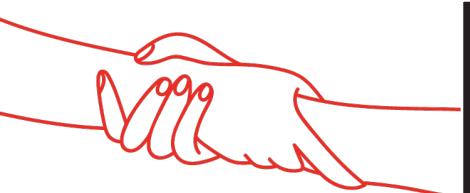
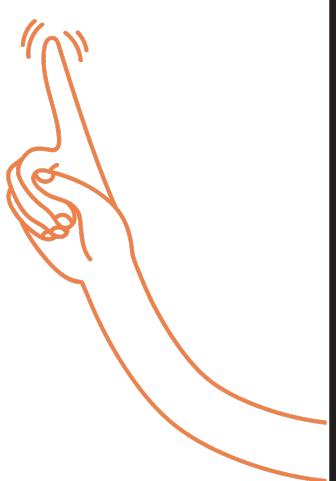


LE HARCÈLOMÈTRE

pour apprendre à repérer les situations préoccupantes ou violentes



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.

 PROFITE quand tu es dans cette situation	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
 Fais attention et dis STOP quand tu es dans cette situation ou que tu la provoques	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
	Dégredations 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
 ALERTE et demande de l'aide quand tu es dans cette situation ou que tu la provoques	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