



## Je suis un homme qui veut mettre fin à la violence familiale.

*En tant qu'homme qui veut contribuer à mettre fin à la violence familiale, que puis-je faire pour aider?*

**Agir pour prévenir ou lutter contre la violence n'est pas toujours une question d'héroïsme. Il existe des options qui correspondent à vos besoins de sécurité, à votre style personnel, à votre relation avec la victime ou l'agresseur, ainsi qu'à la situation dont vous êtes témoin. En intervenant, vous pouvez sauver une vie.**

### LA FORCE RÉELLE C'EST DE FAIRE PARTIE DE LA SOLUTION POUR METTRE FIN À LA VIOLENCE FAMILIALE.

**La plupart des hommes n'ont pas recours à la violence dans leurs relations.** La majorité des hommes ne tolèrent pas la violence familiale et veulent y mettre fin.

En plus d'être non violents eux-mêmes, les hommes peuvent **contribuer à la solution** afin de prévenir les blessures ou les décès de leurs voisins, de leurs amis et de membres de leur famille.

Les conseils ci-dessous sont adaptés d'un texte de Mike Cameron, un homme de l'Alberta dont la partenaire, Colleen Sillito, a été assassinée par son ex-partenaire en 2015. Sa lettre ouverte *Dear Men* (Messieurs) se trouve en ligne\*.

### PARLEZ DE LA VIOLENCE ET DE SES CAUSES

- Parlez aux jeunes hommes et aux garçons dans votre vie au sujet de ce que cela signifie d'être respectueux.
- Parlez à vos amis au sujet de l'égalité des sexes, des injustices dans le traitement des gens en raison de leur genre et de rôles liés aux genres
- Défiez vos propres attitudes et croyances qu'on vous a inculquées dès votre enfance.
- Intervenez lorsque vos amis traitent ou parlent des femmes ou des minorités sexuelles comme étant des « moins que... ».

### JOIGNEZ-VOUS À D'AUTRES HOMMES

La Campagne du ruban blanc invite les hommes du Canada à s'engager à ne jamais commettre, accepter ou taire la violence faite aux femmes et aux filles. Pour obtenir plus d'information, consultez le site [www.whiteribbon.ca](http://www.whiteribbon.ca). À l'Î.-P.-É., de nombreux hommes portent le ruban violet pour démontrer leur engagement.

*Si vous êtes témoin de violence faite à un enfant ou si vous soupçonnez qu'un enfant est victime de violence, vous devez rapporter la situation en appelant le Service de protection de l'enfance au 1-877-341-3101. Si vous soupçonnez de la violence ou la négligence envers une personne âgée, veuillez communiquer avec le Service de protection des adultes en composant le 902-892-4790.*

### POUR EN SAVOIR PLUS

**Comité d'action du premier ministre pour la prévention de la violence familiale à l'Île-du-Prince-Édouard**

<http://stopfamilyviolence.pe.ca>

### DÉFIEZ LA CULTURE INSENSIBLE

Les défis de la vie entraînent des émotions difficiles à gérer. Quel que soit leur sexe, tous les gens ont besoin de compétences, d'appui et d'expérience pour bien composer avec des émotions négatives. Il peut être destructeur de ne pas comprendre nos sentiments de honte, de peur et de colère. Cependant, comme le dit Mike Cameron, « Le défi auquel nous sommes confrontés en tant qu'hommes est qu'il n'est généralement pas acceptable pour nous d'explorer nos émotions... on ne peut donc pas s'attendre à les comprendre pleinement ou à composer avec eux de façon efficace. » Il demande aux hommes d'explorer leurs sentiments :

- Accordez-vous, ainsi qu'aux hommes dans votre vie, l'espace nécessaire pour explorer vos émotions, sans crainte d'être ridiculisé.
- Appuyez et encouragez les jeunes hommes et les garçons dans votre vie à vivre et à exprimer leurs émotions.
- Défiez ceux qui se moquent des hommes ou qui les ridiculisent parce qu'ils expriment leurs émotions.
- Soyez plus sensibles, plus souvent.

**Les ressources communautaires locales** qui œuvrent à prévenir la violence peuvent aider. La plupart offrent des services pour les femmes et les hommes. Les services communautaires accueillent des bénévoles de tous les genres. Consultez le site [fvps.ca/menandboys](http://fvps.ca/menandboys) pour obtenir plus de liens locaux.

### BESOIN D'AIDE?

**Services aux victimes - Î.-P.-É.  
Charlottetown 902-368-4582  
Summerside 902-888-8218**

**Services de prévention de la violence familiale  
de l'Î.-P.-É.  
[fvps.ca](http://fvps.ca) 1-800-240-9894**

**Refuge pour femmes Chief Mary Bernard Memorial  
[cmbmws.morriscode.ca](http://cmbmws.morriscode.ca) 1-855-287-2332**

**Centre d'aide aux victimes de viol et d'agression  
sexuelle de l'Î.-P.-É.  
[www.peirsac.org](http://www.peirsac.org) 1-866-566-1864**

**Turning Point (aide les gens à comportements  
violents) 902-368-5311**

**EN DANGER IMMÉDIAT  
911**

\* "Dear Men" [www.cbc.ca/news/canada/edmonton/murder-alberta-1.4871736](http://www.cbc.ca/news/canada/edmonton/murder-alberta-1.4871736)