'accompagner les personnes dans leur cheminement personnel et professionnel. Sa mission spécifique :

- Favoriser l'autonomie et l'appropriation du pouvoir des personnes ayant des problèmes de santé mentale.
- Offrir des services éducatifs d'apprentissage permettant à la clientèle de développer, restaurer ou maintenir des habiletés physiques, émotionnelles, sociales et cognitives favorisant la démarche de rétablissement.
- Soutenir et accompagner les personnes dans leur projet d'étude et développer les habiletés de base nécessaires à l'intégration au marché du travail.
- Établir tout genre de services d'aide, de soutien, d'information, d'orientation et d'animation visant l'amélioration de la qualité de vie.
- Rendre accessible des services de psychothérapie permettant de faire un travail sur soi plus approfondi.

Pour accomplir sa mission, PRISE II dispose de plusieurs services dispensés à l'intérieur et à l'extérieur du Centre et de deux moyens privilégiés : Le suivi individuel et les rencontres de groupe.

Accessibilité et territoire couvert

PRISE II dessert essentiellement la population de la région de Montréal, en accordant une priorité au territoire du CIUSSS du Nord-de-l'Île-de-Montréal. Avec l'usage du numérique, nous rejoignons maintenant des personnes vivant à l'extérieur du grand Montréal.

L'organisme est habituellement ouvert cinquante semaines par année, du lundi au vendredi, de 9 h à 16 h 30, soit 32,5 heures/semaine. Selon les besoins, certains ateliers se prolongent désormais en fin de journée ou en soirée. Durant la période estivale, l'horaire peut être modifié et allégé.

2. SYNTHÈSE DES PRINCIPAUX SERVICES OFFERTS

Les services offerts à PRISE II se regroupent autour de trois clientèles cibles:

- Services spécifiques aux membres du programme thérapeutique et de l'Espace PRO
- Services adaptés aux jeunes, incluant les étudiants
- Services accessibles à la communauté.

2.1. Statistiques

2.1.1. Les programmations

La planification des services est organisée pour rejoindre chacun de ces groupes selon une programmation particulière.

Cette année, 10 programmations distinctes ont été offertes:

- 4 spécifiquement pour les membres du programme thérapeutique et de l'Espace PRO de PRISE II visant à les soutenir dans leur démarche vers un mieux-être, incluant la saison estivale.
- 3 à l'intention des jeunes et adaptées à leur réalité .
- 3 ouvertes à la communauté visant à leur rendre accessibles les pratiques alternatives.

2.1.2. Les rencontres de groupe

Selon les besoins des différents groupes et participant.es, les rencontres ont eu lieu en présence, sur Zoom ou de façon hybride. Elles sont thérapeutiques, éducatives, informatives ou d'entraide. Encore cette année, elles ont été bonifiées par une série de conférences.

Les activités de groupe:

Chaque activité de groupe est approximativement d'une durée de 10 rencontres de deux heures chacune, échelonnées sur 10 semaines à l'intérieur d'une programmation spécifique. Cette année, nous constatons une augmentation significative du nombre d'inscriptions (+13%). Voir liste des activités offertes - annexe 7.3 pour plus de détails.

2022 - 2023	
Activités offertes	98
Heures dispensées	1582
Nombre d'inscriptions	1224

Les conférences:

Une série de Grandes conférences ainsi que plusieurs séances d'information ont été offertes cette année.

	Nombre de conférences	Nombre de participations
Les Grandes conférences de l'alternative	6	164
Les séances d'information	9	132

2.1.3. Les rencontres individuelles

Selon les besoins des participant.es, les rencontres individuelles ont été offertes en présence, sur Zoom ou au téléphone. Elles sont classifiées selon les objectifs poursuivis et sont approximativement d'une durée de 50 à 60 minutes chacune.

Les courriels et les contacts téléphoniques sont aussi des moyens d'échange et de communication de plus en plus utilisés pour s'inscrire aux activités. Ils permettent une intervention rapide et ciblée. Nous les avons ajoutés au tableau, séparément.

2022-2023	
Rencontres individuelles	3679
Contacts individualisés (<i>voir annexe 7.1 pour plus de détails</i>)	4355

Classification des rencontres individuelles selon les objectifs poursuivis:

2022-2023	
Évaluations psychosociales	61
Interventions de soutien	1132
Rencontres de psychothérapie	249
Suivi pédagogique	1353
PAAS-Action	204
Entendeurs de voix	211
Gestion autonome de la médication	172
Interventions de crise	82
Gestion des différends	14
Réseau social	7
Accompagnement dans la communauté	15
Suivis avec les partenaires	6
Soutien aux proches	5
Soutien à la vie associative	35
Soutien technique	36
Toucher attentif	34
Rencontres individuelles	3679

Cette année, les rencontres individuelles ont été réduites de 14%, ce qui se traduit par une diminution des rencontres de psychothérapie et de soutien pédagogique. Ceci s'explique par une situation exceptionnelle: Le départ de plusieurs intervenant.es cliniques d'expérience et des changements au sein du service de soutien aux études.

Description des types de rencontres

Les rencontres individuelles occupent une place importante où chacun précise davantage sa démarche et approfondit sa recherche personnelle. Elles sont offertes sous différentes formes:

- **Les rencontres d'évaluation psychosociale** (61): Après un premier entretien téléphonique, c'est la rencontre initiale avec un.e intervenant.e. Nous regardons la situation de la personne dans son ensemble, les difficultés rencontrées et les besoins auxquels nous pouvons répondre.
- **Les interventions de soutien** (1132) permettent à la personne de s'exprimer sur ses difficultés et de recevoir le soutien dont elle a besoin pour l'aider dans sa démarche de rétablissement. Ces rencontres visent également à dégager les forces et les ressources de la personne ainsi qu'à maintenir et à consolider ses acquis.
 - 585 rencontres de soutien offertes aux membres du programme thérapeutique dont 92 offertes à des jeunes
 - 270 rencontres de soutien offertes aux membres de l'Espace PRO

- 263 rencontres de soutien offertes aux participants de l'Espace Jeunes dont 114 provenant du service de soutien aux études
- 14 rencontres de soutien offertes à la communauté.
- **Les rencontres de psychothérapie** (249) permettent aux personnes qui le souhaitent d'approfondir certaines dimensions de leur existence qui semblent freiner leur processus de rétablissement. Elles comprennent généralement une rencontre de thérapie individuelle par semaine.
 - 132 rencontres de soutien offertes aux membres du programme thérapeutique
 - 51 rencontres de soutien offertes aux membres de l'Espace PRO
 - 66 rencontres de soutien offertes aux participants de l'Espace Jeunes.
- Différents types de **suivi pédagogique** (1 353) sont offerts selon les projets personnels d'intégration sociale et/ou professionnelle :
 - 181 rencontres de soutien pédagogique à la démarche artistique
 - 111 rencontres de suivi socioprofessionnel pour les personnes en démarche vers l'emploi
 - 1061 rencontres de suivi spécialisé en orthopédagogie pour les étudiants fréquentant les cégeps et les universités et pour les personnes souhaitant effectuer un retour aux études.
- **Les rencontres pour les participant.es du PAAS-Action** (204) visent à les soutenir dans une démarche de travail sur soi et de mise en action de leur projet.
- **Les rencontres pour les entendeurs de voix** (211) :
 - Les demandes d'informations (25) visent à renseigner les personnes entendant des voix, les proches ou encore les intervenants du Réseau de la Santé et Services Sociaux ou du communautaire, sur les objectifs et les valeurs du Mouvement des entendeurs de voix et le soutien offert aux entendeurs de voix à Prise II.
 - Les rencontres d'accueil (16) permettent à la personne concernée de se familiariser davantage avec le déroulement des rencontres du groupe mais aussi d'aborder plus en détail ses voix ou d'autres phénomènes sensoriels avec l'intervenant-animateur.
 - Les rencontres d'entraide (170) visent à soutenir les entendeurs de voix, lors des périodes plus difficiles, en les encourageant à reprendre du pouvoir sur leurs voix, ou pour ceux/celles qui souhaitent faire sens avec leurs phénomènes. Ces rencontres sont offertes tant aux membres du programme thérapeutique (82 dont 16 offertes à des jeunes) de l'Espace Jeunes (23) ainsi qu'à la communauté (50).
- **Les rencontres d'accompagnement à la Gestion autonome de la médication** (172) visent à ouvrir un espace de parole pour aborder le traitement pharmacologique, son impact sur la qualité de vie de la personne et, dans certains cas, préparer et accompagner la personne dans un processus de changement en lien avec la médication. Ces rencontres ont été offertes tant aux membres du programme thérapeutique (47) qu'à la communauté (125).
- **L'intervention de crise** (82) consiste en une intervention immédiate, brève et directive qui vise à stabiliser l'état de la personne ou de son environnement en lien avec la situation de crise. Ces rencontres ont été principalement offertes aux membres de PRISE II.
- **Les rencontres de soutien à la gestion des différends** (14) visent à offrir un milieu empathique et sécuritaire à une ou des personnes éprouvant des différends, afin qu'elles puissent exprimer leurs ressentis et trouver les liens avec leurs besoins et leurs valeurs pour éventuellement les exprimer à la personne concernée, de façon à favoriser une ouverture et une connexion entre les parties.
- **Les rencontres de réseau social** (7) sont des rencontres individuelles ou relationnelles offertes aux personnes concernées qui souhaitent renforcer leur réseau naturel de contacts avec l'entourage, que ce soit la famille, des amis, des voisins...

- **L'accompagnement dans la communauté** (15) vise à soutenir la personne dans certaines démarches ponctuelles qu'elle doit faire à l'extérieur du Centre, par exemple : Rencontre pour la sécurité du revenu, recherche de logement, etc.
 - **Les rencontres de suivi avec les partenaires** (69) ont lieu avec le consentement de la personne concernée, en sa présence ou non selon ses besoins. Elles visent à établir des collaborations ou des concertations avec les intervenant.es du réseau de la personne dans le but d'améliorer sa qualité de vie dans la communauté.
 - **Les rencontres de suivis avec les proches** (5) visent à offrir un soutien ponctuel aux proches suite à la demande d'un.e membre de l'organisme.
 - **Les rencontres de soutien à la vie associative** (26) sont offertes aux représentant.es des usager.es ou à des membres d'un comité pour les soutenir dans leurs mandats respectifs.
 - **Les rencontres de soutien technique** (36) sont personnalisées et cherchent à répondre à des besoins d'information, de formation en lien avec son téléphone portable, sa tablette, son ordinateur et les procédures à suivre pour l'utilisation du zoom.
 - **Les rencontres de toucher attentif** (34) sont des rencontres individuelles de plus ou moins 45 minutes chacune qui proposent un léger massage sans huile, dans le but de ressentir son corps de l'intérieur par de légers mouvements d'étirement et de pression.
- Les courriels, les contacts téléphoniques et les messages via les médias sociaux (4355) deviennent des moyens d'échanges et de communication de plus en plus utilisés. Par exemple, les horaires quelquefois atypiques des étudiants nous amènent parfois à intervenir différemment. À ce titre, les courriels permettent une intervention rapide et ciblée. Les rendez-vous téléphoniques ou par téléconférence peuvent suppléer à la rencontre individuelle lorsqu'elle est compromise.

2.1.4. Clientèle

Au total, 392 personnes ont bénéficié de nos services cette année dont 199 nouvelles personnes.

2022-2023		
	Nombre de personnes	Nouvelles personnes rejointes cette année
Programme thérapeutique	61	14
Espace PRO	36	1
Espace Jeunes	157 dont 92 sont au Soutien aux études (SAE) et 8 sont aussi inscrits au programme régulier	91 dont 56 au SAE
Communauté	146	93
Total	392 personnes distinctes	199

Une nouvelle cohorte de 14 nouveaux membres s'est jointe au programme thérapeutique qui demeure toujours contingenté.

Encore cette année, des efforts particuliers ont été faits pour rejoindre les jeunes (91 nouveaux jeunes). Des efforts qui ont porté fruits mais qui, compte tenu des nombreux besoins qui caractérisent les jeunes constamment en mouvement, nécessitent de poursuivre la promotion et l'adaptation de nos services en fonction des réalités changeantes.

93 nouvelles personnes en attente de services chez nous ou ailleurs, ainsi que des proches et amis ont pu avoir encore cette année un accès rapide à certains services offerts à la communauté.

Provenance des nouvelles personnes rejointes:

Référéés par	
Programme thérapeutique <i>nouveaux membres</i>	<ul style="list-style-type: none"> ● Réseau public: 4 personnes ● Organismes communautaires: 2 personnes ● Eux-mêmes: 3 personnes ● Proche ou membre de Prise II: 3 personnes ● Autres: 2 personnes
Espace Jeunes <i>Jeunes étudiants au soutien aux études</i>	<ul style="list-style-type: none"> ● Université de Montréal: 16 étudiants ● UQAM: 9 étudiants ● Cégep du Vieux Montréal: 12 étudiants ● Collège Ahuntsic: 6 étudiants ● Autres institutions scolaires: 9 étudiants ● Réseau public et communautaire: 4 étudiants
<i>Autres jeunes inscrits à l'Espace Jeunes</i>	<ul style="list-style-type: none"> ● Organismes communautaires: 5 personnes ● Institutions scolaires: 6 personnes ● Réseau public incluant Aire ouverte: 3 personnes ● CJE ABC: 3 personnes ● Professionnel de la santé: 1 personne ● Médias sociaux et site web: 4 personnes ● Kiosque: 1 personne ● Proche: 2 personnes ● Autres: 10 personnes
Communauté	Parmi les personnes de la communauté, nous avons rejoint essentiellement les usagers d'autres ressources communautaires du Québec, des membres de la communauté qui n'avaient pas de lieu d'appartenance, des proches et des alliés.

Encore cette année, la série de conférences et de séances d'information nous ont permis de rejoindre un plus large auditoire et de promouvoir les services de PRISE II et de l'alternative en santé mentale.

296 participations aux conférences et séances d'informations

Les différents outils pour faire connaître nos services et rester en lien avec la communauté:

Site web de PRISE II	1837 visites
Viméo (plateforme vidéo)	1900 vues dont 337 visionnements complets
Facebook de PRISE II	1526 abonnés
Facebook d'Espace Jeunes	860 abonnés
Instagram d'Espace Jeunes	828 abonnés
Présentation des services	16 rencontres auprès des partenaires
Kiosques d'information	5 kiosques dans différents milieux de jeunes
Dépliants sur la programmation de l'Espace Jeunes et cartons d'information	150 dépliants
Infolettres et promotions d'évènements ou d'activités	65 distribuées par courriel et médias sociaux

2.2. Services spécifiques aux membres du programme thérapeutique et de l'Espace PRO

Les services offerts aux membres du programme thérapeutique et de l'Espace PRO se regroupent sous 4 grands volets:

- Le rétablissement
- Le traitement alternatif
- L'entraide
- La vie associative

Ce dispositif est organisé à la fois pour rejoindre la personne dans ses multiples dimensions et pour offrir à chacun.e un lieu sécuritaire où se déposer, s'exprimer, s'outiller, créer et cheminer à son rythme et à sa manière. Dans ce contexte, la démarche de rétablissement, la psychothérapie individuelle et la thérapie de soutien s'appuient sur un ensemble de pratiques qui s'actualisent principalement en groupe dans une communauté d'appartenance et d'entraide.

2.2.1. Volet rétablissement

Ce volet propose une démarche individualisée où chacun.e précise ses objectifs et ses projets personnels. Il regroupe des activités éducatives, d'apprentissage et de création qui soutiennent l'appropriation du pouvoir axée sur la participation citoyenne. C'est à travers ce service que la grande majorité des membres amorcent leur cheminement personnel selon leurs besoins spécifiques.

Accueil des nouveaux membres

Cette année nous avons accueilli 14 nouvelles personnes au programme thérapeutique. De ce nombre, 9 personnes ont participé à l'activité **J'arrive** qui vise à faciliter l'accueil des nouveaux membres à PRISE II. Les participant.es du groupe ont eu l'occasion de partager leur vécu en lien avec leur santé mentale, de créer des liens significatifs avec leurs pairs et d'approfondir différentes approches utilisées par les organismes alternatifs en santé mentale.

Journée de réflexion

En début d'année 2023, avant de débiter la nouvelle programmation d'hiver, tous les membres ont été invité.es à prendre part à une journée de réflexion sur sa démarche personnelle. Méditation assise, exercice d'expression corporelle, citations, exercice créatif: Différents médiums ont été proposés par les intervenant.es et mis à la disposition des participant.es afin de trouver du calme, se recentrer sur soi, laisser émerger et prendre contact avec ses aspirations, libérer sa créativité et l'exprimer. Cet exercice avait pour but de proposer à tous, un temps d'arrêt pour réfléchir au travail accompli et surtout à la direction souhaitée pour poursuivre sa démarche vers un mieux-être tout au long de l'année et afin d'avoir un rappel visuel, un exercice de *vision board*.



Présentation des tableaux de visualisation lors de la journée de réflexion pour rester inspiré toute l'année!

Les activités éducatives d'apprentissage et de création

Les arts

“L’art est un précieux outil de transformation intérieure et sociale. Par le geste, il amène l’attention à l’instant présent.”

- Marie-Andrée

Les arts visuels

Les ateliers d'art sont des espaces d'échanges et de partage qui permettent aux participant.es de s'exprimer et de s'expérimenter dans la création.

Dans le cadre des activités d'art visuel cette année, cinq types d'ateliers d'expression artistique ont été proposés : Déc'Art, l'Art chez soi et Démarche artistique offerts aux programmations régulières; les ateliers thématiques, ponctuels présentés durant l'entre-deux et les ateliers d'art libre

accessibles tout au cours de l'année. Depuis la session d'automne, les ateliers ont été offerts en présence avec un accès virtuel aux ateliers de l'après-midi. L'art chez soi était cependant essentiellement virtuel.

Déc'Art

Les participant.es de l'atelier Déc'Art ont depuis plusieurs années le mandat d'apporter leur contribution et leur couleur aux grandes activités du Centre. Ils ont entre autres, cette année, réalisé plus de 150 cartes de Noël qui ont été distribuées à tous les membres. Ils ont aussi conçu les décorations installées dans le Centre et dans la grande salle pour la fête de Noël. Le soutien d'une stagiaire au mois de décembre dernier et l'implication de certain.es artistes ont grandement contribué à l'accomplissement de ce projet.

Démarche artistique

Tout au long de l'année, les participant.es de cet atelier ont approfondi leurs recherches artistiques. Ils ont expérimenté, par la réalisation de leurs œuvres, les diverses étapes du processus de création.



L'œuvre achevée est maintenant prête à être emballée pour voyager jusqu'à l'exposition. Un moment toujours significatif pour l'artiste.

Ils se sont eux aussi investis, particulièrement dans la fête de fin d'année en créant une exposition collective qui est venue embellir la grande salle. Ce sera la prémisse de l'exposition Jardins intérieurs qui aura lieu à l'automne.

Jardins intérieurs : Exposition collective des participant.es de l'atelier de démarche artistique et des ateliers d'art qui ont exposé des œuvres récentes de leurs recherches. L'exposition se tenait dans la salle de formation qui s'est transformée en salle d'exposition et dont le vernissage a été entièrement planifié, organisé et réalisé par les artistes. Un événement qui fera l'objet d'un article dans le journal du quartier : Les voisins. De nombreuses œuvres ont été vendues lors du vernissage et par la suite.



Exposition collective
**JARDINS
INTÉRIEURS**

Vernissage
avec musicienne en présence

Mercredi 16 novembre 2022
5 à 7

Frise II
10704 rue Lajeunesse
Montréal, H5L 9E5 (Métro Ferrié-Écurassa)

Pour les artistes, exposer leurs œuvres a un impact positif important dans leur cheminement personnel et artistique. De plus, cet événement participe au rayonnement du Centre en permettant à la communauté de célébrer avec nous l'alternative dans toutes ses couleurs.

“Les œuvres réalisées par chacun.e portent la trace vivifiante et lumineuse de l'exploration de leur intériorité. Les regards portés sur ces créations rendent visibles les œuvres et leur permettent d'exister”.



Félicitations à tous les artistes pour ce vernissage des plus réussis! Nous avons déjà hâte au prochain!

Au total, une cinquantaine de personnes étaient présentes au vernissage. Familles, amis, gens du quartier et des organismes voisins, des intervenant.es du milieu sont venu.es nombreux.ses et curieux.euses de découvrir les œuvres des artistes d'ici.

Autres sorties et événements:

- **Musée des Beaux-arts de Montréal :** Visite de l'exposition Nicolas Party : L'heure mauve 10 mai 2022 (8 participant.es) et de l'exposition Basquiat et la musique 17 novembre 2022 (8 participant.es)
- **Marché de Noël du CREP:** Le vendredi 8 décembre aux Compagnons de Montréal, rue Saint-Vallier (organisme partenaire du CREP). Lors de cet événement, cinq membres y vendent cartes et petites œuvres.
- **Marché de Noël à PRISE II :** Le mercredi 13 décembre. 7 membres vendent leurs créations (cartes, petites œuvres) dans la cafétéria du Centre.

- Ateliers de l'entre-deux
 - **Art et gestes / grands formats** : 7 et 14 avril 2022
 - **Art et nature** : 15 et 20 septembre: Atelier offert au parc Maurice Richard (près de la rivière) avec la participation de Catherine Lachance.
- **Écomusée du Fier monde : Exposition de la FGA** (formation générale des adultes du Centre scolaire de Montréal) :
 - Du 30 mars au 17 avril 2022: 12 artistes de PRISE II exposent, dont deux d'entre eux. ont fait la lecture d'un texte lors du lancement de l'exposition.
 - Du 29 mars au 16 avril 2023 : 12 artistes de PRISE II ont exposé leurs œuvres où 27 membres de la ressource étaient présents lors du vernissage le 29 mars 2023.



Quel plaisir de voir exposer les œuvres de 12 artistes de Prise II lors de l'exposition de la FGA à l'écomusée du Fier monde! Bravo à tous et toutes!

Au total 109 rencontres ont été offertes dans les ateliers de Déc'Art et de Démarche artistique auxquelles 30 personnes ont participé:

- 19 membres du programme thérapeutique dont 2 jeunes
- 9 membres de l'Espace PRO
- 2 membres de l'Espace Jeunes.

Cette année, 181 rencontres individuelles ont été offertes à 45 personnes dont:

- 27 membres du programme thérapeutique dont 4 jeunes
- 16 membres de l'Espace Pro
- 1 membre de l'Espace Jeunes
- 1 personne de la communauté.

Plusieurs participant.es (9) ont eu un suivi individuel afin d'être soutenu.es dans leur démarche artistique tandis que d'autres auront eu des rencontres ponctuelles (36).

Atelier d'écriture créative

Tout au long de l'année, les écrivain.es du lundi ont plongé dans différents jeux d'écriture pour s'amuser avec les mots, stimuler leur créativité et leur imaginaire ou encore réfléchir à certains sujets plus en profondeur. L'ambiance décontractée invitait aux échanges bienveillants entre les participant.es.

Au printemps dernier, 8 participant.es ont souhaité diffuser leurs textes et poésie sur une plateforme numérique web créée spécialement par eux pour le plus grand plaisir des lecteur.ices.

22 personnes ont participé à l'atelier d'écriture créative offert sur 29 semaines dont:

- 11 membres du programme thérapeutique
- 6 membres de l'Espace PRO
- 5 personnes de la communauté.

Explorations théâtrales

L'atelier offert à l'automne et l'hiver dernier, a permis à tous d'explorer divers aspects du théâtre tels que la voix, le corps, et l'espace. En plus d'expérimenter différents jeux et exercices, les participant.es ont collaboré à l'élaboration de courtes scènes représentatives des couleurs de chacun. Le théâtre fait du bien! Lorsque la scène devient un espace libre et sans jugement, l'expression théâtrale permet la connexion à soi et aux autres. Les participant.es ont beaucoup apprécié l'atelier et ont souhaité s'engager dans le projet collectif. À suivre!

Projet collectif

Le thème de la connexion a été proposé lors d'une rencontre réunissant tous les membres intéressé.es. Des rencontres de réflexion ont eu lieu par la suite. Les membres ont souhaité mettre en commun les différentes expériences d'expression en un projet collectif alliant les arts visuels, l'écriture et la performance théâtrale. Le projet sera mis en œuvre au printemps 2023.

Service de pré-employabilité et d'intégration socioprofessionnelle

Il vise à favoriser la réinsertion à l'emploi, le maintien au travail et l'implication bénévole. Ces objectifs se réalisent d'une part par un accompagnement individuel favorisant le rythme, les besoins et les projets de la personne, tout en leur proposant différents moyens de les soutenir dont le PAAS-Action, des projets de bénévolat au Centre et dans la communauté et la recherche d'emploi.

Programme d'aide et d'accompagnement social (PAAS-Action)

Le PAAS-Action permet aux participant.es d'être soutenu.es dans une démarche de travail sur soi et de mise en action de leurs projets dont, pour certains, un éventuel retour sur le marché au travail.

Les participant.es éprouvent une grande fierté face à leur implication et il.elles développent et enrichissent leur confiance et leur estime de soi. Il.elles contribuent aussi à un milieu d'appartenance, de partage et de solidarité pour un soutien entre pairs et un plus grand épanouissement personnel et professionnel.

Depuis septembre 2022, avec le retour en présence de tout.es les participant.es et des mesures sanitaires beaucoup moins exigeantes, un vent de fraîcheur a contribué au plaisir de se retrouver avec plus de légèreté créant un climat de partage et de solidarité qui a favorisé une intégration plus douce des nouveaux.elles participant.es .

Cette année, plusieurs moyens mis en place ont favorisé la démarche des participant.es.

- Afin d'encourager la démarche réflexive, le thème du sens a été exploité lors des rencontres offertes: Par exemple, identifier le sens que je donne aux événements, prendre conscience des valeurs que je porte et qui donnent du sens dans ma vie, trouver un projet qui a du sens pour moi...
- La préparation et l'actualisation d'un projet de jardin communautaire ont soutenu et encouragé les membres du PAAS-Action au printemps 2022. Cette belle expérience aura particulièrement fait le bonheur d'une membre qui a pris soin du jardin durant les mois de juillet et août!
- Un journal de bord a été utilisé afin de conserver les traces de son parcours.
- Pour les membres qui terminent leur parcours, un bilan a été fait et un accompagnement a été proposé pour la transition.

Liens avec le milieu

Les collaborations se sont poursuivies avec les agents d'Emploi-Québec qui demeurent informés du service mais sont aussi contactés régulièrement afin de clarifier des situations impliquant les participant.es pour permettre à ceux.celles-ci de se concentrer sur leur démarche et aussi leur assurer un meilleur soutien.

Les intervenant.es de diverses ressources qui sont impliqué.es auprès des participant.es reçoivent de l'information et du soutien, que ce soit pour bien accompagner les personnes dans leur demande à Emploi-Québec ou tout au long de la démarche PAAS-Action afin de permettre aux participant.es d'être bien soutenu.es, pour un maintien dans leur démarche et pour la réussite de leur projet et ce, en fonction à la fois de leurs forces et des exigences du programme.

Au cours de l'année, nous avons reçu 24 demandes d'informations provenant d'intervenant.es de diverses ressources, d'agent.es d'Emploi-Québec, ou directement d'individus, dont des membres de Prise II, intéressé.es par le programme.

De ce nombre, il y a eu 4 évaluations psychosociales pour le PAAS-Action dont 2 personnes ont été inscrites

*Au total, 9 personnes ont participé au programme PAAS-Action.
(4 personnes ont quitté en cours d'année)*

174 rencontres individuelles de soutien ont été offertes.

*En 2023, le programme a été renouvelé avec au total 10 places,
dont 2 pour le soutien aux études. (5 places sont présentement disponibles)*

L'implication bénévole

La réception

La réception continue d'être un lieu d'expérimentation dans le cadre du PAAS-Action et d'implication bénévole pour les membres du Centre. Elle est toujours très appréciée par les réceptionnistes pour découvrir/consolider leur potentiel et leurs habiletés.

Les réceptionnistes s'investissent dans leurs tâches avec un grand plaisir. Elles/il font preuve d'une grande disponibilité, d'une belle écoute et d'un professionnalisme maintenant essentiel à l'accueil de PRISE II. Elles/il travaillent dans un bel esprit d'entraide et se soutiennent tout au long de l'année.

A travers des rencontres individuelles et de groupe, un soutien plus personnalisé leur est offert. Il y a aussi des moments de rencontre plus formels pour partager leurs expériences et valider des informations : 3 rencontres de groupe ont été offertes cette année.

*7 personnes, dont 1 participant PAAS-Action
ont fait un stage comme réceptionniste.*

Démarches individuelles en intégration socioprofessionnelle (ISP) /Recherche et soutien à l'emploi

Cette année, parmi les membres inscrits en ISP qui se sont impliqués dans une démarche individuelle :

- *4 personnes ont trouvé des emplois dans différents domaines :*
 - *Curateur public du Québec*
 - *SAQ*
 - *CSSDM*
 - *Equitas-International*
- *3 personnes ont reçu de l'accompagnement pour les aider dans un retour sur le marché du travail*
- *2 personnes ont fait une démarche de bilan après un épuisement professionnel.*

D'autres personnes ont choisi de construire un projet pour se redonner confiance, se remettre en action, reprendre contact avec leurs compétences, avec un désir de contribuer à leur façon :

- *Projet d'une série de capsules vidéo sur l'introduction à la recherche Internet*
- *Projet d'activités de bricolage pour des enfants de 3 à 12 ans*
- *Projet informatique en collaboration avec le CREP dans le but d'évaluer ses compétences professionnelles dans le domaine de la programmation*
- *Exploration pour la mise sur pied d'un projet en lien avec les neurosciences*
- *Accompagnement d'une personne souhaitant devenir pair-aidant.*

Au cours de l'année, 111 rencontres individuelles de suivi socioprofessionnel offertes à 15 personnes en démarche vers l'emploi.

Aussi, dans le cadre de la semaine de la persévérance scolaire en février dernier, 3 personnes ont fait des témoignages vidéos pour les présenter sur le site Facebook du CREP.

Dans le cadre d'un retour sur le marché du travail, un groupe a été mis sur pied en mai et juin 2022 afin de permettre une démarche réflexive pour favoriser l'échange et le soutien entre pairs. Il y a eu 7 rencontres d'une durée de 2h30 chacune.

Service de soutien aux études

Ceux et celles qui souhaitent faire un retour aux études ou poursuivre leur démarche pour obtenir leur diplôme, ont eu accès au programme de soutien aux études. Ce service se retrouve dans la section Jeunes ce qui n'empêche pas les participants du programme thérapeutique d'y avoir accès et des étudiants de profiter par exemple de la psychothérapie offerte au programme thérapeutique.

2.2.2. Volet traitement alternatif

La psychothérapie individuelle

Cette année, le service de psychothérapie individuelle n'a été offert qu'à un nombre réduit de personnes du programme thérapeutique et du service de soutien aux études. Le nombre de rencontres en psychothérapie individuelle a diminué significativement (-40%) dû au départ de deux psychothérapeutes qui n'ont pu être remplacés. Nous avons toutefois une nouvelle intervenante qui est en voie d'obtenir son permis de psychothérapeute et nous avons amorcé des démarches afin que PRISE II puisse devenir un lieu de stage pour des personnes en formation pour l'obtention du permis de psychothérapeute. Notre objectif est d'être en mesure d'offrir de la psychothérapie à un plus grand nombre de personnes du programme thérapeutique mais également, d'offrir ce service aux personnes de l'Espace PRO qui, malgré le fait qu'elles n'ont plus accès à un suivi individuel régulier, ont parfois besoin d'un soutien psychothérapeutique ponctuel sur des enjeux ciblés et, finalement, nous constatons ce besoin de plus en plus présent chez les personnes de l'Espace jeune, incluant celles inscrites au service de soutien aux études, qui constitue une part toujours grandissante de la population de PRISE II.

Au total, 249 rencontres de psychothérapie ont été offertes à 15 membres du programme thérapeutique et à 7 jeunes.

Internal Family System (IFS)

Rappelons que l'IFS est un modèle de traitement inspiré des approches humanistes et systémiques tout à fait cohérent avec la posture alternative et sensible aux traumatismes. Il s'agit d'une des approches les plus recommandées par le *Trauma Research Foundation* fondé par le Dr Bessel Van Der Kolk. C'est un modèle non diagnostique qui ne pathologise pas la souffrance humaine, dont les concepts sont facilement assimilables par les personnes et qui permet un travail sur soi efficace et sécuritaire. Nous constatons que l'approche est bien adaptée pour le travail en contexte de groupe, pour l'accompagnement individuel mais également pour le travail sur soi de façon autonome.

Tout au cours de l'année, un travail de co-construction en lien avec IFS a permis à trois intervenant.es de développer une série d'ateliers afin d'introduire les principaux concepts, de s'approprier le vocabulaire et de structurer des exercices et des pratiques de cette approche hautement inspirante et ajustée aux valeurs de l'alternative. Un atelier sur les qualités du Soi s'est donné à la session d'automne 2022 et un atelier d'introduction à l'approche IFS a été offert à la session d'hiver 2023. Nous sommes en mesure de constater que l'approche IFS s'intègre harmonieusement à notre perspective sensible aux traumatismes, que les notions abordées en rencontre de groupe se généralisent durant les suivi individuels, qu'ils soient de soutien, psycho-social ou psychothérapeutique, et continue de susciter beaucoup d'intérêt chez les usagers

ainsi que chez les membres du personnel. Pour l'année 2023/2024, au moins deux ateliers d'approfondissement sont prévus pour les usagers. Comme équipe, nous poursuivrons les rencontres de formation et de supervision de groupe et nous apporterons des compléments au programme thérapeutique en lien avec l'approche.

*13 personnes ont participé à l'atelier Explorons les qualités du Soi
15 personnes ont participé à l'atelier Introduction à l'approche IFS*

L'art-thérapie

À l'hiver dernier, un atelier d'art-thérapie a été offert à deux groupes visant l'expression et la conscience de soi tout en étant témoin du changement à travers le processus de création. Les 15 participant.es aux ateliers ont beaucoup apprécié cette exploration à leur propre rythme qui leur a permis de comprendre et d'exprimer des émotions et de travailler sur des défis personnels. À noter que ceux.celles qui étaient aussi inscrit.es à l'atelier **Introduction à l'approche IFS** y ont trouvé un complément utile pour apprivoiser les différentes parties de leurs systèmes intérieurs. Cet atelier a été animé par une stagiaire en art-thérapie, dans le cadre d'un stage de maîtrise de l'UQAT qui a pris le temps de rencontrer chacun.e des participant.es au préalable afin que tous.toutes se sentent inclu.es et engagé.es dans cette démarche.

10 rencontres ont été offertes à chacun des 2 groupes, rejoignant un total de 15 participant.es dont :

- 9 membres du programme thérapeutique
- 4 membres de l'Espace PRO
- 2 personnes de la communauté.

L'autocompassion

L'autocompassion permet aussi de maintenir un espace sécuritaire sensible aux traumatismes. Elle s'intègre dans la démarche thérapeutique de plusieurs personnes tant en contexte de groupe qu'en suivi thérapeutique individuel. Son rôle dans l'atelier d'intégration de l'approche thérapeutique IFS est également central puisqu'elle facilite grandement l'accès à l'espace du Soi offrant un cadre solide et sécuritaire, nécessaire à l'exploration et à la rencontre des différentes parties de la psyché humaine.

Quatre rencontres de l'atelier "**Cultiver l'esprit de compassion**" ont été offertes visant à revisiter les principaux éléments d'une pratique autonome d'autocompassion.

En complément, tout au cours de l'année, l'atelier "**Pratiques méditatives**" a rendu accessible cette pratique au quotidien. Ces moments ont également été offerts dans le cadre des activités de l'Espace Jeune.

Nous comptons maintenir la diversité des lieux et des périodes consacrées à cultiver ces précieuses qualités du Soi que sont la bienveillance et la compassion.

Activités corporelles

Un des aspects essentiels de la posture sensible aux traumatismes (*Trauma Informed*) adoptée par PRISE II depuis près d'une dizaine d'années, est l'importance à accorder aux mémoires corporelles et aux impacts de ces mémoires sur nos émotions. Nous avons offert quatre types

d'ateliers corporels durant la dernière année, chacun pouvant contribuer à sa façon à favoriser le travail de guérison des séquelles laissées par les différentes expériences traumatiques vécues.

Un atelier de yoga a été offert durant trois sessions de la programmation régulière. Combinant mouvement, respiration consciente et méditation, le yoga a démontré son efficacité et sa capacité de diriger l'attention à l'intérieur du corps. Les recherches en neurosciences montrent qu'un moyen de changer ce que l'on éprouve est de prendre conscience de son expérience intérieure et de graduellement faire la paix avec les sensations physiques dans le moment présent.

Une expérience de trauma est liée à un sentiment d'impuissance à fuir ou à se défendre devant une menace. Ainsi, nous avons offert un atelier d'autodéfense de façon à ce que les personnes puissent faire l'expérience physique de leurs capacités à se défendre et à se protéger. Au-delà des apprentissages techniques, les capacités d'autodéfense permettent une plus grande confiance en soi et procurent un sentiment de sécurité, essentiel à toute démarche de rétablissement ou de guérison des séquelles de trauma.

Finalement, deux ateliers combinant à la fois l'activation corporelle et le système d'engagement social ont été mis en place. La danse, qui est une activité de mise en mouvement, d'expression et de développement sur une musique au sein d'un groupe et une activité de marche en groupe visant le même objectif mais dans une forme plus simple et plus accessible à certaines personnes.

- *Le yoga doux en ligne et le yoga matinal en présence ont pris place dans la programmation tout au long de l'année (33 ateliers).*
- *L'auto-défense a permis aux participantes de renforcer leur confiance en elles et en leur capacité à s'affirmer (5 ateliers).*
- *Les ateliers de danse en collaboration avec Danse Danse ont permis aux participant.es d'explorer le corps par des mouvements libres (4 ateliers).*
- *La marche a été une occasion de s'enraciner et de participer à une activité à l'extérieur tout en simplicité avec d'autres personnes (12 sorties).*

Clinique NADA (National Acupuncture Detoxification Association)

Suite au succès du projet pilote d'implantation des cliniques NADA mises en place, entre autres à PRISE II, les acupunctrices ont obtenu l'autorisation de l'ordre des acupuncteur.trices du Québec de maintenir cette offre de service dans notre programmation régulière.

Utilisée à l'origine en complément aux interventions en toxicomanie, NADA est aujourd'hui combinée à différentes approches de traitement pour le syndrome de stress post-traumatique et en santé mentale.

La pertinence de la mise en place d'une clinique d'acupuncture sociale NADA à PRISE II ne s'est pas démentie durant la dernière année. Nous avons maintenu deux plages horaires durant les trois sessions de la programmation régulière et une plage horaire durant la période d'été. Le service offert à tous les membres de PRISE II est également ouvert à l'ensemble de la communauté. La fréquentation globale est demeurée stable au cours de l'année avec une augmentation graduelle des membres de l'Espace Jeunes.

Cette année, 80 cliniques NADA d'une durée de 2h30 chacune ont été offertes à 138 personnes pour un total de 1256 traitements:

- *44 membres du programme thérapeutique et de l'Espace PRO*
- *13 membres de l'Espace Jeunes*
- *65 membres de la communauté*
- *16 membres de l'équipe.*

Nous souhaitons poursuivre ce travail et nos réflexions sur les façons de favoriser l'intégration des bénéfiques de l'acupuncture auriculaire à différents services déjà offerts à PRISE II, notamment pour la gestion de l'anxiété, l'apprentissage d'outils de régulation tels que la méditation de pleine conscience ou encore en soutien à la gestion autonome de la médication.

Aller mieux à ma façon

L'atelier Aller mieux à ma façon, inspiré de l'approche orientée vers les solutions, s'est poursuivi au printemps 2022 où un fort sentiment d'appartenance s'est développé, notamment en favorisant les échanges et l'entraide entre les 16 participant.es. Les thèmes et les outils présentés leurs ont permis de mettre en application des façons de faire concrètes et réalisables pour mieux composer avec les défis de la vie quotidienne et ainsi contribuer à un mieux-être, peu importe les circonstances.

Gestion autonome de la médication (GAM)

Les pratiques GAM se poursuivent tant en individuel qu'en groupe. Les besoins continuent d'être diversifiés: Connaître les médicaments en santé mentale; avoir du soutien en lien avec la réduction (initiée soit pas le prescripteur ou désirée par la personne); connaître les alternatives et ses droits; savoir comment parler de médication avec son médecin et échanger avec d'autres sur son expérience de la médication. La GAM et ses outils ainsi que le partage contribuent à rendre moins complexe l'expérience, aident à la prise de décision et ouvrent sur d'autres choix et possibilités.

Au total, 172 rencontres individuelles GAM ont été offertes cette année:

- *13 rencontres d'évaluation à des personnes de la communauté*
- *159 rencontres de soutien à 24 personnes dont 5 membres du programme thérapeutique et 19 personnes de la communauté.*

2.2.3. Volet entraide

L'entraide, une façon d'être ensemble qui continue d'imprégner nos activités et notre communauté d'appartenance.

Ce sont aussi des groupes et des pratiques qui s'implantent et se développent:

- Le groupe d'entraide constitué pour les personnes de l'Espace PRO
- La pratique du Soutien intentionnel par les pairs (SIPP)
- L'implantation du WRAP (Wellness Recovery Action Plan)
- Les groupes d'Entendeurs de voix.
- La continuité du groupe de Gestion autonome de la médication (GAM)
- Le groupe mensuel sur l'encombrement dans mon logis

Groupe d'entraide de l'Espace PRO

Le groupe d'entraide dédié aux membres de l'Espace PRO s'est poursuivi de différentes manières au cours de l'année. Après avoir pris une pause à l'automne, le groupe a été accompagné par une nouvelle intervenante et a pris un nouveau nom: "Cercle bienveillant et d'entraide pour l'Espace PRO", à l'hiver 2023. Les participantes partagent y avoir fait des prises de conscience importantes qu'elles n'avaient jusqu'à maintenant pas pu faire ailleurs. Elles rappellent ainsi la pertinence des espaces d'entraide et l'importance d'être accompagné.es dans cet exercice.



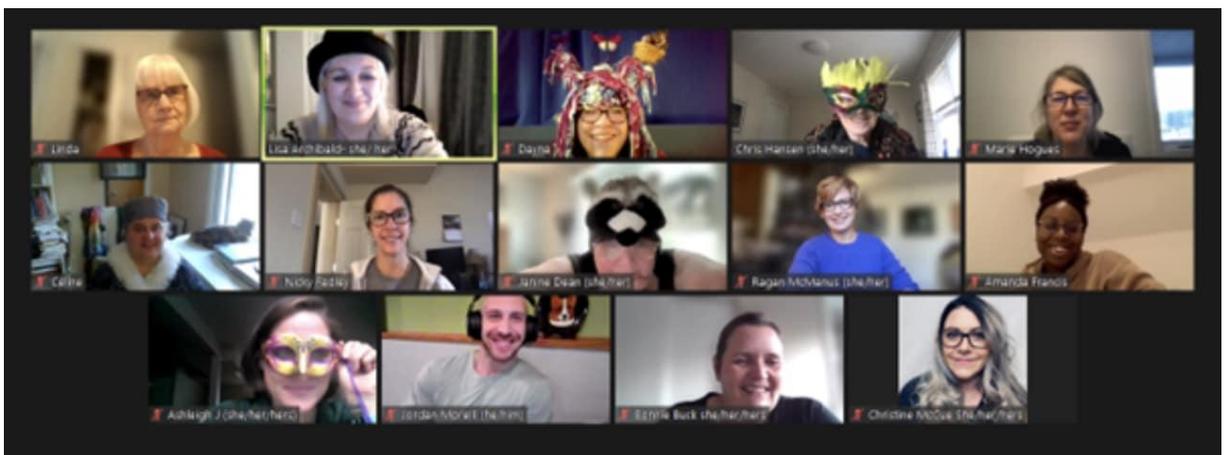
La pratique de Soutien intentionnel par les pairs (SIPP)

Un atelier d'approfondissement "SIPP 103" ouvert aux membres de PRISE II et à la communauté a été offert au printemps. Par contre, l'automne et l'hiver ont été consacrés à la formation et marquée par une étape importante dans le développement de cette approche d'entraide. Les co-animatrices sippiennes ont réussi avec brio la formation exigeante de formatrices, « *train-the-trainers* » et ont été accréditées comme « *organizational trainers* » du Centre Intentional Peer Support des États-Unis. Elles deviennent les premières formatrices SIPP au Québec ce qui leur donne officiellement le droit de dispenser la formation selon IPS. Elles reviennent avec un nouveau bagage de compétences qu'elles veulent approfondir et intégrer à leur pratique tout en préparant un contenu de formation qu'elles ont bien hâte de partager.

4 rencontres ont été offertes à 11 personnes inscrites à l'atelier "SIPP 103".

5 participantes du groupe d'entraide SIPP se sont réunies à 26 reprises.

4 co-animatrices ont reçu 42 heures de formation "train-the-trainers" qui ont nécessité 40 heures de préparation.



Félicitations aux 4 premières formatrices SIPP au Québec: Dayna, Linda, Marie-Pier et Céline !

Wellness Recovery Action Plan (WRAP)

C'est le retour du WRAP, après une année où plusieurs intervenant.es et personnes concerné.es se sont outillé.es et formé.es pour une meilleure compréhension de cette pratique. Le WRAP est un atelier transversal à PRISE II dans le sens que tout ce qu'on y apprend peut faire partie de son plan WRAP et peut être bonifié par le biais du partage d'expériences. « Faire du WRAP », c'est développer le réflexe de se rappeler de ce dont on a besoin pour être bien et d'avoir un plan d'action sur lequel se référer quand ça va moins bien. Un deuxième atelier sera dispensé ce printemps dans le cadre de l'Espace jeunes.

“C'est un espace, un temps pour prendre soin de nous ensemble”

- Participante atelier WRAP

Se remettre de la covid

Dans un esprit de partage et d'entraide, un atelier *Se remettre de la covid* a été offert à 7 participant.es afin d'explorer différents outils inspirés entre autres du WRAP et du SIPP, pour les soutenir dans cette transition importante de post pandémie.

Entendeurs de voix

Le partage d'expériences et l'entraide ont été au cœur des rencontres des groupes d'entendeurs de voix. Avec la fin des restrictions sanitaires, les deux groupes *Par mille et une voix* ont désiré revenir revisiter des stratégies d'adaptation pour mieux se réapproprier du pouvoir sur leurs voix. Les groupes ouverts à la communauté ont permis d'accueillir de nouveaux.elles participant.es tout au long de l'année.

Le groupe *The Voice* dédié aux jeunes adultes s'est maintenu tout au long de l'année où un fort lien d'appartenance s'est développé entre les participants. Les rencontres sont devenues un lieu important d'entraide où ils peuvent se déposer librement en toute sécurité, peu importe le sujet et les préoccupations. Les voix et autres phénomènes sont abordés en tenant compte de la globalité de la personne par différents thèmes tels que les états de crise ou d'extrême vulnérabilité, la médication et la drogue, les relations familiales et amoureuses, la sexualité, le rapport avec l'équipe traitante, le dévoilement, les études et le travail. C'est un atelier qui s'est co-construit avec les participant.es tout au long de l'année afin de répondre aux besoins de chacun.e.

De plus, 170 rencontres individuelles d'entraide ont été offertes afin de soutenir les entendeurs de voix dans des périodes plus difficiles avec leurs voix ou à ceux et celles qui souhaitent en explorer le sens.

*Les 3 groupes d'entendeurs de voix ont rassemblé 35 personnes, dont
15 membres du programme thérapeutique et de l'Espace PRO,
10 jeunes adultes et 12 personnes provenant de la communauté.
Au total, 76 rencontres de groupe leur ont été offertes.*

*16 personnes ont été rencontrées en entrevue d'accueil.
21 personnes ont bénéficié de rencontres individuelles totalisant 170 rencontres.*

PRISE II a maintenu son leadership au sein du Regroupement des groupes d'entendeurs de voix de Montréal et les environs: Les voix du monde, notamment avec l'organisation d'un événement lors de la Journée internationale des entendeurs de voix (voir section 3.2. Activités de sensibilisation)

PRISE II s'est joint au cours de l'année au Comité de soutien du Réseau des Entendeurs de Voix québécois (REV québécois). Nous avons participé activement à l'organisation et à l'animation

d'une première rencontre provinciale de réseautage post-pandémie, où une quinzaine de groupes étaient présents le 14 mars 2023. Ce fût l'occasion de prendre des nouvelles des groupes, d'entendre à la fois les bons coups mais aussi les défis et les besoins de chacun. Les participant.es ont entre autres démontré un grand intérêt pour démarrer une communauté de pratique à l'automne prochain. Une deuxième rencontre de réseautage sera organisée au printemps 2023.

Journée internationale des entendeurs de voix au Cinéma Beaubien : 175 personnes.

Journée réseautage provinciale : 27 personnes regroupant 15 groupes d'entendeurs de voix.

2.2.4. Volet vie associative

Vie démocratique

La vie démocratique de Prise II se reflète principalement par son assemblée générale annuelle et les différentes assemblées et consultations faites auprès des usagers tout au cours de l'année.

Assemblée générale annuelle (AGA)

L'AGA est un moment important dans la vie de la ressource. Au-delà de son caractère formel et obligatoire nous en avons fait un événement marquant où l'ensemble du personnel et membres du CA font le bilan des réalisations de l'année auprès des membres de la corporation qui sont principalement des usagers de la ressource. 69 personnes se sont inscrites comme membre de la corporation pour l'année 2022/2023, ce qui témoigne d'une vie démocratique saine et dynamique.

*47 personnes se sont présentées lors de l'AGA tenue le 14 juin 2022
dont 41 étaient membres de la Corporation de Prise II.*

Assemblées des membres et consultations

Trois assemblées des membres ont eu lieu cette année: deux des membres du programme thérapeutique et une des membres de l'Espace PRO. Elles ont été organisées par les déléguées des membres et ont eu lieu en mode hybride afin de permettre le plus grand nombre de participants. Ces rencontres ont permis de partager des informations et de prendre des décisions. Entre autres, c'est lors d'une assemblée que les membres ont signifié leur intérêt à déposer une demande de subvention à un fonds dédié à l'organisation de sorties en plein air. Le 1er février, nous avons appris que notre demande avait été accueillie favorablement et nous avons reçu un financement de \$5,600 pour organiser un séjour de 3 nuits sur une base de plein air au mois d'août.

De plus, afin d'élaborer les programmations, des rencontres de consultation ont été organisées avec les membres afin d'identifier leurs intérêts, leurs préoccupations, leurs besoins et leurs idées d'ateliers. Ainsi, nous avons eu quatre rencontres de consultation avec les membres du programme thérapeutique et de l'Espace PRO. Des rencontres de consultation ont aussi lieu sur des thèmes et des projets spécifiques.

Au cours de l'année:

- *3 assemblées des membres du programme thérapeutique et de l'Espace Pro*
- *4 rencontres de consultation sur les programmations d'activités*
- *5 rencontres de consultation sur des thèmes spécifiques dont l'aide alimentaire, les besoins de l'Espace PRO, le séjour plein air.*
- *3 rencontres pour faire le bilan de certains événements ou formations: vernissage et formation WRAP*

“

Communauté d'appartenance

La vie associative se reflète aussi par la vitalité de sa communauté d'appartenance.

Fêtes, repas et sorties

Les activités de la vie associative ont marqué différents moments de l'année et nous ont permis de nous retrouver en présence le plus naturellement possible ou de nous exercer à le faire, presque comme avant la pandémie. Ainsi, au printemps 2022, 10 repas collectifs avec des cuisines des différents coins du monde ont été organisés, avec le souci particulier de renouer avec le plaisir de partager un repas. Au courant de l'année, nous avons proposé 21 rencontres où un repas a été servi, pour un total de 495 repas. Ceci inclut des rassemblements pour souligner les fêtes de l'année: halloween, souper et brunch de Noël, st-Valentin...



Quelques sorties au cinéma ont été proposées et accueillies favorablement par les membres. Deux scénaristes en lien avec l'organisme nous ont invité.es au lancement de leurs longs métrages. Ce fut l'occasion de se retrouver, une fois au Rendez-vous Québec Cinéma et l'autre au Cinéma du Musée. En plus de la sortie du temps des fêtes, il y a eu au total 29 entrées au cinéma facilitées

par le fait de sortir en groupe et de ne pas avoir à faire face à l'obstacle financier que présente une telle sortie.

Cette année, nous avons eu la chance d'accueillir trois intervenant.es avec le programme Emploi Été Canada. En plus d'assurer une disponibilité pour toutes les personnes souhaitant rencontrer un intervenant, une programmation d'été variée et des activités sur Zoom et en personne ont été proposées. Ceci afin de rester en lien avec tous et toutes et d'offrir des moments de détente qui sortent du quotidien habituel. Parmi les activités on retrouvait: méditation, cuisine, activité au parc, art libre et musique et les sorties qui ont amené les membres de PRISE II à visiter de nombreux lieux à Montréal et dans les environs. Voir le tableau des activités offertes à l'annexe 7.3 pour plus de détails..



Sortie au Centre de la nature à Laval

Séances d'information

Les sujets qui intéressent et préoccupent les membres ne manquent pas. Ils proviennent parfois de l'intérêt d'une personne ou d'une situation particulière qu'on souhaite aborder en groupe, de sujets d'actualité auxquels on souhaiterait être davantage sensibilisé.e... Cette année, voici quelques uns des thèmes que nous avons abordés grâce à des organismes et des conférenciers soucieux de partager et de transmettre de façon accessible des informations importantes: la transition écologique (Solon), la déprescription (Réseau de la déprescription), l'épicerie et le budget (ACEF), l'aide sociale (OPDS), le logement social (Comité logement), le revenu de base (OPDS), les groupes d'outremangeurs anonymes (OA). Voir le tableau des activités offertes à l'annexe 7.3 pour plus de détails.



Être en lien et s'entraider dans la post-pandémie

Bien que socialement nous commençons à ressentir une petite distance s'installer entre la pandémie et la vie au quotidien, nous avons porté une préoccupation pour ceux.celles qui vivent encore avec les effets de la Covid 19. Tout au long de l'année, nous avons normalisé la difficulté à revenir à ses activités comme avant la pandémie, le défi que cela peut représenter mais aussi la possibilité d'être soutenu.e dans cette expérience tout à fait compréhensible étant donné ce que nous avons vécu. Du soutien a été offert à tous ceux et celles qui souhaitent réapprendre l'espace public en étant accompagné.es (Ex: Reprise des transports en commun). Ces difficultés ont été abordées dans le cadre de rencontres individuelles et d'ateliers de groupe mais aussi dans le cadre de la vie associative. Ceci par des invitations à venir partager un moment d'échange ou de jeux un matin par semaine dans le cadre du Toast et café, ou encore un repas collectif sur l'heure du dîner. La possibilité de participer à des activités de la vie associative par Zoom a aussi été maintenue, sachant que pour certains, cette façon de participer permet de dépasser plusieurs obstacles qu'ils soient ou non liés à la pandémie. Bref, la vie associative a continué d'être un important moyen pour sentir qu'on est en lien avec d'autres et qu'on fait partie d'un groupe.

Milieu d'implication



Aide alimentaire

Nous savons à quel point le soutien alimentaire est important, l'impact qu'il peut avoir sur le quotidien et sa nécessité dans le contexte actuel entre la hausse des prix et l'accès limité aux banques alimentaires. À l'hiver 2022, l'obtention d'une subvention exceptionnelle de Deuxième récolte nous a permis encore au printemps dernier de soutenir les membres et les étudiants en distribuant 349 cartes d'épicerie. Une aide alimentaire précieuse appréciée par tous.

Bien que l'activité de la banque alimentaire tenue par et pour les membres à PRISE II avec des denrées offertes par Moisson Montréal n'ait pas été relancée depuis la fin des mesures sanitaires, elle demeure toujours au cœur des projets en cours. Suite au sondage effectué en novembre dernier auprès des membres pour mieux connaître leurs besoins, un comité Moisson Montréal a été mis sur pied cet hiver, témoignant bien de l'intérêt et de l'engagement des membres à remettre sur pied cette activité.

*Au cours de l'année,
un total de 423 cartes d'épicerie ont été distribuées à 108 personnes,
et 495 repas ont été servis lors de différentes activités.*

Militantisme

Journée de l'Alternative en santé mentale

Cette année, le rendez-vous pour souligner la Journée de l'alternative en santé mentale a eu lieu au Carré St-Louis. Les témoignages étaient touchants, les appels à la mobilisation inspirants et nous étions content.es de constater une importante présence des médias. Ce rendez-vous, bien que nous ne soyons pas très nombreux.ses, est toujours un moment important pour se retrouver entre militant.es et se rappeler à quel point ce mouvement nous tient à cœur.



Journée de l'Alternative le 10 octobre 2022 en bonne compagnie avec l'équipe du RRASMQ

Collectif La Santé sans préjugés

Depuis 2017, PRISE II et ses membres prennent part avec le Regroupement des ressources alternatives en santé mentale (RRASMQ) et d'autres organismes, dans une démarche d'action collective qui a mené à la création du Collectif La Santé sans préjugés. Ce Collectif se mobilise autour de l'enjeu du masquage diagnostique, phénomène où les symptômes d'un problème de santé

physique sont associés à tort à la santé mentale. Le Collectif a pour revendication que le CIUSSS déploie une campagne de lutte aux préjugés en santé mentale avec et par les personnes premières concernées et les organismes qui les représentent, auprès des acteurs des services de santé, afin de garantir plus d'écoute et de respect des droits. Cette année, le comité de coordination, dont nous faisons partie, a principalement travaillé à établir des alliances au sein du réseau de Services de santé et services sociaux. Nous avons aussi débuté un travail de collaboration avec deux chercheurs, Mme Marie-Claude Jacques et M. Pierre Pariseau-Legault, avec qui nous avons soumis une demande de subvention au Conseil de recherche en sciences humaines (CRSH), que nous avons obtenue. Le projet s'intitule « J'ai mal et on ne me croit pas » : Co-production et mobilisation des connaissances sur le phénomène d'ombrage diagnostique en santé mentale.

2.3. Services adaptés aux jeunes

À l'intention des 16-35 ans, l'Espace jeunes de PRISE II (qui a été mis en place pendant la pandémie) s'adresse aux jeunes adultes qui vivent des difficultés en lien avec leur santé mentale, qui se posent des questions ou qui souhaitent simplement avoir accès à un espace où il est possible d'en parler librement et sans jugement. Espace jeunes se veut un endroit où on peut aborder le vécu de chacun de façon bienveillante (émotions intenses, expériences de vie difficiles, relations interpersonnelles...) où il y a place à l'exploration d'outils pour aller mieux et ce, tout en rencontrant d'autres jeunes.

2.3.1. Programmations

Les programmations d'Espace jeunes comprennent une diversité de propositions afin de répondre aux différentes réalités des jeunes qui y ont recours. L'ensemble des activités est accessible sans prérequis, ni critère spécifique pour participer, à l'exception de l'âge. Lors de la dernière année, nous avons présenté trois programmations d'activités et d'ateliers, soit au printemps, à l'automne et à l'hiver.

Depuis notre première programmation d'activités, nous avons constaté que la notion d'engagement au niveau de la participation était plus difficile auprès des jeunes adultes. C'est pourquoi, dès le début, il a été important pour nous d'instaurer un climat de souplesse et de flexibilité au niveau de la participation. À l'Espace jeunes, il est toujours possible de participer aux activités en fonction de ses besoins et de ses intérêts du moment. Et puis, comme toujours, la souplesse se retrouve au cœur de nos façons de faire : Inscriptions toujours en cours, participation régulière ou ponctuelle, possibilité de prendre la parole ou pas... Les possibilités sont variées. Via les rencontres individuelles ou de groupe, les participant.es sont consulté.es régulièrement afin que les activités prennent les couleurs de ceux et celles qui y participent. L'Espace jeunes a le désir de faire des propositions qui correspondent aux besoins et aux intérêts des jeunes qui s'y impliquent. Certaines activités s'offrent dans les locaux de PRISE II et d'autres, en ligne. Voir le tableau des activités en annexe 7.3.

Puisque l'Espace jeunes cherche constamment à s'adapter aux besoins et aux réalités des jeunes, les programmations de la dernière année ont évolué en fonction de ce qui avait du sens pour les jeunes. Alors qu'il y avait des espaces davantage libres ou de socialisation qui ont été proposés au printemps et à l'automne 2022, tels des ateliers d'art libre et des café-rencontres, ceux-ci n'ont pas été reconduits lors des programmations suivantes. Effectivement, il a été constaté que les jeunes cherchent d'abord à participer à des ateliers qui peuvent offrir un thème spécifique. Nous croyons que cela est dû au sentiment d'appartenance qui n'est pas tout-à-fait renforcé chez les jeunes participant.e.s, rendant cela difficile d'aller à un atelier où le prétexte de rencontre n'est pas clairement défini. Les ateliers davantage souples referont peut-être surface dans une mesure où un certain climat de confiance et d'appartenance est solidifié chez les jeunes.



Bienvenu.es au Café rencontre avec Léa et Carole!

Par ailleurs, les ateliers sur la gestion de l'anxiété continuent d'être un espace sollicité et où on voit l'importance d'offrir ce genre de lieu de partage et surtout, pour acquérir de nouveaux outils pour mieux vivre avec cette réalité bien définie : L'anxiété. Alors que cette série d'ateliers a été offerte exclusivement en ligne depuis l'arrivée de la pandémie, l'atelier offert lors de l'hiver 2023 nous a permis de voir l'intérêt de recommencer à occuper les espaces physiques de PRISE II. Pour la première fois depuis plusieurs années, cet atelier a été offert en mode hybride afin de favoriser une plus grande participation.

C'est aussi suite à la rétroaction de jeunes participant.e.s qu'il a été jugé important d'offrir des activités en soirée. Une variété dans l'horaire permet une plus grande participation, d'où la raison pour laquelle le café-thématique a été offert en soirée.

Au total, ce sont 53 jeunes qui se sont inscrits à des activités de groupe de la programmation d'Espace Jeunes pour un total de 123 inscriptions.

2.3.2. Rencontres individuelles

Bien que l'Espace jeunes offre une diversité d'alternatives pour aller mieux, nous sentons qu'il est important de continuer d'offrir des rencontres de suivi individuelles. Nous notons que celles-ci contribuent grandement au renforcement du sentiment de confiance et d'appartenance, sentiment nécessaire à l'intégration aux activités de groupe. Ainsi, via les rencontres individuelles, le lien qui se crée entre le/la jeune et l'intervenante agit doucement comme tremplin vers une intégration aux ateliers et aux activités de groupe.

Bien que nous continuons d'offrir une souplesse dans le temps et dans la façon de se rencontrer (dans nos locaux, par téléconférence ou par téléphone), il est observé que les jeunes demandent de moins en moins à faire leurs rencontres sur Zoom, favorisant des rencontres en face à face dans les locaux de PRISE II.

Au cours de l'année, 361 rencontres individuelles ont été offertes à 50 jeunes dont

- *11 rencontres d'évaluation psychosociale*
- *245 rencontres d'accompagnement psychosocial*
- *66 rencontres de psychothérapie*
- *39 rencontres de soutien aux entendeurs de voix.*

2.3.3. Collaborations et partenaires

Lors de la dernière année, l'Espace jeunes a continué d'aller à la rencontre des différents acteurs du milieu, tout en renforçant les liens qui avaient été créés dans les dernières années. Cette présence dans la communauté est importante afin de faire connaître nos services auprès des partenaires mais surtout, afin de rejoindre les jeunes qui autrement, ne viendraient peut-être pas vers nous.

Tout au long de l'année, des intervenantes de l'Espace jeunes ont participé aux sept assemblées de la TCJA et, à deux occasions, PRISE II a accueilli la Table et ses membres dans nos locaux. Ces rencontres sont des moments privilégiés pour faire connaître notre offre mais surtout, pour tisser des liens avec des milieux qui partagent nos valeurs et aussi, le désir d'offrir des pistes pour aller mieux aux jeunes adultes de la communauté. À travers ces rencontres, nous avons notamment créé des liens avec le CJE ABC et l'école aux adultes Félix-Antoine. À plusieurs reprises, les intervenantes de l'Espace jeunes ont par la suite offert des ateliers de sensibilisation et de démystification sur la thématique de la santé mentale. Ces ateliers dans ces milieux ont mené à la participation des jeunes à s'intégrer à différents ateliers de la programmation de l'Espace jeunes.

L'Espace jeunes a également continué de créer des liens avec Aire Ouverte. Nous avons reçu à PRISE II la visite d'intervenant.es à quelques reprises afin de leur présenter les lieux, notre approche et notre fonctionnement; nous avons présenté les services lors de réunions d'équipe d'AO; nous avons eu des échanges téléphoniques avec les personnes responsables des dimensions cliniques et organisationnelles ainsi que systématiquement envoyé des courriels pour publiciser nos activités aux intervenants de l'équipe.

Nous avons continué de prendre part aux Labo d'innovation d'Aire ouverte et même à la préparation d'une journée d'activité de mobilisation des connaissances sur les Constats de déploiement d'Aire ouverte par les équipes de recherches.

PRISE II valorise beaucoup les partenariats avec différents projets de recherche. L'Espace jeunes représente donc une occasion de plus pour s'associer à des équipes qui cherchent à rejoindre et mieux comprendre les réalités des jeunes qui vivent des enjeux de toutes sortes.

Une intervenante de l'Espace jeunes, accompagnée de 3 jeunes ont notamment participé au labo **Parlons bien-être et participation citoyenne**, qui a eu lieu au théâtre du Nouveau Monde le 28 mai 2022, organisé par Exeko. Cela a été une belle occasion pour offrir la parole aux jeunes et les entendre sur les facteurs qui pourraient favoriser une implication citoyenne.

Plus récemment, le 23 mars 2023, l'Espace jeunes a co-organisé, en partenariat avec Exeko, ÉRASME, Aire ouverte, Solon, etc. un labo intitulé **La participation citoyenne : Un outil pour soi**. Ce labo, qui a eu lieu à PRISE II, a permis de donner la parole à plus d'une trentaine de jeunes sur l'impact de l'implication citoyenne pour soi et collectivement.

Ensuite, PRISE II s'est également associé à une équipe de recherche de McGill qui souhaitait mesurer les impacts de la création d'un film autobiographique auprès des personnes qui vivent des

enjeux de santé mentale. C'est ainsi qu'à l'automne 2022, l'atelier **Mon histoire, mon film** a été offert et durant lequel trois jeunes ont pu réaliser et compléter trois films autobiographiques. Des entrevues ont été réalisées tout au long du processus afin de mesurer les impacts d'un tel projet.

Finalement, l'Espace jeunes a continué de travailler avec le Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec dans le cadre d'un groupe de travail sur l'accueil des jeunes dans les ressources alternatives. Un total de quatre rencontres ont eu lieu où l'objectif était de donner la parole aux intervenant.e.s de ressources alternatives et qui, dans les dernières années, ont mis sur pied des projets spécifiquement à l'intention des jeunes adultes au sein de leurs ressources respectives. Ces rencontres ont donné lieu à la mise en commun d'expériences lors de l'implantation d'un tel projet, au partage de défis et d'enjeux mais aussi au partage des bons coups réalisés dans les différents milieux. Cette implication se poursuivra au cours de la prochaine année.

2.3.4. Participation des jeunes

Lors de la dernière année, les participant.e.s de l'Espace jeunes ont pu s'impliquer de différentes façons au sein des activités offertes. Les voici !

Qui dit journée internationale des entendeurs de voix dit affirmation de son vécu ! Et c'est exactement ce qui s'est passé lors de cette journée de septembre où jeunes et moins jeunes ont pris la parole pour partager leurs histoires, leurs vécus, leurs revendications et leurs désirs. Deux participant.e.s de l'Espace jeunes ont notamment pris la parole lors du fameux micro-ouvert à cette occasion pour partager leurs réflexions en lien avec cette journée.

Pendant l'automne 2022, une jeune participante nous a ensuite interpellés afin de créer un espace de discussion autour de la question du **Pouvoir en santé mentale**. Elle souhaitait offrir la parole à d'autres jeunes adultes qui ont eu une expérience en psychiatrie et qui souhaitaient réfléchir à des façons alternatives de reprendre du pouvoir dans cette sphère. Les témoignages recueillis par les participant.e.s ont servi à la rédaction d'un article pour la revue du RRASMQ : **L'autre espace**. Cet atelier, co-animé par cette participante, a permis de donner la parole à quatre autres jeunes qui fréquentent les services de l'Espace jeunes et où les échanges ont été aussi riches que touchants.

Au mois de février 2023, un événement a eu lieu à PRISE II afin de souligner tout le travail qui a été déployé dans la réalisation des films autobiographiques dans le cadre de l'atelier **Mon histoire, mon film**, offert en partenariat avec l'Université McGill. Une quarantaine de personnes, de PRISE II et de la communauté, étaient présentes à cet événement pour partager ce moment et surtout, pour entendre le processus de création de ces trois jeunes réalisateurs.



Avec l'arrivée du printemps et en partenariat avec le CJE ABC et Aire Ouverte, l'Espace jeunes s'est impliqué dans un projet de réalisation de capsules vidéos. La réalisation de ces vidéos permettrait de faire la promotion des services offerts en santé mentale dans le milieu communautaire. Plusieurs jeunes des différents milieux nommés ci-dessus ont été sollicités afin de partager leurs expériences de demande d'aide. Quatre jeunes de l'Espace jeunes ont généreusement accepté de partager leurs expériences. Les capsules sont en cours de réalisation et seront diffusées au courant de l'année 2023. À suivre !

2.3.5. Soutien aux études

Cette année, le service de soutien aux études a connu un certain mouvement avec le départ et l'arrivée d'intervenants.e.s. Ceci a eu des répercussions sur la quantité de suivis pédagogiques individuels dispensés par rapport à l'année dernière.

L'année a aussi été caractérisée par une réorganisation des services de soutien aux études notamment avec son intégration dans l'Espace jeunes permettant d'une part, aux étudiants desservis, d'avoir accès à un plus grand nombre de services de l'organisme et d'autre part, aux intervenants.e.s, de mieux saisir et répondre aux défis rencontrés sur le terrain.

Les étudiants.e.s ont ainsi pu bénéficier de certains ateliers, acquérir plus d'outils face à la gestion de l'anxiété, participer aux activités d'art, aux espaces de méditation pleine conscience tout en bénéficiant de pratiques prometteuses, comme l'acupuncture. Toute cette gamme d'outils leur est offerte pour qu'ils apprennent à mieux vivre avec les expériences de stress et d'anxiété auxquels ils sont confrontés.e.s. L'approche globale (suivis individuels et ateliers de groupe) permet de soutenir l'étudiant.e à la fois dans sa démarche et dans les différentes sphères affectées par ses enjeux en santé mentale. Cela permet d'ancrer l'étudiant.e dans son projet d'études, afin d'y donner un sens nouveau et d'élargir les perspectives au-delà de la demande de consultation initiale.

Concernant le suivi psychosocial individuel, nous avons pu offrir plus de disponibilités afin de pouvoir répondre à plus de demandes d'étudiant.e.s et de références de nos partenaires. Cela a aussi permis de pouvoir accompagner des étudiants.e.s qui étaient suivis.e.s en orthopédagogie et qui avaient besoin d'un soutien psychosocial. Nous avons poursuivi un travail intégratif par la transmission d'informations et de réflexion clinique entre les services d'orthopédagogie et de soutien psychosocial.

L'équipe du soutien aux études a aussi voulu faire connaître et rendre accessible ses services directement aux jeunes, afin qu'il.elles puissent s'auto-référencer, sans forcément passer par un professionnel tiers. Dans cette visée, nous avons commencé à rejoindre les espaces de socialisation que fréquentent les étudiants.e.s, comme les cafés universitaires et les associations étudiantes. Quelques kiosques ont été organisés en partenariat avec des stagiaires en action collective (UQAM), qui sont allées faire connaître les services auprès des jeunes du cégep Bois de Boulogne ainsi que du cégep du Vieux Montréal, lors d'une semaine d'activités portant sur la santé physique et mentale.

En collaboration avec l'Espace Jeunes, nous avons animé plusieurs ateliers dans des organismes partenaires (Centre Jeunesse Emploi, école Félix Antoine), portant sur différentes thématiques, comme la santé mentale ou le consentement

Concernant le travail de partenariat, il est important de rappeler que le service de soutien aux études se pose en complémentarité des services offerts dans les établissements bien souvent limités dans le temps, que cela soit au niveau du suivi psychosocial, de la psychothérapie ou des

services en orthopédagogie. En ce sens, le soutien aux étudiant.e.s proposé par PRISE II représente une réelle alternative, qui permet de travailler les enjeux et les problématiques en profondeur. Le fait que la durée des suivis dépend des besoins et n'est pas pré-établie d'avance nous donne le temps nécessaire à la création d'un lien de confiance significatif qui devient un espace propice au changement. Nous apprenons à connaître chaque étudiant.e. et à trouver des solutions personnalisées par rapport à sa situation, son vécu et ses défis propres. Cette année, nous avons travaillé à préciser l'expertise développée dans l'offre de service de soutien aux études spécialisé en santé mentale.

Ce travail qui s'inscrit dans la durée et dans une forme de flexibilité qui est apprécié des étudiant.e.s, est aussi reconnu et valorisé par l'ensemble des universités et cégeps avec lesquels nous travaillons.

Les partenariats développés avec les établissements (l'UQAM, l'UdeM, le cégep du Vieux Montréal, le collège Ahuntsic, le collège Bois de Boulogne, le cégep Marie-Victorin, le collège André Grasset) mais surtout le partenariat établi de longue date entre le CREP et le service de soutien aux études de PRISE II ont encore cette année permis à de nombreux.se.s étudiant.e.s vivant avec des enjeux de santé mentale de mieux s'adapter aux exigences de leur programme d'études, de maintenir leur projet académique et de le compléter.

Cette année, un total de 1211 rencontres de soutien aux étudiants ont été offertes à 94 étudiant.es dont:

- 36 rencontres d'évaluation
- 1061 rencontres de soutien orthopédagogique
- 114 rencontres de suivis psychosocial

L'Espace jeunes et le Soutien aux études avec son soutien pédagogique spécialisé en santé mentale sont autant d'espaces et d'outils que les étudiant.e.s peuvent s'approprier dans leur recherche de moyens pour aller mieux et composer avec leurs difficultés. Dans ce sens, nous souhaitons les rendre accessibles à un plus grand nombre.

2.4. Services accessibles à la communauté

Rappelons qu'il est possible d'avoir accès à certains services de PRISE II sans être membre du programme thérapeutique, de l'espace PRO ou de l'Espace jeunes.

Depuis le début de la pandémie, grâce notamment au virage numérique, les personnes de la communauté ont non seulement une entrée directe à la GAM, au groupe d'entendeurs de voix, au soutien aux études et au PAAS-Action mais ils bénéficient maintenant d'une programmation qui leur est offerte à l'automne, à l'hiver et au printemps.

Ce nouveau service qui répond à des besoins certains et qui rejoint différents acteurs de la communauté, nous amène à constater qu'il y a une demande importante pour des réponses alternatives.

3. OFFRE DE FORMATION ET DÉVELOPPEMENT DES PRATIQUES

3.1. Formations et conférences

Milieu actif de formation, PRISE II partage son expertise auprès de ses membres, de ses partenaires et de la communauté par différents moyens:

Conférences sur le mouvement des entendeurs de voix

Encore cette année, nous avons répondu aux différentes invitations des milieux scolaire et communautaire afin de sensibiliser les étudiant.es, les intervenant.es et les personnes premières concernées au mouvement des entendeurs de voix. Ces conférences adaptées aux besoins de chacun offrent entre autres de nouvelles avenues pour écouter les entendeurs et leurs voix différemment et pour intervenir autrement. La présentation de l'approche, illustrée par différents témoignages, résulte à coup sûr en des rencontres fort animées, témoignant bien de l'intérêt et la curiosité des participants et de leur soif d'en apprendre davantage sur les alternatives.

- 7 conférences d'introduction au mouvement des entendeurs de voix ont été présentées durant l'année aux étudiant.es collégiaux et universitaires dans le contexte de leur programme d'études en travail social ou en psychologie.
- 3 rencontres de sensibilisation sur l'approche des entendeurs de voix ont été offertes aux équipes ou aux membres de ressources communautaires.
- Ainsi qu'une conférence **Et si on écoutait autrement? Accompagner des entendeurs de voix victimes de traumas sexuels** dans le cadre du Colloque Violence sexuelle et santé mentale organisé par les Calacs des rivières.

Durant l'année, 11 conférences ont été offertes rejoignant au total 389 personnes

Conférence sur l'approche alternative en santé mentale

Dans le cadre du cours Travail social et santé mentale au BAC en travail social à l'Université de Montréal, nous avons rencontré une cinquantaine d'étudiant.es pour leur parler de Prise II comme organisme communautaire avec une approche alternative en santé mentale et le rôle d'intervenant.e dans ce contexte. Nous avons abordé les différents types d'interventions, le cadre dans lequel nous travaillons ainsi que les spécificités du travail en milieu alternatif. Cette présentation **L'intervention en santé mentale dans le cadre d'un organisme communautaire alternatif**, a été l'occasion de faire connaître à des futurs travailleur.euses sociaux.sociales des lieux d'intervention moins connus ainsi que de partager des réflexions sur le rôle du travail social.

3.2. Évènements de sensibilisation

Les Grandes conférences sur l'Alternative

Pour la troisième année consécutive, nous avons poursuivi avec le Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec et l'Équipe de recherche et d'action Santé mentale et culture ÉRASME, la série de Grandes conférences de l'alternative. Ce rendez-vous en ligne nous permet de passer deux heures en compagnie de personnes un peu partout au Québec, qui partagent un intérêt pour le discours alternatif et qui apprécient de partager des réflexions sur différents sujets. Cette année, nous avons parlé d'acupuncture sociale, de revenu citoyen, d'autorisation de soin, de jeunes ni au travail ni aux études ni en formation, du projet Nous et la médication et finalement de sociologie clinique.

6 conférences ont été offertes durant l'année rejoignant au total 169 personnes.



*Lors du lancement du site web Nous et la médication le 17 mai dernier.
Un outil de référence pertinent et inspirant à enregistrer rapidement dans vos favoris!
Bravo au Comité vécu GAM qui compte plusieurs membres de Prise II.*

Journée internationale des entendeurs de voix

Cette année, la fin des mesures sanitaires nous a permis de renouer avec notre rendez-vous annuel, au cinéma Beaubien, afin de souligner la Journée internationale des entendeurs de voix. Nous avons initié l'organisation et pu compter sur la collaboration des Voix du monde, Regroupement des groupes d'entendeurs de voix de Montréal et les environs. La présentation du documentaire français "J'entends des voix qui me parlent" réalisé par Gérard Miller et Anaïs Feuillet, avec la collaboration de REV France, a donné suite à de riches échanges et prises de paroles qui se sont poursuivis lors d'un 5 à 7 dans un café du quartier. C'est avec une joie bien palpable qu'entendeurs, proches, allié.es, professionnel.es du réseau public et communautaire se sont retrouvés. Au total, 175 personnes se sont jointes à nous pour souligner l'événement. Un succès qui nous donne des ailes pour l'an prochain!



"Merci! Merci de me faire voir autre chose! Je vous avoue que j'avais des biais avant de venir. Mais là ici, à voir tout ce monde souriant et avenant, si articulé, je me dis que j'ai de la difficulté à différencier qui est entendeur et qui ne l'est pas! Ça donne de l'espoir! Ce n'est pas une fatalité finalement d'entendre des voix"

- *Une amie d'une mère d'une entendeur de voix*



Nous étions 175 personnes pour souligner la Journée internationale des entendeurs de voix le 14 septembre dernier

3.3. Stages

Cette année, nous avons poursuivi comme à notre habitude la supervision de trois étudiant.es pour leur stage final de BAC en travail social de l'Université de Montréal et l'Université de Québec à Montréal. Accompagné.es de leur superviseure de stage et soutenu.es par l'équipe de travail, ils.elles ont acquis de l'expérience en intervention individuelle et de groupe dans des contextes formels et informels, tout en partageant leurs connaissances et savoirs-faire. Pour l'équipe et pour les membres de PRISE II, leur contribution fut importante.

Toujours dans le cadre de la formation en travail social, nous avons accueilli pour la première fois des étudiantes de l'UQAM dans le cadre de leur stage d'initiation à l'action communautaire. L'équipe était formée de cinq étudiantes qui ont travaillé ensemble à faire connaître auprès des jeunes et des acteurs du milieu, les services et les activités proposés dans le cadre de l'Espace jeunes de PRISE II.

De plus, nous avons répété notre expérience en accueillant une stagiaire à la maîtrise en art-thérapie de l'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue dans le cadre d'un stage auprès de groupes. Celle-ci a offert à l'hiver deux groupes d'art-thérapie forts appréciés.

Finalement, une étudiante à la maîtrise en Sciences des religions à l'Université de Montréal, a amorcé à PRISE II, un stage d'exploration et de recherche. Elle s'intéresse à la spiritualité au sein de l'organisme. Dans le cadre de son stage, elle réalisera des entretiens avec les intervenant.es et la direction et à partir de l'analyse qu'elle fera, elle proposera et implantera un projet.

Rappelons aussi que cet été, nous avons accueilli trois intervenant.es d'été dans le cadre du programme d'Emploi Été Canada. Avec un plan de mentorat, nous avons assuré leur supervision dans le cadre de leurs fonctions, vu au bon déroulement de leur expérience de travail et au développement de leurs compétences professionnelles.

3.4. Développements des pratiques

Espace de réflexion critique, de co-construction et de recherche pour l'avancement et le développement des pratiques.

Wellness Recovery Action Plan (WRAP)

À la fin mars 2022, la formation WRAP avait été dispensée à 15 participant.es provenant de différentes ressources communautaires en santé mentale, par deux formateurs provenant du Centre Copeland aux États-Unis. La formation avec traduction simultanée et la traduction en français des documents importants a été rendue possible grâce au soutien financier obtenu par le Fonds communautaire Bell Cause pour la Cause en 2020.

Cette année, suite à la formation, nous avons eu quatre rencontres avec les participant.es à la formation (intervenant.es et personnes concernées) afin de faire un retour sur la formation et d'aborder les suites. Les défis de l'implantation restent importants puisque la culture du WRAP, bien développée aux États-Unis, nous reste un peu étrangère et que peu des participant.es à la formation se trouvent actuellement disponibles.

Cependant, nous réaffirmons régulièrement que le WRAP est un élément incontournable d'un parcours de rétablissement. Développer un plan d'action personnalisé pour voir à son bien-être quotidien et dans les périodes difficiles, tout en partageant avec d'autres ses expériences et stratégies, nous semble être au cœur d'une démarche de rétablissement. Le plan de crise qui inclut ce qui m'aide et ce qui ne m'aide pas, comment je souhaite être soutenue, qui je souhaite

impliquer, quel.le professionnel.le contacter, à quel organisme ou établissement faire appel, etc., est régulièrement présenté lors de conférences comme pratique importante (ex. directives anticipées).

Nous avons ainsi offert des ateliers WRAP à la programmation des activités de PRISE II et travaillé à l'offre d'un WRAP spécifiquement à l'intention des jeunes. Nous poursuivons le développement de cette pratique à laquelle nous croyons et que nous verrons intégrer comme outil de base au sein de l'organisme et pour les membres de la communauté.

Soutien Intentionnel par les pair.es (SIPP)

En novembre 2022, quatre entraïdantes de PRISE II, ressource alternative en santé mentale et partenaire d'ÉRASME, ont complété la formation des formateurs au Soutien intentionnel par les pairs (Intentional Peer Support). Ceci, après avoir suivi la formation de base en 2017, l'avoir mis en pratique pendant plusieurs années et réalisé du travail de co-réflexion. Après 42 heures de formation en ligne et plus de 40 heures de travail de préparation, c'est un accomplissement important pour ces entraïdantes qui sont les premières francophones à être formées ici et ailleurs!

Depuis ses débuts, ce projet, initié par PRISE II, a été appuyé par le Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec (RRASMQ), soutenu par ÉRASME et accompagné par la chercheure Marie-Laurence Poirel.

Ces nouvelles formatrices envisagent la suite avec enthousiasme. Elles sont maintenant en mesure d'offrir la formation de base avec l'accréditation officielle, aux membres de PRISE II et du Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec (RRASMQ). Convaincues que cette approche d'entraide outille, qu'elle renforce l'expertise des « expert.e.s d'expérience » et apporte une nouvelle perspective aux entraïdant.e.s, aux pair.e.s aidant.e.s et aux intervenant.e.s, elles ont hâte de l'enseigner aux membres de Prise II et d'autres ressources du Regroupement.

Clinique d'acupuncture sociale NADA

Une rencontre avec le RRASMQ et deux ressources communautaires offrant de l'acupuncture sociale a été organisée pour partager sur les différentes expériences de mise en place des cliniques NADA. D'autres rencontres sont prévues en collaboration avec le Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec afin de poursuivre nos réflexions sur le développement de cliniques d'acupuncture sociale au Québec, sur la façon d'intéresser davantage d'acupuncteur.trice.s à offrir ce service en région et à documenter l'efficacité de cette approche d'intervention non verbale avec le soutien de la recherche universitaire.

Gestion autonome de la médication (GAM)

Un grand nombre de membres de PRISE II vivent ou ont vécu à un moment, des enjeux en lien avec leur médication et portent des questionnements face auxquels ils souhaitent être soutenu.es. De la même façon, des membres de la communauté nous interpellent aussi afin de pouvoir être accompagné.es. Ainsi, l'importance et la pertinence d'une pratique comme la GAM sur laquelle pouvoir s'appuyer nous est régulièrement rappelée. Cette pratique individuelle et de groupe outille à la fois les personnes et les intervenant.es dans leur accompagnement. Cette année, les demandes reçues étaient principalement individuelles et nous sentons le besoin de faire le point sur les besoins qui nous sont adressés, les enjeux qui émergent et sur la façon avec laquelle nous y répondons. Ceci, particulièrement parce que nos ressources ayant de l'expérience avec la GAM sont plus limitées présentement à Prise II. Nous poursuivons notre implication au sein de la Communauté de pratique GAM organisée par le Regroupement des ressources alternatives en santé mentale.

Approche alternative en soutien aux personnes qui entendent des voix

La collaboration entamée l'an dernier avec Lourdes Rodriguez, chercheure à l'Université de Montréal pour développer une approche alternative en soutien aux personnes entendant des voix s'est poursuivie. À travers une douzaine de rencontres cette année, plusieurs facettes de l'accompagnement individuel et de groupe ont été explorées: La création d'un groupe pour les jeunes, le rôle et la posture de l'animateur, le maintien d'un espace sécuritaire, faire sens avec les voix et les états de crise, la relation avec les proches et la place du savoir expérientiel. Nous sommes heureux.es de pouvoir poursuivre cette association au cours de l'année qui vient.

Pratiques alternatives adaptées aux jeunes

Le souci de trouver des façons adaptées de rejoindre les jeunes et de leur rendre accessibles des pratiques alternatives en santé mentale reste au cœur de l'Espace jeunes. Des réunions à l'interne avec les intervenant.es d'Espace jeunes et du Soutien aux études ainsi que des rencontres avec nos partenaires nous ont permis de proposer des services plus ajustés. Nous poursuivons ainsi notre travail de recherche de pratiques et d'outils ainsi que de moyens qui facilitent la participation aux activités.

Nous contribuons au travail de l'accueil des jeunes dans le milieu alternatif, au delà de notre organisme, en participant au Groupe de travail et de soutien : Adapter nos pratiques pour favoriser l'accueil des jeunes adultes dans les ressources alternatives, organisé par le Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec (RRASMQ). Cet espace nous a permis de nous mettre en lien avec d'autres organismes alternatifs qui développent aussi des pratiques spécifiques pour les jeunes et qui cherchent à dépasser les défis rencontrés.

Parmi les pratiques que nous voyons comme prometteuses pour le soutien aux jeunes, l'approche Open Dialogue nous semble très intéressante par sa façon de tenir compte du réseau. Nous sommes régulièrement contactés par des familles qui sont préoccupées pour un.e jeune membre de leur famille et Open Dialogue, avec sa posture qui nous apparaît comme étant très compatible avec celle en contexte alternatif, serait un outil d'intervention intéressant. Nous poursuivons ainsi notre travail de collaboration autour d'une pratique qui vise à mieux soutenir les jeunes en tenant compte de leur réseau.

Open Dialogue et le développement d'une approche systémique

Dans le cadre de notre participation à l'Alliance de Recherche et d'Action Alternatives inclusives en Santé mentale, nous avons pris part à des rencontres régulières avec Lourdes Rodriguez, chercheure à l'Université de Montréal et l'Association des parents et amis de la Rive-Sud (APAMM-RS) afin de réfléchir à une pratique systémique au sein de nos organisations, qui viserait à favoriser le travail de collaboration avec les familles et briserait ainsi les silos. Nous avons tout particulièrement porté notre attention sur l'approche d'*Open dialogue* à laquelle nous souhaitons nous former.

Internal Family System (IFS)

L'équipe de travail a poursuivi sa formation à l'approche alternative de traitement: *Internal Family System* (IFS), amorcée l'an dernier. L'ensemble des intervenant.es ont reçu 3 journées de formation et 6 rencontres de supervision clinique de groupe tout au cours de l'année. Des supervisions cliniques individuelles ont également été offertes aux intervenant.es et psychothérapeutes intéressés.es.

Tout au cours de l'année, un travail de co-construction en lien avec IFS a permis à trois intervenant.es de développer une série d'ateliers à l'intention des membres de PRISE II afin

d'introduire les principaux concepts, de s'approprier le vocabulaire et de structurer des exercices et pratiques de cette approche hautement inspirante et ajustée aux valeurs de l'alternative. Un atelier sur les qualités du Soi et un atelier d'introduction à l'approche IFS ont ainsi été offerts.

3.5. Activités de recherche

ÉRASME

PRISE II maintient sa participation au sein de l'Équipe de recherche et d'action Santé mentale et culture (ÉRASME) avec laquelle nous sommes partenaires. Les rencontres ont été moins nombreuses cette année mais cette appartenance demeure significative et privilégiée pour le développement de nos pratiques.

Alliance de recherche et d'action Pratiques alternatives et inclusives en santé mentale

Au printemps 2022, l'Alliance de recherche et d'action Pratiques alternatives et inclusives en santé mentale, dirigée par Lourdes Rodriguez, dont nous sommes partenaires, a obtenu un financement du Conseil de recherche en sciences humaines. Face à l'augmentation de mesures d'exception et aux limites des réponses données par la psychiatrie institutionnelle, ce projet propose la co-construction et l'expérimentation de solutions innovantes, concrètes et réalistes ainsi que des outils pouvant servir dans différents contextes.

ESTAMIRA Pratiques alternatives

À l'automne 2022, le projet Estamira - Pratiques alternatives et inclusives dont nous sommes partenaires, a obtenu un financement de la Fondation Lucie et André Chagnon. Cette initiative dont nous sommes fiduciaires participe à soutenir l'implication des milieux communautaires et des personnes concernées dans la recherche d'actions intersectorielles afin de contrer les dynamiques d'exclusion.

4. RELATIONS AVEC LE MILIEU

Dynamisme et engagement de l'organisme dans le milieu

4.1. Collaborations

PRISE II travaille en étroite collaboration avec plusieurs partenaires du communautaire, du réseau public, des établissements scolaires et de la recherche.

Collaborations avec le milieu communautaire

- Atelier "*Sensibilisation à la santé mentale*" offert au Carrefour Jeunesse Emploi Ahuntsic Bordeaux-Cartierville (CJE-ABC), groupe Départ à neuf, 12 personnes, 7 décembre 2022.
- Atelier "*Parlons consentement*" offert au CJE-ABC, groupe Départ à neuf, 15 personnes, 8 mars 2023.
- Activités de sensibilisation "*Introduction au mouvement des entendeurs de voix*" offerts à:
 - La Rescousse amicale, Rawdon, 2,5 heures, 15 personnes, 24 mai 2022
 - La Communauté d'apprentissage en santé mentale et itinérance (CASMI) organisée par Médecins du monde, 3 heures, 12 personnes, 28 septembre 2022
 - Le Fil, organisme de suivi communautaire, 2 heures, 12 personnes, 29 septembre 2022.

- Atelier “*Méditation 101*” offert au Bureau de consultation jeunesse, 9 juin 2022.
- Présentation du service Espace Jeunes à:
 - Bureau de consultation jeunesse, 3 personnes, 27 avril 2022.
 - Clinique mobile de Médecins du monde, infirmière, 1 personne, 27 avril 2022
 - CJE - ABC, 20 septembre 2022,
 - Comité jeunesse 6-25 ans de la Table de concertation jeunesse de Ville-St-Laurent, 1er février 2023.
- Présentation des services de PRISE II et sensibilisation à l’approche alternative en santé mentale, RAP Jeunesse, 12 personnes, 16 mars 2023.
- Atelier “*Pratique d’autocompassion*” pour les intervenants d’Ahuntsic avec Solidarité Ahuntsic et l’organisme Solon, 4 heures, 12 personnes, 27 mai 2022.



Pratique d’autocompassion avec nos partenaires Solidarité Ahuntsic et Solon

Collaborations avec les partenaires du réseau public

- Rencontre dans les locaux d’Aire Ouverte pour améliorer le référencement entre Aire Ouverte du CIUSSS du Nord-de-l’île-de-Montréal et Espace Jeunes de PRISE II, 3 personnes, 1er novembre 2022.
- Création de capsules vidéo à l’intention des jeunes en collaboration avec Aire Ouverte et CJE-ABC.
- Atelier d’art offert auprès d’un groupe de personnes du suivi intensif dans le milieu du CIUSSS du Nord-de-l’île-de-Montréal, 25 janvier 2023.
- Atelier sur l’ombrage diagnostique offert à l’intention des Ambassadeurs en éthique du CIUSSS Centre-Sud-de-l’île-de-Montréal dans le cadre du Collectif Santé sans préjugés, 12 personnes, 21 février 2023.

- Présentation des services Espace Jeunes à :
 - Équipe Aire Ouverte du CIUSSS du Nord-de-l'Île-de-Montréal, 6 personnes, 13 septembre 2022.
- Présentation de l'ensemble des services de PRISE II
 - Équipes SIV et SIM du CIUSSS du Nord-de-l'Île-de-Montréal, 30 personnes, 14 février 2023.
 - Équipe Santé mentale adulte du CLSC Bordeaux-Cartierville, 15 personnes, 12 avril 2022.
- Présentations ponctuelles d'un ou plusieurs services à des intervenant.es provenant de différents établissements du réseau public.

Collaborations avec les partenaires des établissements scolaires

- Activité de sensibilisation à la santé mentale
 - École aux adultes Félix Antoine, 18 étudiants, 7 mars 2023
- Activités de sensibilisation "*Introduction au Mouvement des entendeurs de voix*" dans le cadre des cours :
 - "Travail social et santé mentale", BAC de travail social, Université de Montréal, 3 heures, 25 étudiants, 6 juin 2022
 - "Santé mentale, intervention et collaboration", 1er cycle, Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue, 3 heures, 30 étudiants, 14 juin 2022
 - "Travail social et santé mentale", BAC de travail social, l'Université de Montréal, 2h45, 79 étudiants, 1er novembre 2022
 - "Santé et conditions de vie", Technique en travail social, Cégep du Vieux Montréal, 1h30, 21 étudiants, 14 novembre 2022
 - "Santé et conditions de vie", Technique en travail social, Cégep du Vieux Montréal, 1h30, 25 étudiants, 15 novembre 2022
 - "Santé des jeunes", Certificat en santé mentale, Faculté de l'éducation permanente de l'Université de Montréal, 1h30, 50 étudiants, 16 novembre 2022
 - "Travail social et santé mentale", BAC en travail social, Université de Montréal, 2 h 45, 80 personnes, 15 mars 2023
- Présentation "*L'intervention en santé mentale dans le cadre d'un organisme communautaire alternatif*"
 - "Travail social et santé mentale", BAC en travail social, Université de Montréal, 1 h 30, 50 étudiants, 21 mars 2023.
- Présentations du service de Soutien aux études et de l'Espace jeunes
 - UQAM, Service de soutien psychologique, 30 septembre 2022
 - UQAM, Équipe d'aide psychosociale et BIRÉ, 15 personnes, 19 octobre 2022
 - Université de Montréal, 20 personnes, 11 octobre 2022
 - Collège Ahuntsic, 8 personnes, 30 septembre 2022
 - Collège Ahuntsic, 10 personnes, 4 octobre 2022
 - Collège André Grasset, 8 personnes, 11 octobre 2022
 - Collège Bois-de-boulogne, équipe psychosociale, 31 mai 2022
 - Cégep du Vieux Montréal, 5 personnes, 15 octobre 2022

Collaborations avec le milieu de la recherche

- Membre de l'Équipe de recherche et d'action santé mentale et culture ÉRASME.
- Fiduciaire et partenaire de l'initiative ESTAMIRA: Pratiques alternatives et inclusives.

- Membre de l'Alliance de recherche Pratiques alternatives et inclusives en santé mentale avec Lourdes Rodriguez del Barrio, professeure, Université de Montréal et équipe.
- Baladodiffusion visant la mobilisation, la valorisation et le croisement des connaissances et des pratiques concernées par la vulnérabilité avec Emmanuelle Khoury, professeure, Université de Montréal et Pierre Pariseau-Legault, professeur, Université du Québec en Outaouais. 
- Projet de recherche "COVID-19 Virage numérique" avec Lourdes Rodriguez del Barrio, professeure, Université de Montréal et équipe. Bilan des bonnes pratiques et production d'un guide.
- Pour continuer à nourrir la relation d'entraide entre pairs dans les ressources alternatives en santé mentale par l'expérimentation et l'adaptation du Soutien intentionnel par les pairs avec Marie-Laurence Poirel, professeure, Université de Montréal.
- Partenaire du projet de recherche Autobiographical Filmmaking and Psychological Distress in Youth avec Ian Gold, professeur à McGill et équipe. Réalisation de films autobiographiques: Mon histoire, mon film.
- Projet de recherche dans le cadre des activités du Collectif la Santé sans préjugés. "J'ai mal et on ne me croit pas" : co-production et mobilisation des connaissances sur le phénomène d'ombrage diagnostique en santé mentale avec Marie-Claude Jacques et Pierre Pariseau-Legault, professeurs à l'Université du Québec en Outaouais.

4.2. Participations aux Tables de concertation et aux regroupements

En plus de ses collaborations, PRISE II a poursuivi ses implications.

- Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec (RRASMQ)
 - Membre du RRASMQ et participation à l'AGA (3 représentant.es des usagers et 3 représentant.es du personnel, 2 jours)
 - Partenaire au comité "Suivi d'implantation SIPP" (3 personnes concernées et deux intervenant.es, 3 rencontres)
 - Partenaire dans l'organisation de la série Grandes conférences de l'alternative avec le RRASMQ et ÉRASME (6 conférences, 164 participant.es)
 - Membre du comité organisateur Santé sans préjugés (4 rencontres)
 - Participation à la Communauté de pratiques GAM (5 rencontres)
 - Participation au groupe de travail et de soutien : Adapter nos pratiques pour favoriser l'accueil des jeunes adultes dans les ressources alternatives.
- CIUSSS du Nord-de-l'Île-de-Montréal
 - Participation au Réseau local de Santé et Services Sociaux Ahuntsic Bordeaux Cartierville (RLSSS)
 - Participation aux rencontres du projet Aire ouverte et aux Laboratoires d'innovation visant la transformation des pratiques face aux jeunes.
- Réseau alternatif et communautaire des organismes de la région de Montréal (RACOR)
 - Membre du RACOR
- Regroupement des groupes d'entendeurs de voix de Montréal et les environs (Voix du Monde)
 - Maintien des liens entre les groupes et organisation d'un évènement annuel pour souligner la Journée internationale du Mouvement des entendeurs de voix.

- Association québécoise de réadaptation psychosociale (AQRP)
 - Membre de l'AQRP
 - Membre du comité provincial de Réseau des entendeurs de voix du Québec REV Québécois)
- Partenaires jeunesse
 - Membre de la Table de concertation jeunesse d'Ahuntsic
 - Participation au Comité élargi sur les services sociaux et de santé dans le cadre de la mise en place du Plan d'action pour la santé mentale étudiante en enseignement supérieur 2021-2026.

4.3. Contribution et participation à des événements spéciaux

- Kiosque de l'Espace jeunes
 - Maison du développement durable dans le cadre de la semaine de la santé mentale "*Crise environnementale : quelle place donner à ses émotions*", 5 mai 2022
 - Fête de quartier d' Ahuntsic, tenue d'un kiosque en partenariat avec la TCJA afin de présenter les services de l'Espace jeunes, 11 juin 2022.
 - École secondaire Sophie Barat, dans le cadre de la "*Foire aux rencontres: venez découvrir les organismes de votre quartier*" 20 personnes, parents et étudiants, 26 janvier 2023
 - Cégep Bois-de-Boulogne, kiosque d'information, 15 mars 2023
 - Cégep du Vieux Montréal, kiosque d'information, 11 avril 2023
 - Université du Québec à Montréal, kiosque d'information, 5 avril 2023
- Conférences
 - Présentation d'une conférence "*Et si on écoutait autrement? Accompagner des entendeurs de voix victimes de traumatismes sexuels*" présentée au CALACS des Rivières Haute Yamaska - Brome Missisquoi. 3 heures, 40 personnes, 16 mai 2023.
 - Participation à une présentation à l'ACFAS - Consolidation d'un réseau intersectoriel de services intégré Jeunesse: L'évolution des liens collaboratifs pour l'implantation d'Aire Ouverte sur le territoire du CIUSSS du Nord-de-l'Île-de-Montréal, 11 mai 2022.
 - Présentation de l'atelier RegARDS sur les pratiques en santé mentale durant la pandémie : Apprentissages, enjeux et défis pour l'avenir au Forum la communauté au cœur: dialogue autour des initiatives et des pratiques durant la pandémie, CoVivre, 16 septembre 2022.
 -
- Évènements
 - Organisation d'un événement autour de la projection de courts métrages réalisés dans le projet "*Mon histoire, mon film*". 40 personnes, 23 février 2023.
 - Lancement du balado *Écoute-moi*: Un balado qui donne la parole aux gens ayant un vécu en santé mentale réalisé dans le cadre d'un projet de recherche. 2 épisodes: 1. Se réapproprier sa vie; 2. La perte de repères. 25 personnes, 5 avril 2022.
 - Organisation et animation d'un événement au cinéma Beaubien dans le cadre de la Journée internationale des entendeurs de voix, 175 personnes, 14 septembre 2022.
 - Participation à la Journée de l'Alternative, 5 personnes, 10 octobre 2022.
 - Planification et animation de la Journée de réseautage de Réseau des entendeurs de voix du Québec (REV Qc), 27 personnes, 3 heures, 14 mars 2023.

- Prêt de locaux
 - Rencontres de la Table de concertation jeunesse de Ahuntsic
 - Rencontres du groupe Départ à neuf du CJE
 - Rencontres de groupe de l'organisme l'Arc-en-ciel
 - Rencontres de groupe de soutien Ahuntsic
 - Réunions de l'équipe de recherche ÉRASME
 - Réunions du Centre InterActions
 - Fêtes de Noël de deux équipes du Suivi intensif dans le milieu du CIUSSS-SIM

4.4. Contribution de la communauté aux activités du Centre

PRISE II maintient un lien privilégié avec plusieurs partenaires de la communauté qui participent activement à enrichir l'offre de services en ressources humaines, matérielles et financières.

4.4.1. Ressources humaines

- La Commission scolaire de Montréal via le Centre des ressources éducatives et professionnelles (CREP)
 - Apport de quatre intervenantes à temps plein, 10 mois par année pour les volets artistique, de soutien aux études et d'employabilité.
 - Stagiaire provenant de l'Atelier, stage de retour à l'emploi, supervisée par une enseignante du CREP, 100 heures.
 - Soutien informatique offert aux réceptionnistes et au groupe PAAS-Action par une enseignante du CREP.
 - Services d'un orienteur au besoin.
- Festival Quartier Danse
 - Offre de quatre ateliers de danse avec deux médiatrices Danse Danse.
- Les universités (UdeM, UQAM, Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue)
 - 3 stagiaires terminant leur baccalauréat en travail social, 630 heures (3 jours/semaine pendant 30 semaines), automne 2022 et hiver 2023.
 - 1 stagiaire en art-thérapie, Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue, 150 heures, hiver 2023.
 - 5 stagiaires en action collective en travail social, UQAM, 83 heures, hiver 2023.
- Les chercheurs:
 - 3 chercheurs accompagnant le développement de 3 pratiques distinctes.

- Bénévolat et militantisme
 - 7 bénévoles se sont partagé.es le rôle de réceptionniste à PRISE II tout au cours de l'année (entre 9h et 16h30, 5 jours semaine pour un total de 1635 heures)
 - 1 bénévole a offert des sessions de massage tout au cours de l'année (34 soins de 45 minutes).
 - 3 représentant.es des usager.es ont accepté de siéger au C.A. de PRISE II, d'animer diverses rencontres auprès de leurs membres et de participer à la tenue d'activités ponctuelles.
 - 4 bénévoles ont accepté d'être représentantes de la communauté au C.A. de PRISE II et 3 d'entre elles ont accepté de siéger au conseil exécutif.
 - Plusieurs artistes de PRISE II se sont impliqué.es bénévolement dans la réalisation d'activités spéciales à PRISE II (vernissage, exposition d'œuvres, décoration pour les fêtes, embellissement des locaux).
 - Des membres militant.es se sont impliqué.es au sein de différents comités en lien avec nos partenaires.

4.4.2. Ressources matérielles

- Le CREP
 - Salles allouées pour l'exposition d'œuvres d'art
 - Site web Respirer l'Art à la disposition des artistes de PRISE II
 - Prêt de 10 tablettes pour le groupe PAAS-Action
 - Prêt de trois ordinateurs à la disposition des artistes
- Le Cégep du Vieux Montréal
 - Prêt d' un local pour les rencontres avec des étudiant.es.
- La Fondation Second Harvest
 - Don pour l'achat de cartes d'épicerie et distribution de repas.

4.4.3. Ressources financières

Deuxième récolte	\$26,000
Aire ouverte	\$25,779
Formations et conférences offertes	\$1,300
RRASMQ (soutien à la pratique d'entraide SIPP)	\$4,940
Fiduciaire pour un projet de recherche avec la Fondation Chagnon	\$10,500
Location de bureaux	\$750
Université de Montréal et UQAM (stagiaires)	\$6,650
ÉRASME	\$5,000
Dons des particuliers	\$17,757
Autres	\$8,630
Total	\$107,306

5. RESSOURCES HUMAINES

5.1. Formation continue

Formation

- *Formation éclair en communication numérique*, Flore Tanguay Hébert, mars 2023, 4 personnes, 2 heures.
- *Traumas complexes et populations vulnérabilisées: Redéfinir nos pratiques d'accompagnement*, Nancy Keays, CREMIS, 4 novembre 2022 et 27 janvier 2023, 7 personnes, 7 heures.
- *Internal Family System*, formation de base, Christine Quoibion:
 - 22 avril 2022. 8 personnes, 7 heures.
 - 6 mai 2022, 7 personnes, 7 heures.
 - 3 juin 2022, 7 personnes, 7 heures.
- *Créer un espace sécuritaire*, 6 juin 2022, Interligne, 1 personne, 3 heures.
- *Colloque des violences sexuelles et santé mentale*, Calacs des Rivières Haute-Yamaska Brome-Missisquoi, 16 mai 2022, 1 personne, 4 heures.
- *Directives anticipées psychiatriques facilitées par les pairs-aidants : Enjeux et perspectives*, Aurélie Tinland Forensia - Centre de formation en santé mentale, justice et sécurité, 1er février 2023, 1 personne, 1 heure.
- *Congrès de psychiatrie critique: Regard nouveau sur des paysages connus*, conférenciers variés: Aline Meunier, Willy Apollon, Alexandre Baril, Serge Tracy, Ouanessa Younsi, 10 février 2023, 3 personnes, 7 heures.
- *Les conflits d'allégeance en psychiatrie légale : Passage obligé, mal nécessaire ou opportunité d'actualisation des pratiques?* Forensia : Centre de formation en santé mentale, justice et sécurité, Pierre Pariseau-Legault, 15 février 2023, 1 personne, 1 heure.
- *Annual Conference: Withdrawal from Psychiatric Drugs*, IIWPD. Conférenciers variés: Professor Joanna Moncrie, Dr Mark Horowitz, Adele Frammer, Sarah Tilley, Karen Prellwitz-Homann, Mark Sanderson, Sandra Jayacodi, Professor Dainius Puras, Anne Guy, Will Hall et Angela Peacock, les 2, 10 et 11 février 2023, 1 personne, 6 heures.
- *Formation - Sensibilisation à la GAM*, RRASMQ, 2 novembre 2022, 6 personnes, 6h30.
- *Trauma Super Conference - 2023 edition*, Conscious Life : Conférenciers variés, du 13 au 19 février 2023.
- *Psychedelics in Therapy: MDMA, Psilocybin, Ketamine, Micro-Dosing*, Psychotherapy Networker, 22 juin 2022, 1 personne, 10 heures.
- *IFS Immersion: Integrating Internal Family Systems (IFS) Across Clinical Applications*, Psychotherapy Networker, 13 mars 2023, 1 personne, 13 heures.
- *IFS in Action Master Class*, Richard Schwartz, PESI, 23 mars 2023, 1 personne, 5h30.

- *Internal Family Systems: A Step-by-Step Guide Through Clinical Applications of the IFS Model* (Online Course), PESI, 7 mars 2023, 1 personne, 8 heures.
- *Formation Intentional Peer Support-Train The Trainer*, du 18 octobre au 22 novembre 2022, 4 personnes, 42 heures, 11 rencontres pour un total de 42 heures.

Supervision clinique

- Supervision IFS, Christine Quoibion,
 - 7 octobre 2022, 6 personnes, 2 heures.
 - 11 novembre 2022, 6 personnes, 2 heures.
 - 2 décembre 2022, 6 personnes, 2 heures.
 - 20 janvier 2023, 6 personnes, 2 heures.
 - 24 février 2023, 7 personnes, 2 heures.
 - 10 mars 2023, 8 personnes, 2 heures.
- Supervision clinique individuelle, Christine Quoibion,
 - 3 et 17 février, 3, 17 et 31 mars 2023, 1 personne, 5 heures.
 - 28 avril, 10 et 24 mai, 14 et 20 juin 2022, 1er et 21 février 2023, 1 personne, 7 heures.
- Formation d'intervention/théories psychodynamiques, 20 janvier 2023, Institut Albert Prévost,
 - 20 janvier 2023, 1 personne, 6 heures.
 - 17 février 2023, 1 personne, 6 heures.
 - 18 mars 2023, 1 personne, 6 heures.
- Supervision individuelle, 6 mars 2023, François Channel, 1 personne, 2 heures.

Co-formation

- Développement de l'atelier *Introduction to the Internal Family System (IFS)*, du 29 septembre au 17 novembre 2022, avec Claudie Morissette, 2 personnes, 16 heures.
- Développement de l'atelier d'introduction à l'IFS, hiver 2023, 2 personnes, 25 heures.
- Préparation à la *formation Intentional Peer Support - Train The Trainer*, 4 personnes, 40 heures.

5.2. Composition de l'équipe

Personnel régulier	
Pierrette Richard Directrice	Lisa Benisty Travailleuse sociale Directrice adjointe
Diane Dauphinais Intervenante	Carole Dupeyras Travailleuse sociale (depuis sept. 2022)
Nathalie Godfrind Intervenante	Normand Gravel Psychothérapeute
Léa MacKechnie-Blais Intervenante	Roberta Maforte Intervenante (depuis mars 2023)
Pierre-Luc St-Hilaire Travailleur social (jusqu'en mai 2022)	Louise Turcotte Psychothérapeute (jusqu'en juin 2022)
Personnel contractuel	
Ginette Dufour Administration	Céline Cyr Intervenante et formatrice
Nacima Merad Boudia Administration	Charlotte Astier Acupuntrice
Yves Demers Psychologue (jusqu'en juin 2022)	Julie Marcil Acupuntrice
Coralie Lemieux Sabourin Animatrice Écriture créative	Chantal Legault Acupuntrice
Gabriel Lepage Animateur Pleine conscience et autocompassion	Julie Desroches Animatrice Cheminement personnel
Marianne Legault d'Amour Animatrice Comment ça va?	Mitsou Lefebvre-Lachance Animatrice Groupe sur l'encombrement
Centre de ressources éducatives et pédagogiques (CREP)	
Carole Doré Soutien aux études (depuis jan. 2023)	Nathalie Desjardins Intégration au travail
Nathalie Ouellet Soutien aux études	Marie-Andrée Rho Les arts
Céline St-Amour Crochetière Soutien aux études	Anna Maria Zaidman Soutien aux études (oct. à déc. 2022)

Étudiant.es stagiaires	
<p>Éric Lachapelle Baccalauréat en travail social à l'Université de Montréal, stage 3</p>	<p>Hasna Lionnet Baccalauréat en travail social à l'Université du Québec à Montréal, formation pratique 2 et 3</p>
<p>Yona Lévy Étudiante au baccalauréat en travail social à l'Université du Québec à Montréal, formation pratique 2 et 3</p>	<p>Caroline Mailhot Maîtrise en Sciences des religions, option spiritualité à l'Université de Montréal, stage d'exploration et de recherche</p>
<p>Camila Perez-Boudon Étudiante à la maîtrise en art thérapie à l'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue, stage d'art-thérapie auprès des groupes</p>	<p>Charlie Savignac, Charline Trudel, Mathilde Richer, Gabrielle Lemaire et Eliane Kabedi Banza Baccalauréat en travail social à l'Université du Québec à Montréal, stage d'initiation à l'action communautaire</p>
Programmes subventionnés	
<p>Anne-Marie Bissonnette Intervenante d'été - (Juillet et août 2022) Programme Emploi été Canada</p>	<p>Noémie Crousset-Roy Intervenante d'été - (Juillet et août 2022) Programme Emploi été Canada</p>
<p>Nicolas Morin Intervenant d'été - (Juillet et août 2022) Programme Emploi été Canada</p>	

6. ORIENTATIONS 2023 - 2024

6.1. Le service

- Poursuivre la réorganisation interne du service:
 - L'embauche et l'intégration du personnel
 - L'exploration d'un milieu de stage ouvert à d'autres professionnels de la santé
 - Le réaménagement des lieux physiques en privilégiant les espaces collectifs qui tiennent compte des jeunes.
- Formaliser une offre d'activités et de formation déployée par la mise sur pied d'un Centre de formation alternatif en santé mentale en lien avec le Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec et la recherche.
- Renouveler l'image de l'organisme afin qu'il soit davantage représentatif des clientèles qu'il rejoint et qu'il souhaite desservir:
 - L'ajustement des sites internet actuels
 - Le développement d'outils de promotion pour l'Espace jeunes (plan de communication, brochures, capsules...)
 - La mise sur pied d'une plateforme électronique visant la promotion du Centre de formation.
- Explorer de nouveaux modes de financement principalement en lien avec les jeunes et le Centre de formation.

6.2. Les pratiques

Poursuivre le développement des pratiques alternatives, inclusives et sensibles aux traumatismes.

- Soutenir l'expérimentation de l'approche IFS (Internal Family System) auprès des intervenant.es et des membres par la formation continue et la supervision clinique des intervenant.es et par l'information et le développement d'outils pour les membres.
- Consolider le programme de soutien aux études et l'expertise développée en santé mentale.
- Continuer d'explorer les activités, les événements, les pratiques susceptibles de rejoindre davantage les jeunes en difficulté dans le cadre de l'Espace jeunes.
- Afin de rendre les pratiques plus inclusives, se sensibiliser aux approches interculturelles et aux réalités LGBTQ+.
- Poursuivre la réalisation des projets développés en partenariat:
 - Faire sens avec les voix (ÉRASME)
 - Implanter la pratique du Soutien intentionnel par les pairs (SIPP) ici et ailleurs (RRASMQ, ÉRASME)
 - Développer la pratique WRAP (partenaires communautaires)
 - Se former à l'approche Open dialogue (ÉRASME, APAMM-RS)
 - Travailler au développement de la clinique NADA (acupunctrices, RRASMQ et ressources communautaires).

6.3. La recherche

Contribuer à la réalisation de différents projets de recherche en cours.

- Projet de recherche "COVID-19 Virage numérique" avec Lourdes Rodriguez del Barrio, professeure Université de Montréal et équipe. Bilan des bonnes pratiques et production d'un guide.
- Participation à la mise sur pied de "L'Alliance de recherche et d'action Alternatives inclusives en santé mentale" avec Lourdes Rodriguez del Barrio, professeure Université de Montréal et équipe.
- Fiduciaire et participant à l'initiative *ESTAMIRA - Pratiques alternatives et inclusives*
- Partenaire du projet de recherche *Autobiographical Filmmaking and Psychological Distress in Youth* avec Ian Gold, professeur à McGill et équipe. Nouvelle demande de subvention pour les suites du projet, films autobiographiques: *Mon histoire, mon film*.
- "J'ai mal et on ne me croit pas" : co-production et mobilisation des connaissances sur le phénomène d'ombrage diagnostique en santé mentale avec Marie-Claude Jacques et Pierre Pariseau-Legault, professeur.es à l'Université du Québec en Outaouais. Début du projet de recherche pour lequel nous avons reçu un financement dans le cadre des activités du Collectif la Santé sans préjugés.

7. ANNEXES

7.1. Contacts individualisés

	Moyen utilisé	Nombre de contacts
Accueil, informations et références	téléphone	347
Inscriptions: programme thérapeutique et Espace PRO	courriel et téléphone	199
Contact et information: Soutien aux études	courriel et téléphone	179
Contact et informations: Espace Jeunes	courriel et téléphone	313
Inscriptions Espace Jeunes	courriel et téléphone	34
Communication, vie associative et informations aux membres	courriel	2220
Contact	courriel, téléphone et médias sociaux	250
Aide Alimentaire	poste & téléphone	593
Envois postaux aux membres	poste	220
Total		4355

7.2. Inscriptions 2022 - 2023

Les inscriptions sont celles reliées seulement aux activités de la programmation de PRISE II et d'Espace Jeunes. Elles n'incluent pas les inscriptions aux séries de conférences ni les activités de la vie associative.

	Nombre d'inscriptions					Nombre de personnes inscrites
	Programme thérapeutique	Espace PRO	Espace Jeunes	Communauté	Total	Total
Printemps	170	116	40	76	402	150
Été	49	41	16	32	138	78
Automne	127	86	55	72	340	148
Hiver	131	100	31	82	344	143
Total	477	343	142	262	1224	258

Cette année nous constatons une augmentation significative du nombre d'inscriptions aux activités de groupe de 13%.

7.3. Liste des activités offertes en 2022 - 2023

	Nb de rencontres durant l'année	Nombre de personnes rejointes			
		Printemps	Été	Automne	Hiver
Démarche de rétablissement					
J'arrive	10				9
Initiation au WRAP	8				6
Se remettre de la covid	9			7	
Poursuivre son cheminement personnel	6				6
Volet artistique					
Déc'Art	60	11		13	11
Démarche artistique	49	10		12	12
L'art chez soi, en soi	7	4			
Écriture créative	29	12	9	13	12
Explorations théâtrales	18			7	6
Jam session & activités musicales	6		10		
Artisanats & Bijoux	13		10	4	
Démarche vers l'emploi					
Groupe PAAS-Action	33	7		4	5
Rencontres des réceptionnistes	3	6		7	
Formation informatique	2			6	
Traitement alternatif					
Clinique d'acupuncture sociale	80	68	37	69	61
Autocompassion 101	4			12	
Pratiques d'autocompassion	10				12
Pratiques de pleine conscience	17	16		12	
Pratiques de méditation	16	10	6		
Méditation 101 * Atelier offert à la programmation Espace Jeunes hiver 2023. Voir volet jeunesse pour le nb de rencontres.					7
Aller mieux à ma façon	9	16			

	Nb de rencontres durant l'année	Nombre de personnes rejointes			
		Printemps	Été	Automne	Hiver
Introduction à l'approche IFS	8				21
Explorons les qualités du Soi	10			13	
Soutien à la GAM	12			5	7
Atelier d'auto-soin	3				18
Art-thérapie	20				15
Travail corporel					
Yoga matinal	33	11		4	5
Ça marche!	12	9		5	
Danse Danse	4	7			
Cours d'auto-défense	5			8	
Sport et détente	4		3		
Volet entraide					
Groupe d'entendeurs de voix: Par mille et une voix	44	22	12	15	14
SIPP 103	4	11			
SIPP entraide	26	5		5	5
Formation "IPS - Train the trainer"	11			4	
Préparation à la formation "IPS - Train the trainer"	11			4	
L'encombrement dans mon logis	9	8		6	8
Cercle bienveillant et d'entraide pour l'Espace Pro	23	6	5	4	5
Comment ça va?	36	11	14	12	9
Volet Jeunesse					
Café rencontre	6	6			
Café thématique	6			6	
Gestion de l'anxiété	10			14	7
Méditation 101	26	13		10	5
Groupe d'entendeurs de voix: The Voice	32	6	4	5	5

	Nb de rencontres durant l'année	Nombre de personnes rejointes			
		Printemps	Été	Automne	Hiver
Art libre	19	8		10	
Acupuncture sociale * Atelier offert à la programmation de Prise II. Voir volet alternatif pour le nb de rencontres.		8	3	5	4
Yoga matinal * Atelier offert à la programmation de Prise II. Voir approche corporelle pour le nb de rencontres.					4
Vie associative					
Vie démocratique					
Assemblée générale annuelle	1	47			
Assemblée des membres	3	26		7	
Consultation auprès des membres	4	25		38	15
Rencontre des membres de l'Espace PRO	1			15	
Consultation & sondage sur l'aide alimentaire et la reprise de l'activité de Moisson Montréal à PRISE II	3			32	9
Rencontre Post-Formation WRAP	2			7	
Pensons l'été prochain: Subvention Accès plein air	1			11	
Lancement de la programmation	4	42	29	35	32
Journée de réflexion	1				14
Projet collectif: Présentation du thème	1			7	
Clinique d'impôts	1				35
Fêtes, repas et sorties					
Cabane à sucre	1	37			
Repas de Pâques	1	42			
Ciné Zoom	2	10		5	
Dinons ensemble	12	44		5	
Sortie Cinéma : "Two straight girls at a queer fest"	1	4			
Fête de fin d'année	1	55			
Sorties	13		35	8	13

	Nb de rencontres durant l'année	Nombre de personnes rejointes			
		Printemps	Été	Automne	Hiver
Masterchefs	4		5		
Fête de fin d'été	1		14		
Toast & café	8			4	
Dîner d'Halloween	1			22	
Brunch de Noël à Prise II	1			28	
Souper de Noël	1			44	
Zoom de Noël	1			5	
Brunch des Fêtes	1			20	
Sortie Cinéma des Fêtes	1				13
Comité des membres: Et si on imaginait ensemble la St-Valentin	1				5
Dîner de St-Valentin	1				32
Sortie Cinéma : Documentaire "Émilienne et le temps qui passe"	1				12
Pensons l'été prochain: Subvention Accès plein air	1			11	
Exposition et performance artistique					
Performance danse: "Pig-nosed child: exclusion and inclusion" Fringe Festival	1	9			
Marchés de Noël au CREP et Prise II (7 artistes)	2			25	
Vernissage de l'exposition: <i>Jardins intérieurs</i>	1			50	
Bilan de l'exposition: <i>Jardins intérieurs</i>	1				11
Présentation du site de l'atelier d'écriture	1				16
Expositions de <i>la Formation générale des Adultes</i> à l'Écomusée du fier monde (12 & 12 artistes)	2	20			27
Sorties au Musée des Beaux-Arts de Montréal	2	8			8
Art & Geste	1	5			
Art & Nature	2			7	

	Nb de rencontres durant l'année	Nombre de personnes rejointes			
		Printemps	Été	Automne	Hiver
Activité de sensibilisation et de mobilisation					
Lancement du balado: <i>Écoute-moi</i>	1	25			
Rassemblement : <i>Disons NON aux électrochocs</i>	1	4			
Journée internationale des entendeurs de voix: Documentaire " <i>J'entends des voix</i> " au cinéma Beaubien	2			175	
Journée de l'Alternative en santé mentale	1			5	
Événement: <i>Mon histoire, mon film</i>	1				40
Lab vivant " <i>La participation citoyenne, un outil pour soi</i> "	1				40
Séance d'information & discussion					
" <i>Les plantes d'intérieur</i> " par Ville en vert	1	14			
" <i>Agir ensemble pour la transition socioécologique</i> " par Solon	1	10			
Célébrons ensemble le Jour de la Terre: documentaire " <i>L'Acte de la beauté</i> "	1	21			
" <i>Ai-je toujours besoin de ce médicament?</i> ": Réflexion collective autour de la déprescription	1	10			
" <i>Épicerie et budget santé</i> " par ACEF du Nord	1	22			
" <i>Formation générale sur l'aide sociale</i> " par l'OPDS	1	18			
<i>Atelier sur le logement social</i> par le Comité logement Ahuntsic	1			11	
<i>Le revenu de base: la vision critique de l'OPDS</i>	1				14
<i>Présentation des groupes d'entraide d'Outremangeurs Anonymes</i>	1				12
Les Grandes conférences de l'Alternative					
<i>Acupuncture sociale et ressources alternatives : Une alliance porteuse d'espoir!</i>	1	35			
<i>Le Revenu de citoyenneté comme</i>	1			30	

	Nb de rencontres durant l'année	Nombre de personnes rejointes			
		Printemps	Été	Automne	Hiver
<i>alternative aux injustices de l'aide sociale</i>					
<i>Le point sur l'autorisation de soin: Surjudiciarisation et atteintes systémiques aux droits</i>	1			30	
<i>Ce que cache la catégorie des jeunes qui ne sont ni en emploi, ni aux études, ni en formation et pourquoi il vaut mieux la repenser</i>	1			29	
<i>Nous et la médication : Savoirs d'expériences sur le sevrage des médicaments psychotropes</i>	1			20	
<i>Sociologie clinique et santé mentale: Comment donner sens à l'histoire en soi ?</i>	1				20

Note *: ateliers offerts conjointement aux programmations de Prise II et l'Espace Jeunes.

Prise II

Ressource alternative en santé mentale

10794 rue Lajeunesse, bureau 204, Montréal, (Québec), H3L 2E8

Téléphone: (514) 858-0111

Télécopieur: (514) 858-0111

Courriel: info@prise2.qc.ca

Site web: www.prise2sm.org

Site web: www.espacejeunes.ca

Facebook: Prise II, ressource alternative en santé mentale

Facebook: Espace Jeunes