

Quelles sont les dates des prochaines formations ?

Nous avons prévu trois sessions :

Du samedi 18 septembre au samedi 16 octobre inclus

Du samedi 23 octobre au samedi 20 novembre inclus

Du samedi 13 novembre au samedi décembre inclus

Comment nous contacter

Email : [géintgewalt@inter-actions.lu](mailto:geintgewalt@inter-actions.lu)

Téléphone : **(+352) 49 26 60 28**
N'hésitez pas à laisser un message si nécessaire,
nous vous rappellerons

Inter-Actions asbl

Dire non à la violence domestique



JE VEUX DONNER A MON FOYER UNE CHANCE CONTRE LA VIOLENCE !

- Je suis débordé par ma colère, par mon comportement violent
- J'ai parfois la tentation de lever la main sur mon/ma partenaire, sur mes enfants
- Mon/ma partenaire m'a déjà demandé de crier moins fort, d'être moins agressif
- Je veux faire quelque chose pour changer!

■ **JE PEUX ME FORMER POUR SORTIR DE LA VIOLENCE**

Notre formation de groupe est destinée spécialement aux auteurs (hommes et femmes) d'actes de violence domestique. La participation à cette formation est volontaire, elle peut être un signe que vous voulez changer!

La formation est soutenue et financée par le Ministère de l'Égalité entre les femmes et les hommes.

■ **COMMENT LA FORMATION PEUT-ELLE M'AIDER ?**

Je vais pouvoir comprendre les effets et les causes de la violence domestique.
Je vais pouvoir explorer mes limites, comprendre mes émotions et apprendre comment les gérer dans des situations conflictuelles.
Je vais apprendre à communiquer sans utiliser la violence.
Je vais me sentir plus sûr de moi.

■ **EN QUOI CONSISTE CETTE FORMATION ?**

La formation est avant tout pratique. Vous serez dans un petit groupe de 6 à 8 personnes (pas de mixité hommes / femmes), toutes confrontées aux mêmes problématiques que vous. Au travers d'exercices et de jeux de rôle, vous allez apprendre à reconnaître et faire redescendre les tensions, maîtriser vos instincts, communiquer de manière claire et apaisée ...

La formation s'étale sur 30 heures, réparties sur 5 samedis consécutifs.

■ **COMMENT PUIS-JE M'ENGAGER ?**

Par email ou téléphone. Avant de participer à la formation, vous aurez deux entretiens individuels avec nos formateurs, qui nous permettront de bien comprendre votre situation personnelle et votre motivation. Sur la base des informations que vous échangerez, nous pourrions vous proposer de participer à l'une de formations. Si vous vous acceptez, nous signerons un contrat détaillant nos obligations et nos engagements respectifs.

■ **EST-CE QUE LES SESSIONS SONT ENREGISTRÉES ?**

Non, nous n'avons pas l'autorisation pour enregistrer les sessions. Les sessions sont soumises à une politique stricte de confidentialité et d'anonymat.