

ÊTRE EXCLU·E

Certains groupes peuvent se comporter de manière injuste et exclure certaines personnes pour différentes raisons : parce qu'elles portent des vêtements considérés comme pas assez cools, qu'elles sont trop timides, pas assez populaires, pas dans les standards de beauté, parce qu'elles ont une façon d'être un peu différente, etc. Si tu es concernée, peut-être que cette situation est difficile pour toi. N'hésite pas à en parler si besoin.



Professionnel·les du
147
(whatsapp, appel, mail)



Professionnel·les
de ciao.ch



Forum entre
jeunes de ciao.ch

NE PAS EXCLURE

Ce n'est pas juste d'exclure non plus. Quand tu es avec une personne qui ne te ressemble pas, il est important de se rappeler qu'elle aussi a sa vie, des projets, des rêves. Le mieux est de se comporter avec elle comme tu aimerais qu'elle se comporte avec toi.

RÉGARD DÉPLACÉ DES AUTRES

Ton corps change, il se peut que tu entendes des propos concernant certaines parties de ton corps (dont les seins et les fesses) qui te mettent mal à l'aise. Si tu peux, essaie de demander à la personne d'arrêter.

Si tu ne peux pas, tu n'as pas à culpabiliser.

EN PARLER ÇA PEUT AIDER

N'hésite pas à en parler à un·e adulte de confiance en cas de besoin.