

Date: \_\_\_\_\_

Cher/Chère \_\_\_\_\_  
(nom du directeur ou de la directrice/enseignant-e/conseiller ou conseillère/ entraîneur)

Je suis aux prises avec un problème d'intimidation. J'ai tout fait pour que ça cesse. J'ai ce problème depuis maintenant \_\_\_\_\_ (durée de ce problème d'intimidation).

Voici mon problème:

- Je suis victime d'intimidation  J'intimide et j'agresse les autres
- Je vois des jeunes se faire intimider ou agresser

Voici ce qu'il se produit: (coche tous les cas qui s'appliquent)

- Intimidation ou violence physique  Intimidation ou violence sociale
- Intimidation ou violence verbale  Cyberintimidation

J'ai longuement réfléchi à ce problème et j'aimerais vous dire ce que je ressens: (explique tes sentiments)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

J'ai tenté d'arranger les choses en : (explique comment tu as essayé de faire cesser les actes d'intimidation)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

J'aimerais également: (dis quels changements tu aimerais qu'on apporte)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

S'il vous plaît, aidez-moi à mettre fin à cette intimidation. C'est très important pour moi que cela cesse. J'aimerais en parler avec vous et connaître vos suggestions pour m'aider à résoudre ce problème. J'ai besoin de votre aide pour me sentir en sécurité.

Merci !

\_\_\_\_\_

(ton nom )

