



Vous êtes victime (ou témoin) de **HARCÈLEMENT SCOLAIRE** voici quelques pistes pour vous aider



EN CAS D'URGENCE, il est toujours possible d'alerter les autorités en contactant :

- La police directement par téléphone au 17 ou par sms au 114, en cas de **danger imminent**.
- Le numéro d'urgence à destination des enfants en danger ou des parents en difficulté : le 119 (gratuit).

Il est essentiel d'EN PARLER avec tes parents ou un adulte de confiance.

Tu peux aussi trouver du soutien :

- Au numéro vert et gratuit d'écoute : 3020
- Sur le site Net écoute.fr ou l'application correspondante
- Sur la page facebook M'harcèle pas, par messenger



Si tu en ressens le besoin ou que ton médecin te le recommande, **tu peux consulter un PSYCHOLOGUE**, pour t'aider à traverser cette épreuve.

Tu peux consulter le psychologue libéral de ton choix ou demander conseil à ton médecin. Sinon, tu peux t'adresser à la **maison des adolescents** de ton secteur (tu peux la trouver sur anmda.fr).

Il est important d'INFORMER L'ETABLISSEMENT SCOLAIRE, pour que des mesures soient prises dans le but de t'aider.

- Tu peux en parler au chef de ton établissement, au CPE ou à un professeur.
- Si tu ne souhaites pas en parler directement, tu peux appeler le 3020 qui se chargera de le faire via le référent académique du harcèlement

Tu peux demander à tes parents ou à ta personne de confiance de t'accompagner si tu le souhaites.



Le harcèlement est un DÉLIT et tu peux PORTER PLAINTÉ contre le(s) harceur(s) ou contre X :

- Directement au commissariat ou à la gendarmerie
- Électroniquement sur le site service-public.fr (pour les plaintes contre X uniquement)
- Par courrier à destination du procureur de la République

Même s'il est préférable d'être accompagné par un adulte de confiance, sachez qu'un mineur seul peut signaler des faits.



Vous êtes victime (ou témoin) de **CYBER-HARCÈLEMENT** voici quelques pistes pour vous aider



Il est essentiel d'EN PARLER avec tes parents ou un adulte de confiance.

Tu peux aussi trouver du soutien :

- Au numéro vert et gratuit de lutte contre le harcèlement en ligne : **0800 200 200**
- Sur le site [Net écoute.fr](http://Net.ecoute.fr) ou l'application correspondante

Il est important de SIGNALER les contenus de cyber-harcèlement :

- **sur les sites dédiés** : [PHAROS](#) et [Point de contact.net](#)
 - auprès des **plateformes de diffusion (réseaux sociaux)** sur lesquelles ils sont présents afin de les faire supprimer et pour identifier le(s) harceleur(s) inconnu(s)
 - aux **moteurs de recherche** pour que ces contenus ne soient plus référencés
- Tu trouveras tous les liens pour ces signalements sur : cybermalveillance.gouv.fr



Le COMPORTEMENT A ADOPTER en cas de cyber harcèlement est de :

- **Ne pas répondre** aux commentaires pour ne pas alimenter le flux
- **Conserver des preuves** du harcèlement (faire des captures d'écran, des enregistrements...)
- **Se déconnecter** de tous les réseaux sociaux
- **Modifier les paramètres de confidentialité** des réseaux sociaux.

Si tu en ressens le besoin ou que ton médecin te le recommande, **tu peux consulter un PSYCHOLOGUE**, pour t'aider à traverser cette épreuve.

Tu peux consulter le psychologue libéral de ton choix ou demander conseil à ton médecin. Sinon, tu peux t'adresser à la **maison des adolescents** de ton secteur (tu peux la trouver sur anmda.fr).



Le harcèlement est un DÉLIT et tu peux PORTER PLAINTÉ contre le(s) harceleur(s) ou contre X :

- Directement au commissariat ou à la gendarmerie
- Électroniquement sur le site service-public.fr (pour les plaintes contre X uniquement)
- Par courrier à destination du procureur de la République

Même s'il est préférable d'être accompagné par un adulte de confiance, sachez qu'un mineur seul peut signaler des faits.