

Apprendre à exprimer ses émotions autrement que par la colère et la violence

Une offre

Aider des hommes et des femmes à mettre un terme à la violence dans le couple et la famille, qu'elle soit physique, verbale, psychologique ou sexuelle

Une démarche

professionnelle
confidentielle
financièrement accessible

La violence envers ses proches empêche de vivre librement

**En parler soulage
et aide à s'en sortir**

**Appelez le
021 644 20 45**

www.fjfnet.ch/Violence

Pour hommes et femmes impulsifs et colériques



**En parler soulage
et aide à s'en sortir**

**Appelez le
021 644 20 45**

Me montrer violent, c'est

Insulter ou rabaisser

régulièrement mes proches

frapper

ma conjointe, mon conjoint ou mes enfants

menacer

physiquement ou verbalement mes proches

casser

des objets, taper sur la table, contre les murs
ou les portes

forcer

mes proches à avoir
des relations sexuelles ou tout acte non désiré

critiquer

sans cesse les gestes ou les pensées
de mes proches

empêcher

mon/ma partenaire de sortir et contrôler ses relations

**En parler soulage
et aide à s'en sortir**

**Appelez le
021 644 20 45**

Comment s'en sortir ?

ViFa propose des entrevues
Individuelles, des cours de responsabilisation et
des groupes thérapeutiques

Une démarche originale qui permet

d'apprendre

concrètement à maîtriser la colère et l'impulsivité

de mettre fin

aux comportements violents

d'apprendre

à vivre des relations plus égalitaires
et plus harmonieuses

de sortir

de l'isolement

**Chaque acte de violence éloigne un peu
plus son auteur de sa famille
et de lui-même**

**En parler soulage
et aide à s'en sortir**

**Appelez le
021 644 20 45**