

Subir

DE MULTIPLES CONSÉQUENCES

Insomnie, nervosité, migraine, perte d'appétit, dépression, perte d'estime de soi, idées suicidaires, etc.

COMMENT

la reconnaître...

- Si je ne fais pas les choses comme il faut, **j'ai peur qu'il se fâche.**
- Je me sens **obligée de faire l'amour** sinon, c'est la crise ou il me boude.
- Je vois bien qu'il **m'empêche de voir mes amis** et d'avoir des projets.
- Je n'ose plus parler à d'autres personnes car **il est jaloux.**
- J'ai peur qu'il ait raison lorsqu'il me dit qu'**aucun homme ne voudrait de moi.**
- Je n'en peux plus de **me faire traiter de tous les noms.**
- Je sens qu'**il me contrôle** en m'appelant ou en me textant sans cesse.



UNE maison

- Un accueil temporaire pour les femmes victimes de violence conjugale/amoureuse avec ou sans enfant
- Un milieu de vie sain dans une ambiance chaleureuse
- Un endroit sécuritaire pour partager et prendre un temps de réflexion

Des services d'aide AVEC OU SANS HÉBERGEMENT

Nous sommes là pour vous aider et vous soutenir dans votre reprise de pouvoir.

- Des intervenantes à l'écoute de vos besoins
- De l'accompagnement dans vos démarches
- De l'information et du soutien dans la défense de vos droits

DES SERVICES d'aide en jeunesse AVEC OU SANS HÉBERGEMENT

Nous sommes là aussi pour aider et soutenir les jeunes et outiller leur maman.

- Une approche adaptée pour vous et vos enfants
- De l'accompagnement spécifique à vos besoins

Des activités DE GROUPE

- Le **café-rencontre**
- L'atelier **amorçe** pour comprendre son vécu de violence conjugale
- L'atelier **reprise de pouvoir**
- L'atelier **être en relation avec soi et les autres**

Des activités de **prévention et de sensibilisation**