

Ces violences peuvent avoir lieu partout : à l'école, à la maison, au club de sport, etc.

On peut être cible, auteur·e ou témoin de violences.

On peut aussi être violent·e vis-à-vis de soi-même ou se blesser volontairement : par exemple s'insulter, se taper, se couper, se faire saigner.

EN PARLER ÇA PEUT AIDER

Si tu es dans une de ces situations, il est très important que tu ne restes pas seule et que tu puisses chercher de l'aide auprès d'un·e professionnel·le.



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

LES DISCRIMINATIONS

Discriminer, c'est traiter une personne (ou un groupe de personnes) moins bien que les autres, par exemple parce qu'elle :

- n'a pas la peau blanche
- est grosse / maigre
- n'est pas considérée comme belle*
- est considérée comme bizarre
- est pauvre
- ne parle pas bien français
- est âgée
- est LGBTIQ+ **
- est en situation de handicap
- pense et agit différemment ou est neuroatypique ***
- etc.



Professionnel·les
de ciao.ch

* La beauté, ce n'est pas que les apparences. Ça peut aussi être plein d'autres choses comme avoir une chouette personnalité, être drôle, original·e, avoir des talents, des projets, des rêves.

** Les violences envers les personnes LGBTIQ+ s'appellent la lesbophobie, l'homophobie, la biphobie, la transphobie, l'intersexophobie, la queerphobie. La phobie envers les personnes non binaires s'appelle l'enbyphobie.

*** Neuroatypie : Fait d'avoir un cerveau qui fonctionne différemment de celui de la majorité des personnes. C'est le cas par exemple des personnes autistes ou ayant un trouble de l'attention. Cela peut avoir une influence sur la gestion des émotions et sur la façon d'être avec les autres.

Ce qui pose problème, ce ne sont pas ces caractéristiques citées en exemple mais les discriminations envers les personnes.

Les discriminations sont injustes et font du mal aux personnes attaquées. Chacun·e a droit au respect.

Il est aussi important d'avoir conscience des privilèges que tu as et que les autres n'ont pas.

Si c'est possible, tu peux, par exemple, te servir de ta popularité pour éviter que des personnes soient discriminées.

Si tu fais partie des personnes qui discriminent, il n'est jamais trop tard pour s'améliorer. Tu peux aussi prendre conscience de ce que tu as fait, changer ton comportement et voir si tu peux réparer la situation, par exemple en présentant des excuses.



[Check tes privilèges](#)