FUNDACIÓ BARÇA

Cap nena nen fora de joc

REGLA Nº8

AMB el BULLYING no hi juguem

#ContraElBullying

QUÈ ÈS EL 'BULLYING'?

Bullying és fer mal a algun company expressament i durant molt de temps. Jasigui fent mal físic, insultant, fent burla, arraconant; és a dir, fent que se senti malament.

I EL 'CIBERBULLYING'?

Si usem el correu electrònic, el whatsapp, Instagram o qualsevol xarxa social per fer sentir malament, sovint, algun company, estem fent ciberbullying.

PER QUÈ NO HA DE PASSAR?

- Fer *bullying* és injust.
- Aningú li agrada ni es mereix que el tractin malament o li facin mal.
- Quan les bromes molesten no són una broma ni un joc, són una agressió.
- Tots hem d'estar protegits i ser tractats amb respecte.

I SI PASSA, QUÈ PODEM FER?

Si passa, hem d'actuar, perquè tots som responsables:

- Si veiem que un company és molestat ajudem-lo o busquem l'ajuda d'un adult.
- Si algun company ens fa sentir malament amb freqüència, demana ajuda als teus companys, mestres, pares i mares, monitors, entrenadors...
- Si fas mal o molestes a un company, atura't, reflexiona i no ho facis més.

Si necessites ajuda o assessorament, sospites o coneixes un cas de bullying, truca al telèfon gratuït 24 h:

116 111
Infància Respon