

# CRC LA TRAVERSE (SHERBROOKE)

## ALTERNATIVE À L'INCARCÉRATION

### Pour qui ?

Nous acceptons tous les statuts  
LO, LCT, SL, LOAR

### D'où ?

En communauté !

Que ce soit en maison de transition,  
en appartement ou tout autre  
ressource d'hébergement.

### Dans quelle situation ?

Besoin d'un temps d'arrêt lors d'une  
désorganisation autre qu'au niveau  
toxico: gestion des émotions,  
stabilisation au niveau du bien-être,  
maîtrise des comportements et  
travail sur la dépendance affective.

### Le programme...

C'est 4 semaines de programme intensif  
et d'accompagnement dans une  
démarche psychosociale et de prise en  
charge personnalisée.

Ateliers quotidiens, 2 rencontres par  
semaine avec un conseiller clinique,  
sorties de loisirs la fds...



**C'EST LE  
TEMPS DE  
FAIRE LE  
POINT !**

**RÉSERVE TA PLACE !**

**\*3 PLACES FÉDÉRALES\***

**POUR PLUS  
D'INFORMATIONS**

**1 877 722-0706**

**FAITES LE POSTE 522 OU LE 520**

## LES ATELIERS EN BREF...

### Gestion des émotions

Violence sous toutes ses formes,  
gestion des émotions, mode de  
communication...

### Prendre soin de soi

Saines habitudes de vie, estime de  
soi, masculinité, sexualité saine...

### Les relations

Relations interpersonnelles, mode  
de communication, estime de soi,  
résolution de conflits, habiletés  
parentales, processus de deuil...

### La désinstitutionnalisation

*Dépendance, pensées et croyances à  
risque, victimisation et  
responsabilisation, théorie du choix...*

