

LORSQUE VOUS AVEZ BESOIN DE PLUS DE SOUTIEN



pour les
femmes

Quitter un homme, commencer une nouvelle vie, rétablir un vrai foyer pour vos enfants, voilà des activités qui sont à la fois pleines d'espoir et stressantes, optimistes et épuisantes.

Surtout quand il survient beaucoup de changements dans votre vie, vous pourriez avoir besoin de l'assistance et de l'appui d'ami(e)s, de membres de votre famille et, parfois, de professionnel(le)s qui peuvent vous aider en tant que survivante de la violence faite aux femmes, en tant que femme et en tant que parent.

N'hésitez pas à rechercher plus de soutien ...

- si vous êtes harcelée ou si, pour toute autre raison, vous craignez pour votre sécurité
- si vous éprouvez de l'animosité envers vos enfants parce qu'ils ont tellement besoin de vous
- si vous croyez que vous pourriez maltraiter vos enfants ou si vous les avez déjà malmenés
- si vous avez l'impression que vous répétez des actions de vos propres parents, alors que vous ne voulez pas les répéter
- si vous n'avez pas encore trouvé une résidence sécuritaire et stable pour vous et vos enfants
- si vous vous sentez accablée et incapable de faire face à la vie
- si vos enfants ont été appréhendés par la Société d'aide à l'enfance
- si vous croyez que vous pourriez retourner vivre avec un homme violent, simplement parce que votre situation actuelle est trop difficile
- si vous vous inquiétez que votre colère pourrait offenser des personnes que vous aimez
- si vous pensez que votre consommation d'alcool ou de drogues pourrait affecter des personnes que vous aimez
- si, pour n'importe quelle autre raison, vous sentez que vous avez besoin d'un peu de soutien additionnel

Vous n'êtes pas seule.



Votre intervenante ou votre travailleuse peut vous aider à obtenir ce genre de soutien supplémentaire.

Si vous n'avez personne pour vous aider, appelez l'info-ligne Assaulted Women's Helpline au 1-866-863-0511 (ou, dans le Grand Toronto, au (416) 863-0511 ou, pour les malentendantes, au 1-866-863-7868) pour savoir quels sont les services offerts dans votre région.