

Lettre à ceux qui m'ont crue....

Merci de m'avoir respectée et avoir cru en moi et ce, même quand je n'y croyais plus moi-même. D'abord, vous m'avez écoutée et supportée. Sachez combien ce fut important pour moi. Enfin, j'étais entendue. La honte et la culpabilité pesaient moins lourd sur mes épaules. Ensuite, vous m'avez encouragée à sortir de la violence et vous avez respecté mon rythme. À certains moments, vous aviez peut-être l'impression de ne plus savoir quoi dire ou faire, mais vous êtes restés. Vous ne m'avez pas jugée et vous m'avez fait confiance. Vous m'avez supportée et donné des outils pour m'en sortir, sans jamais faire à ma place. Aujourd'hui, même si le chemin est encore semé d'embûches, j'ai confiance que les effets de la violence conjugale vont continuer à s'estomper. Même si parfois mes difficultés refont surface, je sais que vous êtes là pour moi. Les gens comme vous font la différence.

La violence conjugale :

- ♦ **Les blessures sont lentes à guérir et la reprise du pouvoir sur soi se fait graduellement.**
- ♦ **Être crue, entendue, supportée et respectée permet de faire la différence.**

HÉBERGEMENT ET INTERVENTION

24 HEURES / JOUR

7 JOURS / SEMAINE

- **Gratuit, sécuritaire, confidentiel**
- **Accueil, écoute et support**
- **Intervention individuelle et de groupe auprès des femmes et des enfants victimes de violence conjugale**
- **Accompagnement dans les démarches sociales et juridiques**
- **Intervention et suivi auprès des ex-hébergées et leurs enfants**
- **Consultations externes (femmes et enfants)**

 **276-3965**

