

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

### Une offre

aider des garçons et des filles à mettre un terme à leurs comportements violents, qu'ils soient physiques, verbaux, psychologiques ou économiques

### Une démarche

professionnelle  
coordonnée avec les autorités  
confidentielle  
financée par l'Etat

**Le premier rendez-vous est pris par l'assistant-e social-e**

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

**Appelez le  
021 644 20 45**

[www.fjfnet.ch/vifa](http://www.fjfnet.ch/vifa)

## Pour garçons et filles confronté-e-s à la violence



## ViFaAdos

**Programme pour mineur-e-s faisant l'objet d'une décision civile ou pénale**

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

**Appelez le  
021 644 20 45**

## Me montrer violent-e, c'est

**insulter ou rabaisser**  
régulièrement mon entourage

**frapper**  
des jeunes, des adultes ou des personnes âgées

**menacer**  
physiquement ou verbalement mon entourage

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

**forcer**  
mon copain, ma copine ou quiconque à avoir  
des relations sexuelles ou tout acte non désiré

**critiquer**  
sans cesse les gestes ou les pensées  
de mon entourage

**empêcher**  
mon copain ou ma copine 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 ?

**ViFaAdos** propose des entrevues  
individuelles et des groupes socio-éducatifs  
à visée thérapeutique

Une démarche originale qui permet

**d'apprendre**  
concrètement à maîtriser la colère et la rage

**de trouver d'autres réponses**  
que les comportements violents

**d'apprendre**  
à vivre des relations plus respectueuses  
et plus égalitaires

**de sortir**  
de l'isolement

**Chaque acte de violence  
éloigne un peu plus son auteur-e  
de son entourage et de lui-même**

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

**Appelez le  
021 644 20 45**