



**PROFITE**  
quand tu es dans  
cette situation



Fais attention  
et dis **STOP** quand  
tu es dans cette  
situation ou que  
tu la provoques



**ALERTE**  
et demande  
de l'aide quand  
tu es dans cette  
situation ou que  
tu la provoques

Se sentir bien dans les activités quotidiennes

1

Être à l'aise avec les personnes qui m'entourent

2

Avoir des copains avec qui parler, jouer,  
qui respectent mes goûts, choix, besoins

3

Se sentir triste ou en colère très souvent

4

Absence de soutien quand on a besoin d'aide

5

Peur d'aller à une activité

6

Critiques et jugements sans raison valable

7

Moqueries, surnoms méchants

8

Dégradations des affaires, de la nourriture, vol

9

Rejet, exclusion, mise à l'écart volontaire, isolement

10

Interdiction d'interaction avec les autres

11

Contrainte à faire des choses non voulues,  
chantage, menace, racket

12

Publications dégradantes sur les réseaux sociaux  
(rumeurs, humiliations, photo à l'insu, photomontage, insultes)

13

Bousculades violentes, coups, insultes,  
incitations à se faire du mal

14

Toucher les parties intimes (même pour rigoler ou jouer)

15

Pensées sombres ou idées noires

16

## POUR TE FAIRE AIDER :

- Parles-en à un adulte de confiance
- Appelle le numéro vert « Non au harcèlement »

**30 18**

Du lundi au vendredi  
de 9h à 20h et le samedi  
de 9h à 18h (sauf jours fériés).

- Appelle le numéro vert « Enfance en danger »

**119**

Tous les jours, 24h/24.