

Une histoire d'affiches...

Dis-moi, si tu partageais autour de toi une de ces affiches pour soutenir la vie et la santé mentale des victimes de harcèlement?

Sur une des affiches, la victime répare la bulle de lumière autour d'elle. Elle ne regarde pas les harceleurs. La lumière de la bulle représente la vie. **Ne te justifie pas, mais reste toi-même**, centré sur ton élan de vie. C'est cela le plus important: tu es vivant, tu es magnifique, tu as le droit d'être toi-même, sans te justifier ni devoir plaire aux autres!

Pour la deuxième affiche, j'ai pensé à de la fumée verte symbolisant les rumeurs, les malveillances, les insultes. On voit les harceleurs souffler cette fumée sur la victime. Cette image met en évidence la volonté de nuire. Ici, c'est la rampe qui est mise en lumière. C'est elle qui représente **la vie** à laquelle la victime s'accroche.

Donnons-lui des outils pour encourager cet élan de vie que chacun a en soi. Offrons-lui également des pistes pour **réparer** la bulle de vie dans son imaginaire, ainsi qu'entretenir la **volonté d'avancer** et le **courage** de rester centré sur soi, malgré les malveillances.

Oui, c'est pour cette raison que la victime protège son cœur sur une troisième affiche: elle protège sa vie avec ses mains. Les harceleurs font tout pour éteindre sa flamme intérieure, mais ils n'y arriveront pas grâce à cette présence à soi-même!

C'est pourquoi la victime de harcèlement a besoin de se sentir accompagnée pour entretenir sa flamme intérieure: « *Reste toi-même, ne te justifie pas* » - « *Accroche-toi, tiens bon et avance* » - « *Respire, tu es vivant* ». **Ces messages sont valables pour chacun** de nous, pour rester en santé, dans son cœur et dans sa tête!

Enfin, ensemble gardons l'essentiel: protéger la vie, la singularité et l'identité individuelle. Chacun de nous est unique, fragile, sensible et merveilleusement complexe!

ET TOI, DANS QUELLE AFFICHE TE RECONNAIS-TU?



Jean,
le dessinateur



Sandrine,
l'animatrice



Virginie,
la boîte à idées

Reste toi-même, ne te justifie pas



Stop harcèlement

www.stopharcelement.eu

Accroche-toi, tiens bon et avance



Respire, tu es vivant



Une initiative de:



avec le soutien de:

