

Prise II

PRINTEMPS 2020 — 14 avril au 19 juin 2020

Ce printemps, afin de rester en lien tout en gardant nos distances, Prise II propose une programmation en ligne. Vous y trouverez différents ateliers visant à : briser l'isolement, s'outiller pour faire face à l'anxiété et aux situations difficiles, s'entraider et partager notre créativité et nos bons coups, s'offrir des moments de détente et de plaisir pour adoucir notre quotidien. Bonne session à tous !

Voici des exemples d'ateliers: Gestion de l'anxiété - Atelier d'écriture - Rendez-vous créatifs - Gymnastique holistique - Groupe sur l'encombrement - Conférences - Groupe d'entendeurs de voix virtuel - Forum d'échange sur la médication et l'appropriation du pouvoir - Micro-ouvert - Résilience : témoignages et outils.

Pour connaître la programmation,

allez sur le site internet de Prise II à l'adresse suivante:

<https://prise2sm.org/programmation-en-ligne/>

Quand que vous aurez pris connaissance du programme,

vous pourrez vous inscrire en envoyant

un message par courriel à prise2communication@gmail.com

ou par téléphone au (514) 858-0111.