

Are you questioning your relationship?
 Do you often feel criticized, put down, or
 threatened by your partner?
 Does your partner push, shove or hit you?
 Is your partner ever possessive, jealous or controlling?



Est-ce que tu te poses des questions sur
 ta relation avec ton/ta partenaire?

Est-ce que tu te sens souvent
 critiquée, abaissée, dévalorisée ou
 menacée par ton/ta partenaire?

Est-ce que ton/ta partenaire
 te pousse, te brasse
 ou te frappe?

Est-ce que ton/ta partenaire
 est quelquefois possessif,
 jaloux ou contrôlant?

If the answer is yes to one of these
 questions, you can contact the
 nearest program:

Western Ottawa Community Resource Centre
 (613) 591-3686

Nepean Community Resource Centre
 (613) 596-5626

Pinecrest-Queensway Health and Community Services
 (613) 820-4922

Family Services à la famille Ottawa
 (613) 725-3601

Somerset West Community Health Centre
 (613) 238-8210

Immigrant Women Services Ottawa
 (613) 729-3145

Eastern Ottawa Resource Centre
 (613) 741-6025

Carlington Community and Health Services
 (613) 722-4000

Jewish Family Services of Ottawa
 (613) 722-2225

Si la réponse est oui à une de ces
 questions, tu peux téléphoner au
 programme le plus près de chez toi :

Centre de ressources communautaires d'Ottawa ouest
 (613) 591-3686

Santé et services communautaires Carlington
 (613) 722-4000

Service familial catholique Ottawa
 (613) 233-8478

Centre des ressources de l'Est d'Ottawa
 (613) 741-6025

Demande à parler à une intervenante du Programme de violence
 faite aux femmes. Nous offrons GRATUITEMENT de l'information,
 de l'intervention individuelle, des groupes de soutien, de l'aide à
 trouver un logement, un(e) avocat(e), de l'aide sociale, etc.

Ask to speak to a worker from the Violence Against Women Program
 for FREE individual counselling, support groups, information and
 referrals re: housing, lawyers, social assistance, etc.



Ottawa Coalition To End Violence Against Women
 Coalition d'Ottawa contre la violence faite aux femmes

24-hour crisis line:
 (613) 745-4818

Assaulted Women's Helpline:
 1 (866) 863-0511
 TTY: 1(866) 863-7868

Emergency: 911

Ligne d'aide 24 heures :
 (613) 745-3665

Ligne de soutien pour femmes
 victimes de violence :
 1 (877) 336-2433

En cas d'urgence : 911