

Sexuel

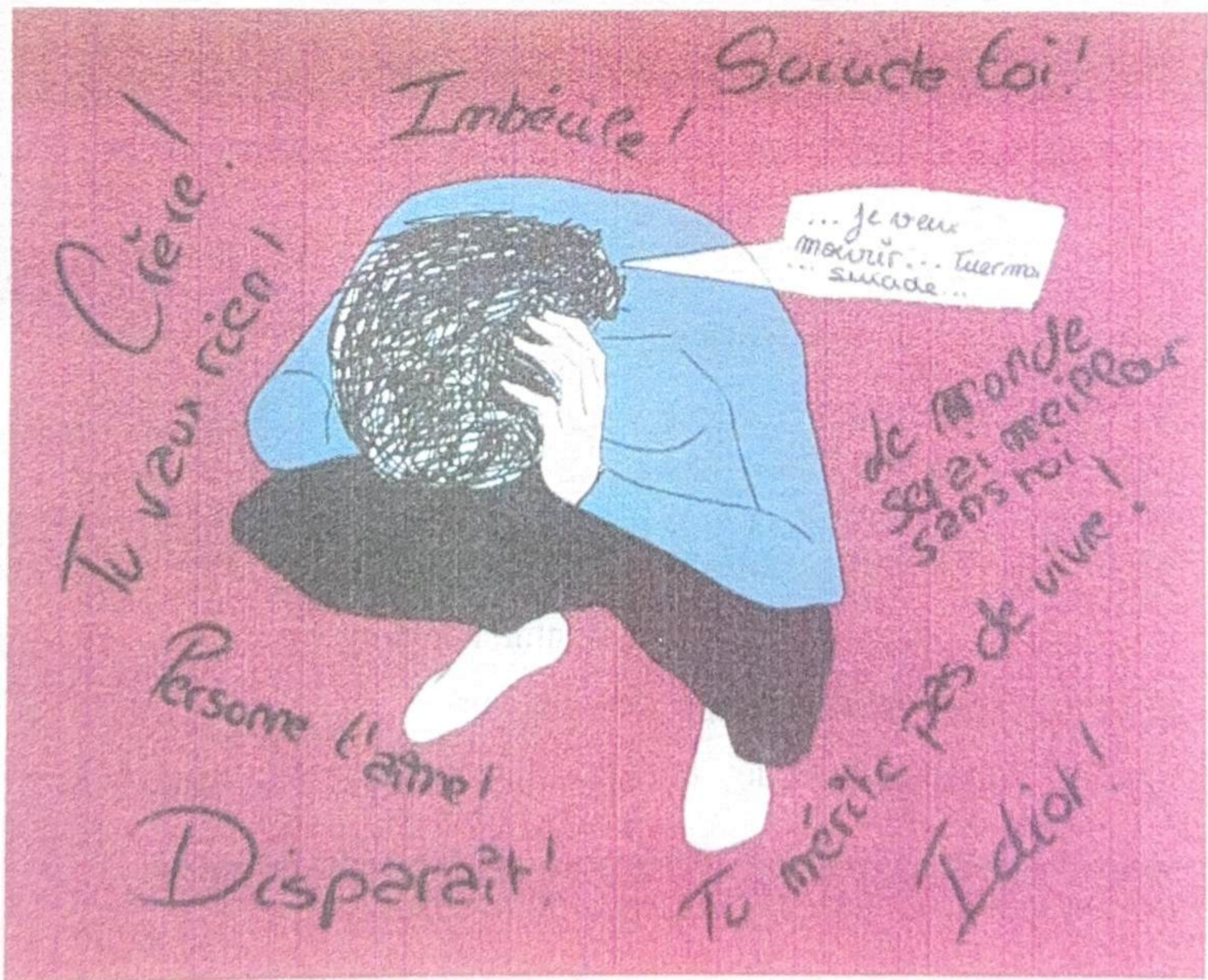
moral

Harcellement

Cyber

physique

Parfaite ... et pourtant si seule !



Lucie est une collégienne comme les autres.
Elle est en classe avec Capucine et Louise.

Capucine et Louise sont les déléguées de la classe. Les professeurs les apprécient beaucoup : elles travaillent bien et ont de bonnes notes.

Lucie aussi est une bonne élève. Elle est sérieuse, attentive et elle aime apprendre.

Lors du dernier conseil de classe, les professeurs ont même dit que Lucie était une élève exemplaire. Elle a reçu les félicitations.

Mais depuis ce jour-là, quelque chose a changé.

Capucine et Louise ne se comportent plus comme avant avec Lucie. Elles semblent jalouses.

Petit à petit, elles commencent à se moquer d'elle.

Tous les jours, elles lui lancent des remarques blessantes :

— « Tu n'as aucun avenir ! »

— « Personne ne veut de toi ! »

— « Regarde-toi, tu es tellement laide ! »

Au début, Lucie essaie d'ignorer ces paroles. Elle se concentre sur ses cours.

Mais les moqueries continuent.

Les semaines passent... et Lucie commence à ne plus aimer aller au collège. Chaque matin devient plus difficile.

Un jour, Capucine et Louise décident d'aller encore plus loin.

Après la pause de midi, elles vont voir le professeur principal.

Elles racontent que Lucie les aurait insultées et qu'elle leur aurait tiré les cheveux.

Mais c'est totalement faux.

En réalité, Lucie était tranquillement assise sur un banc en train de réviser ses leçons.

Comme les professeurs ont une très bonne opinion de Capucine et Louise, ils les croient.

Lucie est alors convoquée chez la CPE.

Quand elle entre dans la pièce, elle voit la CPE, le directeur... et derrière eux, Capucine et Louise.

Le directeur lui demande de s'asseoir et commence à expliquer la situation.

Lucie comprend peu à peu ce qui se passe.

Derrière le directeur, Capucine et Louise échangent un petit sourire.

Lucie voudrait se défendre... mais le directeur continue de parler sans lui laisser le temps d'expliquer.

— « Ce comportement n'est pas acceptable dans notre établissement. Si cela continue, tes parents seront convoqués. »

Les yeux de Lucie se remplissent de larmes. Elle est triste... et aussi très en colère.

La sonnerie retentit. C'est la récréation.

Lucie sort dans la cour.

En pleurant, elle s'approche de Capucine et Louise. Elle lève le poing... mais hésite.

Les deux filles se mettent à rire.

— « Vas-y, fais-le ! » disent-elles.

À quelques mètres de là, tu observes la scène.

Tu connais l'histoire entre les trois filles. Tu sais que Lucie est victime de mensonges et de moqueries.

Au début, tu n'oses pas intervenir.

Mais tu vois Lucie qui souffre.

Alors tu te poses une question :

Est-ce le moment d'agir ?



Seule dans la cour !

Un matin comme les autres, Inaya se prépare pour aller au collège. Elle est en classe de 5^e. C'est une élève discrète, calme, qui ne fait pas de bruit. Avant, elle avait une amie, Amélia. Mais depuis la fin de la 6^e, Amélia ne lui parle plus.

Ce matin-là, Inaya marche lentement vers son collège. Elle regarde le sol, perdue dans ses pensées. Arrivée devant la rue du collège, elle prend une grande respiration avant d'entrer.

Quelques mètres plus loin, elle aperçoit quatre élèves de sa classe : Elio, Kévy, Talya... et Amélia.

Ils sont juste devant le passage. Inaya n'a pas d'autre choix que de passer devant eux.

Au moment où elle passe, Elio lui donne un coup de coude. Inaya vacille un peu, mais reste debout.

Elle ne dit rien.

Ce n'est pas la première fois.

Elle soupire et continue son chemin jusqu'à la cour. Elle s'installe seule dans un coin et attend la sonnerie.

Un peu avant que les cours commencent, le groupe s'approche d'elle. Sans prévenir, quelqu'un lui donne un coup de pied. Puis ils repartent en riant.

Personne ne dit rien.

En classe, Inaya est assise au fond, toute seule. Pendant le cours, Elio lance une boule de papier sur sa table.

Inaya l'ouvre doucement.

À l'intérieur, il est écrit :

« Tu ne sers à rien. Personne ne veut de toi ici. »

Le cœur d'Inaya se serre. Elle baisse la tête pour cacher les larmes qui montent dans ses yeux.

Les heures passent très lentement.

À la pause de midi, Inaya s'assoit seule sur un banc, loin de la cantine. Elle commence à manger son sandwich.

Mais le groupe arrive encore.

Talya lui arrache le sandwich des mains.

— « Si t'as pas d'amis, t'as qu'à rentrer chez toi ! » dit-elle en riant.

Les autres rient aussi.

Inaya reste immobile. Elle ne sait plus quoi faire.

Dans sa tête, les questions se bousculent :

Pourquoi personne ne dit rien ?

Pourquoi personne ne m'aide ?

Tous les jours, c'est la même chose.

Le soir, Inaya rentre chez elle. Elle marche lentement, la tête baissée.

Arrivée dans sa chambre, elle s'assoit sur son lit. Elle repense à tout ce qu'elle vit depuis des semaines.

Elle se sent fatiguée, triste, et très seule.

Puis elle prend une grande respiration.

Et pour la première fois, elle se dit :

« Je ne peux plus rester seule avec ça. »

Le lendemain, Inaya décide d'en parler.
Elle va voir une adulte du collège : la CPE.

Elle raconte tout.

Petit à petit, les adultes du collège vont l'aider. Les choses commencent à changer.

Et toi, qu'aurais tu fait à la place d'Inalya ?

DES BLAGUES QUI N'EN SONT PAS !



Au collège, Maxime est un garçon de 13 ans plutôt discret. Il n'aime pas attirer l'attention et préfère passer les récréations avec ses deux meilleurs amis.

Maxime aime beaucoup dessiner et jouer au football. En général, ses journées au collège se passent normalement.

Mais depuis quelque temps, certaines choses ont changé.

Dans sa classe, un petit groupe d'élèves a commencé à faire des remarques étranges à son sujet.

Au début, Maxime pensait que c'était juste des blagues.

Ils riaient en parlant de lui et faisaient des commentaires gênants sur son corps ou sur sa façon de s'habiller.

Mais les "blagues" sont devenues de plus en plus malaisantes.

Dans les couloirs ou dans la cour, ces élèves s'approchaient très près de lui.

Ils lui murmuraient des phrases déplacées et se moquaient quand il leur demandait d'arrêter.

Parfois, ils essayaient même de le toucher ou de lui tirer le bras pour le mettre mal à l'aise devant les autres.

Certains élèves regardaient la scène sans savoir quoi faire. D'autres riaient.

Et cela faisait encore plus honte à Maxime.

Les jours passaient et Maxime se sentait de plus en plus mal.

Il avait peur d'aller en récréation. Il restait souvent près des surveillants pour éviter ces élèves.

En classe, il n'arrivait plus à se concentrer. Il pensait sans arrêt à ce qui pourrait se passer dans les couloirs ou à la sortie du collège.

Le plus difficile pour lui, c'était d'en parler.

Maxime avait peur que personne ne le prenne au sérieux.

Dans sa tête, il se disait :

« Les gens vont penser que ce n'est pas grave... ou que je dois me débrouiller tout seul. »

Alors il gardait tout pour lui.

Un jour, sa meilleure amie Sarah remarque qu'il n'est plus comme avant.

Il parle moins, il ne rit presque plus et il évite la cour de récréation.

Elle lui demande plusieurs fois si quelque chose ne va pas.

Finalement, Maxime lui raconte ce qui se passe.

Au début, c'est difficile pour lui de trouver les mots. Mais Sarah l'écoute attentivement, sans se moquer ni le juger.

Elle lui dit immédiatement :

— *« Ce qu'ils te font n'est pas normal. »*

Elle lui explique qu'il ne doit pas rester seul avec ça et lui propose d'en parler à un adulte du collège.

Maxime hésite... mais il accepte.

Après le cours, ils vont voir leur professeure principale.

La professeure prend la situation très au sérieux. Elle remercie Maxime d'avoir eu le courage de parler.

Elle lui explique que ce genre de comportement s'appelle du harcèlement, et que personne n'a le droit de faire ça.

La direction du collège est prévenue. Les élèves responsables sont convoqués et des mesures sont prises pour que cela s'arrête.

Dans la classe, les professeurs rappellent aussi quelque chose de très important : Le respect et le consentement.

Ils expliquent que personne n'a le droit de toucher quelqu'un ou de faire des remarques gênantes sur son corps.

Ils rappellent aussi que le harcèlement peut toucher tout le monde, filles comme garçons.

Petit à petit, Maxime se sent mieux.

Il comprend qu'il n'était pas seul et qu'il a bien fait de demander de l'aide.

Avec le soutien de ses amis et des adultes du collège, il retrouve peu à peu confiance en lui.

Cette expérience lui a appris une chose importante :

Personne ne mérite d'être humilié ou mis mal à l'aise. Et parler est souvent la première étape pour que les choses changent.

Et vous, qu'auriez-vous fait à la place de Maxime ?

Un Message qui a tout
changé !



C'était le dernier jour des vacances de Noël.

Ryan, 12 ans, se réveille tranquillement. C'est un élève sportif, toujours souriant, qui aime discuter avec tout le monde. Il vit avec son père. Sa mère est partie quand il avait 4 ans, et il ne l'a jamais revue.

Pendant les vacances, Ryan s'est surtout reposé et a passé du temps avec son père. Il ne s'est presque pas connecté sur les réseaux sociaux.

Ce matin-là, il décide d'aller sur Instagram pour parler avec ses amis avant la rentrée.

Mais en ouvrant l'application, Ryan voit une publication qui le fige sur place.

Son meilleur ami, Léo, a publié une photo de lui avec ce message :

« Mon pote qui croit que tout le monde l'aime... alors que même sa mère ne l'aime plus ! 🤔 »

La main de Ryan commence à trembler.

Il regarde les commentaires.

« Quel bouffon ! »

« Il se croit meilleur que tout le monde ! »

« Je comprends pourquoi sa mère est partie ! 🤔 »



Ryan sent son cœur se serrer.

Il ferme son téléphone et se réfugie dans sa chambre.

Toute la nuit, il ne dort presque pas. Il repense à Léo. Ils se connaissent depuis qu'ils sont petits. Léo connaît tout de sa vie : ses secrets, ses moments difficiles, ses peurs.

Alors pourquoi lui faire ça ?

Le lendemain, c'est la rentrée.

Ryan est épuisé. Il dit à son père qu'il est malade et qu'il ne veut pas aller au collège. Mais son père pense que c'est juste la fatigue des vacances et l'encourage à y aller.

Au collège, Ryan croise son groupe d'amis.

Léo s'approche de lui comme si rien ne s'était passé.

— « Alors, ces vacances ? Tu nous as manqué ! »

Ryan ne sait pas quoi dire. Il se dit que c'était peut-être une mauvaise blague.

Mais sur les réseaux, les messages continuent.

De nouvelles publications apparaissent.

Cette fois, ce ne sont même plus seulement ses amis. D'autres élèves participent aussi.

« T'es ridicule ! »

« Personne t'aime ! »

« Supprime ton compte, tu ne sers à rien. »
« Tout le monde se moque de toi. »

Les messages arrivent sans arrêt.

Ryan ne comprend pas.

Lui qui avait toujours beaucoup d'amis se sent maintenant très seul.

Un jour, il demande enfin à Léo pourquoi il a fait ça.

Léo hausse les épaules et répond :

— « T'es trop sensible. C'est juste des blagues. »

Mais pour Ryan, ce n'est pas une blague.

Les messages deviennent de plus en plus nombreux.

Ryan pense aller parler à un professeur. Mais un élève lui envoie un message :

« Si tu racontes quelque chose, ça va être pire pour toi. »

Ryan a peur.

Il ne sait plus quoi faire.

Il essaie de se déconnecter des réseaux sociaux. Mais les rumeurs continuent quand même au collège.

Ryan se sent coincé.

Puis un jour, il comprend une chose importante :

Ce qu'il vit n'est pas normal.

Le cyberharcèlement est interdit.

Alors il décide de ne plus rester seul avec ça.

Il garde les messages comme preuves et va parler à un adulte du collège.

Petit à petit, les adultes vont pouvoir agir et l'aider.

Ryan comprend qu'il a bien fait de demander de l'aide.

Et toi, qu'aurais tu fais à la place de Ryan ?

NE RESTEZ PAS SEUL : PARLEZ – EN !!!



Dessins réalisés par Sabrina H., élève de 1AEPa – 2025-2026

PARLER PEUT TOUT CHANGER

NUMÉROS D'AIDE

3020 : NON AU
HARCÈLEMENT

3000 : HARCÈLEMENT
ET
CYBERHARCÈLEMENT

17 : POLICE (SI
DANGER)

TU PEUX AUSSI
DEMANDER DE
L'AIDE À :

UN PROFESSEUR
LE CPE
L'INFIRMIÈRE
SCOLAIRE
UN SURVEILLANT

Support réalisé par les élèves de 1ere Bac pro AEPA