

La Mission en bref

Donne-toi une chance propose aux hommes de se « donner une chance » d'améliorer leur situation et celles de leurs proches en demandant de l'aide.

L'organisme offre des activités d'aide, d'intervention et de l'hébergement temporaire pour pères et enfants pour répondre à leurs besoins.

Qu'ils aient des difficultés personnelles, conjugales ou familiales, ils trouveront à **Donne-toi une chance** une aide confidentielle, respectueuse et sans jugement de la part des intervenant(e)s.

Contribuer à la transformation sociale concernant les réalités masculines, adapter les pratiques aux besoins et lutter contre la violence conjugale et familiale, en intervenant auprès des hommes, font aussi partie de la mission... et de la solution!



 **Donne-toi**
une **chance**

Un **appel** suffit,
nous pouvons t'**aider** !



1939, rue St-Louis, local 4,
Gatineau (Québec) J8T 4H5



819 205-1451



819 205-4458



liaison.info@donnetoiunechance.org



www.donnetoiunechance.org

Un **homme**
qui demande
de l'aide,
c'est **fort** !



 **Donne-toi**
une **chance**

Nos programmes et activités

Le programme de rééducation en prévention des violences

Je me reconstruis

- Le volet **sensibilisation** : l'étape du cessez-le-feu (outils pour mieux gérer la réaction de stress et la poussée de colère) et de la prise de conscience de l'homme par rapport à ses conduites violentes et leurs impacts.
- Le volet **responsabilisation** : l'étape de la responsabilisation face aux émotions, besoins et comportements ainsi que l'étape de l'expression/gestion des émotions, des besoins et des conflits.

Les groupes de maintien

Rencontre mensuelle favorisant le maintien des acquis pour les hommes dans l'attente du volet responsabilisation et pour ceux qui ont complété le programme en violence.

Le programme pour hommes vivant des difficultés

Je me donne la chance

Rencontres individuelles pour les hommes éprouvant des difficultés ou vivant une crise transitionnelle afin de les aider à cheminer dans leurs difficultés en tenant compte de leurs besoins et de leurs réalités.

Le programme estime de soi

Pour moi

L'objectif est le développement de stratégies durables afin de rehausser l'estime de soi et de la maintenir.

Le programme pour pères

Pour moi et mes enfants

- Le volet **Habiletés parentales et engagement paternel** s'adresse aux pères souhaitant s'outiller au niveau des habiletés parentales et renforcer le lien avec leur enfant.
- Le volet **Coparents pour nos enfants** explore des notions et outils afin de favoriser une coparentalité positive entre les deux parents, et ce, pour le bien-être des enfants... et des parents!

Maison Oxygène Outaouais

Maison Oxygène Outaouais

Hébergement temporaire avec soutien communautaire et psychosocial pour pères et enfants vivant des difficultés personnelles, sociales ou familiales et souhaitant rétablir, maintenir ou consolider leur lien père-enfant. Aide et accompagnement dans les démarches disponibles également pour les pères n'ayant pas besoin d'hébergement.

Groupe d'entraide accompagné pour hommes survivants d'abus sexuels dans l'enfance

Groupe d'entraide accompagné pour hommes en situation de rupture

Suivis étroits pour hommes en escalade

Réalisés en prévention et en gestion du risque lors des situations de dangerosité pouvant mener à des blessures graves, à un homicide conjugal/familial ou à un suicide. La diminution des facteurs de risque et l'augmentation des facteurs de protection sont au cœur des stratégies de gestion pour la sécurité et le mieux-être des personnes.

Rencontres ponctuelles et intervention en situations de crise

Pour hommes en situation de vulnérabilité, de détresse ou de dangerosité.

Soutien téléphonique

Accueil, information, référence, aide, soutien et intervention afin de répondre aux besoins des hommes et des autres membres de la communauté.

Entrevue d'accueil et démarche exploratoire

Rencontre individuelle pour établir les besoins et la trajectoire dans les activités et programmes.

Accompagnement dans les démarches, informations et références personnalisées

Service d'interpréariat

Soirées d'informations aux conjoint(e)s

Rencontres d'information en partenariat offertes aux conjoint(e)s des participants pour démystifier les services aux hommes, aux femmes et aux enfants, les sensibiliser au cycle, aux formes et aux impacts de la violence, et ce, en insistant sur l'importance de leur protection et de leur sécurité.

Dépannage alimentaire

Activités de promotion, de prévention, d'intervention, d'éducation, de concertation, de collaboration, de formation, de protection et de sensibilisation pour les hommes, les partenaires et la communauté

Ces activités sont reliées à la mission de l'organisme et contribuent à la transformation sociale quant aux vulnérabilités masculines et à lutter contre la violence conjugale et familiale.

