



SOUTIEN AUX FEMMES VULNÉRABLES

SÉJOUR DE RESSOURCEMENT ET DE BIEN ÊTRE POUR LES FEMMES VICTIMES DE VIOLENCES

un programme porté par l'association du Moulin de Pont Rû

Association Moulin de Pont Ru, 2 Moulin de Pont-Rû, 95710 Bray-et-Lû
contact@moulindepontru.com

SOUTENIR LES FEMMES VICTIMES DE VIOLENCES ET LES ENFANTS CO-VICTIMES DE VIOLENCES



LES FEMMES VICTIMES DE VIOLENCES, UN PUBLIC FORTEMENT TOUCHÉ PAR LES DIFFICULTÉS D'INSERTION

Les femmes victimes de violences sont souvent impactées par des difficultés d'insertion. Leur réussite sociale et/ou professionnelle est entravée par certains facteurs dont il faut au préalable tenir compte : le manque de confiance en soi, le manque de connaissance de soi et le manque d'accès à des ressources utiles à l'insertion.

L'association du Moulin de Pont Rû propose à ces femmes des séjours en immersif d'une semaine. L'objectif est de leur permettre de sortir de leur quotidien pour les ouvrir à de nouvelles expérimentations en leur donnant un regain d'énergie et des outils de gestion du stress au quotidien pour les aider à lever certains freins périphériques qui entravent leur insertion socio-professionnelle.

DEPUIS 2020, 96 FEMMES VICTIMES DE VIOLENCES ONT BÉNÉFICIÉ DES SÉJOURS RESSOURCEMENT PROPOSÉS PAR LE MOULIN DE PONT RÛ

Ces participantes ont pu attester de l'impact positif du projet, qui :

- Redonne un élan permettant de clarifier et redéfinir leurs positionnements social et/ou professionnel ;
- Accompagne la sortie de l'isolement des femmes (accent mis sur la cohésion du groupe formé lors du séjour et sur le suivi post-séjour – suivi encore actif) ;
- Agit comme un levier en s'insérant pleinement dans leur parcours d'insertion sociale et professionnelle.

Notions clés

Les violences faites aux femmes peuvent être exercées dans tous les domaines de la vie : travail, couple, famille, école, rue, milieu hospitalier, transports.

Elles prennent la forme de violences physiques, psychologiques, économiques, administratives, verbales, et peuvent être exercées ponctuellement ou sur des périodes très longues.

Les différentes types de violence :

Violences au sein du couple ou de la famille / mariage forcé / mutilations sexuelles féminines / viol et autres violences sexuelles, violences au travail / prostitution et traite à des fins d'exploitation sexuelle / lesbophobie, biphobie et/ou transphobie / esclavage moderne, traite autre qu'exploitation sexuelle / cyberviolences sexistes et sexuelles

source : orientationviolences.hubertine.fr



SÉJOURS D'ACCOMPAGNEMENT À L'INSERTION SOCIALE ET/OU PROFESSIONNELLE DE FEMMES VICTIMES DE VIOLENCES



Au delà d'une prise en charge matérielle et d'une prise de distance avec le contexte familial, ces séjours répondent à différents objectifs :

- * Soutenir, par la création de liens de confiance au sein d'un espace sécuritaire et apaisant, l'expression d'un souhait professionnel ambitieux et favorable à l'autonomie ;
- * Transcrire l'expression de ce souhait en un projet professionnel, en suite de parcours avec les acteurs de l'insertion professionnelle ;
- * Offrir un sas de décompression dans un lieu rural et paisible ;
- * Participer à la sortie de l'isolement en créant des interactions fortes entre

participantes entre elles, ainsi qu'entre les participantes et les acteurs du champ social ;

- * Favoriser la découverte des ressources internes et la remobilisation des participantes à l'aide d'ateliers artistiques ;
- * Reconstruire la confiance en soi et l'aptitude à faire face aux défis du quotidien par des ateliers autour de la gestion du stress ;
- * Identifier des besoins sociaux cachés à l'aide de rencontres et d'espaces d'échanges sécuritaires et informels ;
- * Renforcer le lien entre les bénéficiaires et les conseillers d'insertion du PLIE (Plan Local pour l'Insertion et l'Emploi)

Zoom sur

La prise en charge des enfants des femmes victimes de violences : un enjeu important

La plupart des femmes accompagnées sont mères. Or, la garde des enfants, dans ce contexte, est un frein à l'accessibilité pour ce type de séjours (précarité économique, cadre familial insécurisant...).

Pour garantir aux femmes bénéficiaires un accès à ces séjours avec sérénité et confiance, le Moulin de Pont Rû propose et développe des séjours pour leurs enfants de 6 à 17 ans effectués en parallèle des séjours femmes victimes de violences.

Ces séjours jeunesse ont lieu dans deux structures partenaires situées à quelques kilomètres du Moulin : le centre d'activités de Jambville et le Site de la Bergerie de Villarceaux.



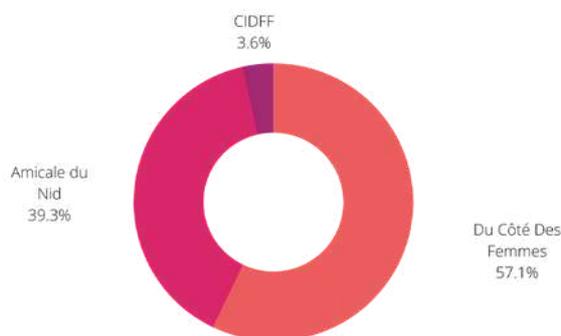
Chiffres clés

Sur les 72 femmes qui ont bénéficié des séjours en 2021, **86,5% ont témoigné être très satisfaites**

+40%+30%+25%
d'énergie de détente
sentiment
de bienveillance en vers soi

Source : Autoévaluation de l'état psychologique et physique distribuée aux participantes entre le début et la fin du séjour

% de bénéficiaires par associations prescriptrices en 2021



Source : Bilan des séjours pour les femmes victimes de violences et leurs enfants en 2021



UNE EXPÉRIENCE DE 5 JOURS EN IMMERSION DANS UN CADRE NATUREL ET APAISANT

L'ensemble du programme est tourné autour de la revalorisation de l'estime de soi à travers notamment des activités sportives et artistiques, des ateliers de gestion du stress et de relaxation, ainsi que des temps de parole et d'écoute. La question de l'hygiène de vie est abordée au sein de cours sur la nutrition et le maraîchage.

*Ateliers remobilisation : conseils en insertion, ateliers de confiance et d'estime de soi;

*Ateliers bien-être : yoga, séance d'osthéopathie, expression corporelle, exercices de respiration;

*Ateliers permaculture : découverte de la permaculture et des plantes sauvages comestibles, fabrication de pain ;

*Activités sportives : Canoë, équitation, VTT, randonnées, self-défense ;

*Activités artistiques : chant, théâtre, travail de l'argile ;

*Soirées thématiques : musique, jeux de société, sauna, cinéma.