PRÉVENTION · POUR LES PARENTS

Votre ado en apprentissage : décoder et réagir au cyberharcèlement



Un émoji seul ne prouve rien. Ce qui compte : la **répétition**, la personne **visée**, la **diffusion** dans un groupe et l'**effet** sur votre enfant.

Les codes qui peuvent blesser

Émoji	Entre amis	Quand il blesse
🐷	blague, autodérision	traiter quelqu'un de clown, de ridicule : disqualification publique
🐀	rat	« balance » : vise celui ou celle qui a parlé ; pression pour obtenir le silence
🐍	serpent	faux, traître : présenter quelqu'un comme dangereux pour le groupe
🗑️	poubelle	déshumaniser : dire à quelqu'un qu'il ne vaut rien
👉	pointer du doigt	désigner la cible de la moquerie dans un groupe
🤫	secret	« tais-toi », « ne dis rien » : intimidation pour obtenir le silence
👀	« regarde »	surveillance, « je te vois », annonce d'un contenu qui va circuler
📸 🎥	photo, vidéo	annonce d'une capture ou d'une vidéo diffusée sans accord
🤮	dégoût	rejet d'une personne ou de son physique, exclusion du groupe
🐷 🐖	animaux	moqueries sur le poids ou le physique, à côté du nom d'une personne
🐒	singe	injure raciste quand il accompagne le nom ou la photo d'une personne
🌈	fierté LGBTIQ+	détourné en insulte homophobe ou transphobe, ou pour « outer » quelqu'un
🍆 🍑 💦	blagues entre amis	connotation sexuelle : harcèlement sexuel, sexting forcé ; pénal si l'apprenti est mineur
🔪 🔫 💣	jeux vidéo, exagération	menaces (« t'es mort ») : à prendre au sérieux, même présentées comme une blague
🪦 🩸	humour noir	« tu es fini » : menace voilée ou souhait de disparition
🥀	fleur fanée, esthétique triste	signal faible de mal-être de la personne visée : appelle un échange rapide

Quelques mots à connaître

Ratio	voir son message submergé de réponses moqueuses : humiliation publique en ligne
Clash	affrontement mis en scène devant un public qui encourage
Cringe	« gênant » : moquerie sur les goûts, la voix, le physique
Balance	celui ou celle qui dénonce ; le mot sert à décourager tout signalement
Ghoster, laisser en « vu »	ignorer volontairement, exclure d'un groupe de discussion
Screen	capture d'écran utilisée pour exposer, ridiculiser ou faire chanter
Doxxing	diffuser l'adresse, le numéro ou des informations privées de quelqu'un
Fisha	diffuser des photos ou vidéos intimes d'une personne, souvent une jeune fille : infraction pénale

Les signaux

- se replie, change d'humeur, ne veut plus aller au travail ou à l'école
- cache son téléphone ou le vérifie sans cesse, supprime des comptes
- maux de ventre, de tête, troubles du sommeil, absences répétées

- parle d'idées sombres : appelez tout de suite le 144 ou le 147

Que faire

1. Écouter sans juger et le dire : « tu as bien fait de m'en parler ».
2. Garder les preuves (captures avec date et nom du groupe). Ne jamais transférer une image intime : appeler la police.
3. Prévenir le formateur, les RH ou la personne de confiance de l'entreprise ; l'employeur doit protéger l'apprenti.
4. Informer l'école professionnelle et, si besoin, le conseiller aux apprentis du canton.
5. En cas de menace, de chantage ou d'image intime : police, 117.

Qui appeler

Police	urgence, plainte, menaces, images intimes, sextorsion	117
Urgences médicales	danger pour la vie ou la santé	144
142 (aide aux victimes)	ligne nationale depuis le 1er mai 2026 : gratuite et anonyme, même sans plainte ; pas un numéro d'urgence	142
147 (Pro Juventute)	conseil gratuit, anonyme et confidentiel pour les jeunes, jour et nuit	147, aussi par SMS, chat et WhatsApp : 147.ch
ciao.ch	information et conseil pour les 11 à 20 ans	ciao.ch
Aide aux victimes (LAVI)	soutien psychologique, juridique et financier, même sans plainte	centre du canton : voir la liste ci-dessous, ou le 142

Repère d'information générale, sans valeur de conseil juridique individuel. TransparenceRH, novembre 2026 : transparencerh.ch/harcelement-apprentis.html

Les numéros de votre canton

Partout en Suisse : **147** (jeunes, jour et nuit) · **058 261 61 61** (Pro Juventute, conseils aux parents) · **142** (aide aux victimes) · **117** police · **144** ambulance.

Appenzell Rhodes-Extérieures · aide aux victimes **071 227 11 00** · police jeunesse **071 343 66 66**

Appenzell Rhodes-Intérieures · aide aux victimes **071 227 11 00** · police : par courriel info@kapo.ai.ch

Argovie · aide aux victimes **062 835 47 90** · police jeunesse **062 835 81 81**

Berne · aide aux victimes **031 370 30 70** · police jeunesse **031 638 91 00**

Bâle-Campagne · aide aux victimes **061 205 09 10** · police jeunesse **061 553 31 90**

Bâle-Ville · aide aux victimes **061 205 09 10** · police jeunesse **061 267 80 00**

Fribourg · aide aux victimes **026 305 15 80** · police jeunesse **026 347 01 19**

Genève · aide aux victimes **022 320 01 02** · police jeunesse **022 427 73 30**

Glaris · aide aux victimes **055 646 67 36** · police : par courriel jugendkontaktpolizei@gl.ch

Grisons · aide aux victimes **081 257 71 42** · police jeunesse **081 257 73 00**

Jura · aide aux victimes **032 420 81 00** · police jeunesse **032 420 65 65**

Lucerne · aide aux victimes **041 228 74 00** · police jeunesse **041 248 81 17**

Neuchâtel · aide aux victimes **032 889 66 49** · police jeunesse **032 889 90 00**

Nidwald · aide aux victimes **041 228 74 00** · police jeunesse **041 618 44 66**

Obwald · aide aux victimes **041 666 62 56** · police jeunesse **041 666 65 00**

Saint-Gall · aide aux victimes **071 227 11 00** · police jeunesse **058 229 60 24**

Schaffhouse · aide aux victimes **052 625 25 00** · police jeunesse **052 624 24 24**

Schwytz · aide aux victimes **041 857 07 42** · police jeunesse **041 819 29 29**

Soleure · aide aux victimes **062 311 86 66** · police jeunesse **062 311 80 91**

Tessin · aide aux victimes **142** · police jeunesse **091 816 10 44**

Thurgovie · aide aux victimes **052 723 48 23** · police jeunesse **058 345 26 26**

Uri · aide aux victimes **041 857 07 42** · police jeunesse **041 875 22 11**

Valais · aide aux victimes **027 607 31 00** · police jeunesse **027 326 56 56**

Vaud · aide aux victimes **021 631 03 00** · police jeunesse **021 557 02 25**

Zoug · aide aux victimes **041 725 26 50** · police jeunesse **041 728 41 41**

Zurich · aide aux victimes **044 299 40 50** · police jeunesse **058 648 14 30**

Numéros vérifiés sur les sites officiels le 8 novembre 2026 ; pour la police, demander le service jeunesse ou la brigade des mineurs. Noms des services et carte interactive : transparencerh.ch/harcelement-apprentis.html#la-carte-des-aides