

## Comment s'inscrire :

Contactez une intervenante au  
Point d'appui  
C. P. 1274  
Rouyn-Noranda (Québec)  
J9X 6E4  
Téléphone : 797-0101  
Télécopieur : 797-0102  
Courriel : [info@pointdappui.org](mailto:info@pointdappui.org)  
Site web : [www.pointdappui.org](http://www.pointdappui.org)

Une première rencontre individuelle sera planifiée avec une intervenante afin de discuter de tes besoins, de tes attentes, de tes inconforts et pour te donner l'information sur le groupe.

Si tu n'es pas certaine de vouloir suivre le groupe, n'hésite pas à demander une rencontre avec une intervenante afin de t'aider à faire ton choix.

## Le Point d'appui de Rouyn-Noranda est un centre d'aide et de prévention des agressions à caractère sexuel

Ses objectifs sont de venir en aide aux femmes et adolescentes agressées sexuellement et de lutter contre toute forme de violence sexuelle.

Le **Point d'appui** offre :

**L'aide directe** : écoute téléphonique, accompagnement et défense des droits, rencontres individuelles, groupes de soutien

**La prévention**

**La lutte**

## Groupe de soutien

À l'intention des femmes ayant vécu une agression à caractère sexuel récente ou passée (Inceste, agression sexuelle, harcèlement sexuel, appels obscènes, voyeurisme, exhibitionnisme)



**POINT  
D'APPUI**

Centre d'aide et de prévention  
des **agressions à caractère sexuel**  
de Rouyn-Noranda

## **Qu'est-ce que c'est?**

Un petit groupe de femmes qui se réunissent une fois par semaine afin d'échanger en toute confidentialité, à leur rythme et selon leurs besoins, sur leur vécu en lien avec une ou des agressions à caractère sexuel.

Les rencontres s'échelonnent sur 9 semaines et sont d'une durée d'environ 2h30. Ce sont toujours les mêmes femmes qui se voient de semaine en semaine. Aucune autre participante ne peut se joindre au groupe après la première rencontre.

## **Les objectifs :**

- Offrir un lieu d'échange et de partage
- Briser l'isolement
- Guérir les blessures de l'agression à caractère sexuel
- Te permettre de reprendre du pouvoir sur ta vie

## **Les thèmes :**

- Rencontre d'accueil
- Prévoir les moments difficiles
- Quelle enfant j'étais ou quelle femme j'étais et l'agresseur, qui était-il?
- Le dévoilement
- Les effets de l'agression et comment ai-je survécu?
- L'estime de soi
- La culpabilité
- Les peurs et la colère
- La fête

(Les thèmes peuvent varier selon les besoins et les demandes des participantes)

## **Le déroulement des rencontres :**

La première rencontre d'accueil permet de faire connaissance avec les autres participantes et de déterminer les attentes et les objectifs. Pour les rencontres qui vont suivre, nous commençons par nous dire comment s'est passée notre semaine et dans quel état d'âme nous débutons la rencontre. Puis nous poursuivons avec un échange sur le thème de la rencontre auquel les participantes ont réfléchi préalablement à partir d'exercices à la maison. Après la pause, nous continuons avec une activité en lien avec le thème de la rencontre. Nous terminons par une évaluation de la rencontre et la remise de l'exercice pour la semaine suivante.