

## Ateliers d'autodéfense et de prévention de la violence

F-7

# FORMATION

### BRÈVE DESCRIPTION DE L'OUTIL :

Le *CRAN des femmes* est un organisme communautaire dont la mission est la prévention des agressions sexuelles et de la violence. Depuis sa fondation en 1995, le *CRAN* a offert des ateliers de prévention de la violence et d'autodéfense à des milliers de femmes et d'adolescentes du Québec. Un atelier de prévention de la violence et d'autoprotection du *CRAN* permet aux femmes :

- de reconnaître plus rapidement les situations de violence lorsqu'elles se produisent
- de se donner le droit de réagir lorsqu'elles ont peur
- de développer des moyens pour éviter de figer dans les situations dangereuses
- d'apprendre à faire face autant aux agressions psychologiques qu'aux agressions physiques
- de se sentir plus en sécurité dans leur vie au travail, à la maison, dans la rue, etc.

L'approche développée par le *CRAN* mise sur :

- le renforcement de la confiance en soi et de l'affirmation de soi
- des techniques concrètes et adaptées aux besoins des femmes

<b>Nom de l'outil</b>	Ateliers d'autodéfense et de prévention de la violence
Type de document	Dépliant promotionnel des ateliers de prévention et d'autodéfense dispensés par l'organisme
Type d'abus	Toutes les formes de violence
Catégorie d'intervenants ciblés	Femmes et adolescentes de 13 à 113 ans
Organisme de provenance	Le CRAN des femmes
Ville (région)	À travers le Québec
Date de création	1995
Nombre de personnes rejointes	Plus de 11 000 femmes et adolescentes depuis 1995
Personne contact (coordonnées de l'organisme)	Claudine Thibaudeau  Le CRAN des femmes C.P. 134, succ. R Montréal (Québec) H2S 3K3  Téléphone : 514 850-0786 Télécopieur : 514 850-0642 Courriel : <a href="mailto:info@cpvc-cran.net">info@cpvc-cran.net</a> Site Internet : <a href="http://www.cpvc-cran.net">www.cpvc-cran.net</a>
Nombre de pages	1
Comment se procurer l'outil	Contacteur l'organisme
	Particularités : Version électronique disponible Atelier de formation de formatrices aussi disponible sur demande Le cours est aussi offert aux intervenantes

