



## Aide-mémoire pour les élèves visés ou témoin

### ÉLÈVE VISÉ :

#### Que faire pour que ça s'arrête?

- **N'attends pas que ça devienne pire.** Si la situation dure depuis un moment, n'attends pas que ça devienne pire. Agis tout de suite.
- **Affirme-toi!** C'est difficile, mais reste calme. Te mettre en colère pourrait empirer les choses.
- **Reste avec des amis.** Si c'est possible, reste avec des amis sur qui tu peux compter. En groupe, vous risquez moins de vous faire intimider et serez plus en mesure de vous défendre.
- **Fais-toi entendre! Agis!** L'intimidation, c'est sérieux, tu ne dois JAMAIS la tolérer.
  - o N'attends pas des jours et des jours. Trouve un adulte en qui tu as confiance (ex. : Intervenant de 1<sup>ière</sup> ligne (éducateur spécialisé de ton secteur), parent, professeur, psychologue, entraîneur, concierge, surveillant) et dis-lui ce qui se passe.
  - o Se défendre soi-même en s'exprimant d'une façon adéquate et avec confiance, c'est bien (ex : Non ce n'est pas vrai ce que tu dis, arrête!) ... mais parfois, ça ne suffit pas.
  - o Tu n'es pas un « stool » si tu signales l'intimidation; tu dois le faire si tu veux qu'elle arrête.
  - o Tu peux toujours t'adresser à la direction de l'école pour signaler l'intimidation.
- **Si jamais tu sens un danger immédiat pour ta sécurité, que tu es victime d'un acte criminel ou qu'on te fait des menaces, n'hésite pas un instant et contacte la police.**

#### On t'intimide sur Internet, par texto ou par téléphone? Que faire pour que ça s'arrête?

- **Protège-toi :**
  - o Ne remets ton numéro de téléphone ou ton courriel qu'aux personnes en qui tu as confiance.
  - o Refuse les demandes « d'amis » ou les invitations qui proviennent d'une source inconnue.
  - o Assures-toi qu'en dehors des réseaux sociaux, tes fréquentations sont des personnes avec qui tu as de bons liens.

· **Agis :**

- o **ARRÊTE** immédiatement de répondre aux messages d'intimidation.
- o **ÉVITE** d'envoyer un message d'insultes ou de menaces, car il pourrait se retourner contre toi et t'apporter plus d'ennuis.
- o **BLOQUE** les adresses ou les personnes qui t'intimident. Qu'il s'agisse des réseaux sociaux, de ton adresse courriel ou de ton téléphone, tu peux bloquer des personnes, des adresses ou des numéros.
- o **PARLE** de la situation avec un adulte en qui tu as confiance (ex. : Intervenant de 1<sup>ière</sup> ligne (éducateur spécialisé de ton secteur), parent, professeur, psychologue, entraîneur, concierge, surveillant).
- o **RETRACE** les sources (ex : # de téléphones, adresses courriels, réseaux sociaux, etc.) d'où proviennent les messages d'intimidation avec un adulte responsable. \*\*\* Signale les abus par la fonction de signalement du site.
- o **SAUVEGARDE** tous les messages d'intimidation que tu reçois, que ce soit par courriel, texto ou messagerie instantanée.
- o **SIGNALE** à la police les menaces ou les situations où tu sens que ta sécurité est sérieusement compromise.

**ÉLÈVE TÉMOIN :**

**Si tu es témoin d'un acte d'intimidation, ne reste pas les bras croisés, agis!** Même si c'est ton ami, parles-en quand même, car si tu n'agis pas, tu te retrouveras "**COMPLICE**".

<sup>1</sup> GOUVERNEMENT DU QUÉBEC, Ministère de l'Éducation, du loisir et du Sport, (2012) site Web : Moi, j'agis, En ligne [http://moijagis.com/]

