

10 CONSEILS

contre le harcèlement

Si tu es victime

1 Se confier

N'aie pas honte ou peur des représailles ! Ose te confier à un adulte du collège mais aussi à tes parents, à ton grand frère ou ta grande sœur. Ne laisse jamais la situation s'installer dans le temps.

2 Se protéger

Pour éviter tout problème sur Internet, ne donne jamais de détails sur ta vie privée et réfléchis avant de diffuser des photos. Ne donne jamais tes mots de passe, ce sont des informations très personnelles.

3 Signaler un abus

Sur Facebook, tu peux signaler un contenu abusif et « bloquer » les amis qui n'en sont pas. Les comptes des agresseurs peuvent eux aussi être bloqués. Va faire un tour sur ce centre d'aide : www.facebook.com/safety/

4 Téléphoner

Si tu es victime de harcèlement à l'École, tu peux appeler le numéro gratuit « Stop Harcèlement » 08 08 80 70 10.



5 Porter plainte

Dans les cas les plus graves, il est possible de porter plainte contre l'auteur du harcèlement. C'est à tes parents, qui sont tes représentants légaux, d'effectuer cette démarche.

Si tu es témoin

6 Soutenir

Bien souvent, les élèves victimes de harcèlement sont mis à l'écart de la classe. Ne participe pas à cet isolement forcé et n'hésite pas à aller leur parler.



7 Ne pas rire

S'il cesse d'avoir une « majorité silencieuse », ou pire, un public hilare face à lui, l'agresseur arrêtera sans doute ses brimades. Les témoins ont un grand rôle à jouer contre le harcèlement à l'école.

8 En parler

Adresse-toi à un délégué de classe ou à un adulte du collège si tu es témoin d'un cas de harcèlement. S'il existe des médiateurs, ils peuvent aider à dénouer la situation.

9 Ne pas participer

Si tu reçois un message ou une photo humiliante « à faire tourner », supprime le message plutôt que de le transférer à tes amis. Tu pourras ainsi briser la chaîne du harcèlement.

10 Convaincre

Si le harceleur fait partie de ton groupe d'amis, essaie de le raisonner et de comprendre pourquoi il agit ainsi. Vouloir faire du mal aux autres est aussi un signe de mal-être.

Retrouve conseils et outils pratiques sur [AGIR CONTRE LE HARCÈLEMENT À L'ÉCOLE .GOUV.FR](http://AGIR CONTRE LE HARCÈLEMENT À L'ÉCOLE.GOUV.FR)

Soutenu par :



Paroles d'élèves : Être harcelé c'est...

C'est prendre quelqu'un pour cible sans raison.
Justine (15ans)

Dégueulasse car ça exclut, ça crée un isolement. Personne n'aimerait être à la place du harcelé, c'est dur à vivre.
Nina (18 ans)

Moi, j'ai vécu le harcèlement dans le sens où on a lancé beaucoup de rumeurs sur moi. Du coup j'ai été insultée sur les réseaux et au collège, j'ai beaucoup été critiquée sur mon physique.
Océane (16 ans)

C'est être rejeté à cause de critères de « normalité ».
Oriane (15 ans)

C'est être rejeté par les autres.
Franck (17ans)

Ça peut être de la violence par les mots, se faire juger
Lucas (17 ans)

Quand dans les couloirs, les gens te pointent du doigt et rigolent ; et dans la cour les gens te bousculent sans aucune raison.
Lila (15 ans)

C'est triste.
Nathan (17 ans)

Agissons ensemble contre le harcèlement

Nous sommes là
pour vous écouter et vous aider :

- ☞ La vie scolaire, les infirmières, les professeurs...
- ☞ Les associations de parents d'élèves, FCPE, PEEP...
- ☞ Les copains, les parents, la famille...

Besoin de conseils complémentaires :

Site internet :

www.nonauharcèlement.education.gouv.fr

N° Vert : « **NON AU HARCELEMENT** »
3020 service et appel anonyme,
lundi au vendredi 9h-18h gratuit

N° Vert : « **NET ECOUTE** » **0800 200 000**
service anonyme et confidentiel,
spécial cyberharcèlement,
lundi au vendredi 9h -19h.

FCPE : ☎ 05.46.93.08.95
Fcpesaintes17@orange.fr

PEEP : ☎ 05.46.93.30.04
Ass.peep@akeonet.com

Le harcèlement ça existe vraiment

Osons en parler !



Être harcelé,
c'est subir de façon répétée
des violences verbales et/ou morales
(surnoms méchants, insultes, moqueries,
rejet du groupe...)
des violences physiques
(bousculades, coups)
des vols répétés.
Lorsque ces mêmes faits se déroulent
sur les réseaux sociaux,
par SMS ou par courriel,
on parle de **cyber harcèlement**.