



## Pères Séparés inc.

3937, rue Adam  
Montréal (Québec) H1W 2A1

☎ 514 254-6120

Skype : peres.separes

✉ psi@peres-separes.qc.ca

🌐 www.peres-separes.qc.ca

# Maintenir son équilibre dans la séparation



## Un organisme reconnu dans son milieu

Pères Séparés inc. est un organisme de référence reconnu par le milieu pour soutenir les pères séparés et les hommes dans le contexte de la transition familiale. Nous favorisons le bien-être et la santé des pères dans l'engagement auprès de leurs enfants et de la communauté.

## Une approche efficace

- développer les habiletés co-parentales ;
- donner un sens à sa perte ;
- écouter sans juger ;
- miser sur les forces et le lien avec l'enfant ;
- offrir un cadre d'intervention structuré ;
- proposer des pistes de solutions ;
- sensibiliser sur les questions de droits parentaux ;
- valoriser la collaboration.

## Venez nous en parler !



## Notre mission : Grandir dans la séparation

Pères Séparés inc. est un organisme communautaire de bienfaisance à soutenir les pères séparés et les hommes dans la transition de vie liée à la rupture d'union et/ou dans l'exercice de leur rôle parental afin d'améliorer la relation père-enfant tout en s'assurant de leur santé et leur bien-être.

Notre approche consiste à surmonter l'isolement par le partage en groupe; aider chaque personne à s'appuyer sur ses forces personnelles pour résoudre ses difficultés, encourager la participation des membres, l'entraide et la solidarité sociale.

## Nos services

- soutien téléphonique ou par Skype ;
- rencontre individuelle ;
- groupe de soutien ;
- atelier juridique ;
- conférences et événements spéciaux.

### Quelles sont vos pertes ?

- lien avec l'enfant ;
- vie de famille ;
- vie de couple ;
- estime de soi.

### Vous sentez-vous ...

- anxieux ;
- stressé ;
- impuissant ;
- dépressif ;
- en colère ;
- isolé.



Pères Séparés inc.

3937, rue Adam  
Montréal (Québec) H1W 2A1

☎ 514 254-6120

Skype : peres.separes

✉ psi@peres-separes.qc.ca

🌐 www.peres-separes.qc.ca

Partenaire du ministère de la Santé et des Services sociaux