

CARABINIERI BULLIZZOMETRO

Credi di essere vittima di bullismo?

Se ti è capitato, o ti capita, di ritrovarti in una delle situazioni qui descritte,
segui i consigli, chiedi aiuto e denuncia!

SEI VITTIMA DI BULLISMO SE:

- Ti isolano o ti escludono dal gruppo
- Ti prendono in giro o ti umiliano
- Spesso ti fanno dispetti
- Cercano dei pretesti per litigare
- Condividono tue foto e/o video su internet o sulle chat senza il tuo consenso

- Ti fanno pressione per accettare sfide online
- Sei bersaglio di molestie o commenti offensivi anche online
- Distruggono o rubano i tuoi oggetti personali
- Ti spingono, strattonano, danno calci

- Ti costringono a fare cose che non vuoi
- Ti obbligano a mostrare parti del tuo corpo
- Ti minacciano con oggetti da taglio o armi
- Hai subito aggressioni fisiche e/o lesioni
- Hai pensato di farti del male o pensi di non avere via d'uscita

► **Parlane con qualcuno**

È il primo passo per risolvere il problema!

Confidati con un amico e informa i tuoi genitori e gli insegnanti

► **Chiedi supporto**

Chiama o scrivi al 114 emergenza infanzia

Valuta con i tuoi genitori quali azioni intraprendere: denunciare o chiedere l'ammonimento del bullo

► **Chiama 112**

Per richiedere l'aiuto delle forze dell'ordine

Recati in qualsiasi caserma dell'arma dei carabinieri o commissariato di polizia per denunciare

Per saperne di più visita l'area tematica del sito

www.carabinieri.it

