

L'INTIMIDATION

On t'explique

L'INTI-MIDATION

L'INTIMIDATION, C'EST...

Quand une personne ou un groupe cherche à faire du mal à quelqu'un de façon répétée, parfois en raison de ses différences (culture d'origine, langue, accent, apparence ou croyances).

Cela peut arriver à l'école, dans les activités, dans les corridors ou sur les réseaux sociaux, peu importe le milieu culturel.

L'intimidation peut prendre plusieurs formes :

- * Des insultes ou des moqueries, parfois liées à l'accent, à la langue ou aux traditions
- * Des menaces, des rumeurs
- * L'exclusion d'une personne d'un groupe en raison de sa différence
- * Des gestes pour humilier quelqu'un

L'intimidation est grave.

POURQUOI C'EST IMPORTANT D'EN PARLER ?

L'intimidation peut continuer lorsque personne n'intervient. Certaines situations peuvent aussi l'aggraver, surtout lorsque les différences culturelles sont mal comprises :

- * Les gestes peuvent se répéter plusieurs fois
- * D'autres personnes peuvent rire ou encourager la situation
- * La pression du groupe peut pousser certains à suivre le mouvement
- * La personne ciblée peut finir par se sentir seule, isolée ou incomprise.

Même si certains pensent que ce n'est pas grave, l'intimidation peut avoir de vraies conséquences, peu importe l'origine de la personne.

QUELS SONT LES IMPACTS ?

L'intimidation peut affecter plusieurs aspects de la vie d'une personne, notamment son sentiment d'appartenance et son identité culturelle.

Elle peut :

- * Faire perdre confiance en soi
- * Créer du stress ou de l'anxiété
- * Donner envie d'éviter l'école ou certains lieux
- * Nuire aux relations avec les autres
- * Créer un climat difficile à l'école et nuire au vivre-ensemble

Se sentir triste, fâché ou inquiet dans ces situations est normal.

Personne ne mérite d'être humilié ou traité avec manque de respect, peu importe sa culture, sa religion ou son origine.



QUOI FAIRE SI TU ES CIBLÉ ?

Si tu vis une situation d'intimidation, tu peux agir.

Voici quelques idées :

- 1 Garde des preuves si nécessaire (messages, captures d'écran).
- 2 Protège-toi en évitant les personnes qui te font du mal.
- 3 Parle à un adulte ou à une personne de confiance (enseignant, parent, intervenant).
- 4 Demande du soutien auprès d'amis ou de personnes qui peuvent t'aider.

Tu n'as pas à gérer ce genre de situation seul, même si tu te sens différente des autres.

SI TU ES TÉMOIN, TU PEUX AGIR

Les témoins jouent un rôle important, surtout dans un milieu interculturel et diversifié.

Si tu vois une situation d'intimidation, tu peux :

- * Ne pas encourager la situation
- * Soutenir la personne ciblée
- * Dire calmement que ce comportement n'est pas acceptable
- * Signaler la situation à un adulte ou à une personne en autorité
- * Demander de l'aide si la situation continue

Un petit geste peut faire une grande différence et favoriser le respect entre les cultures.



RAPPELLE-TOI

- * Le respect est la base d'un environnement sain et inclusif.
- * Le silence peut parfois laisser croire que l'intimidation est acceptable.
- * Parler et soutenir les autres aide à protéger les personnes et à valoriser la diversité.

COMMENT AGIR DE FAÇON RESPONSABLE ?

Chaque personne peut contribuer à créer un environnement plus respectueux, ouvert aux différences culturelles.

Quelques habitudes simples peuvent aider :

- * Traiter les autres avec respect, peu importe leurs origines
- * Éviter les moqueries ou les rumeurs liées aux différences
- * Défendre quelqu'un qui est mal traité
- * Écouter les autres avec empathie et ouverture
- * Demander de l'aide si une situation devient difficile

Créer un climat respectueux est la responsabilité de tous, dans un esprit de vivre-ensemble et d'inclusion.



DIR.E
Pour faire entendre l'équité

L'ANCRE
Immigration en région

Avec la participation financière de :

Québec

