



SCUOLA IN SICUREZZA – 21 novembre 2022





22 novembre giornata nazionale
per la sicurezza nelle scuole

D.Lgs. 81/2008
terminologia

CHE COS'È LA SICUREZZA?

*“Per sicurezza (dal latino "sine cura": senza preoccupazione) deve intendersi la condizione di **assenza di rischio**, cioè di assenza di possibili eventi negativi”.*

Attuazione di misure atte a prevenire un fatto dannoso o incidente.

A COS'È LEGATA LA SICUREZZA?

- a ciò di cui si dispone o con cui si viene a contatto nello svolgimento delle attività (*edifici, locali, impianti, attrezzature, materiali, ...*);
- al modo di operare.



FATTORI DI RISCHIO NELLA SCUOLA

- 1. SPAZI E STRUTTURE IN GENERE**
- 2. COMPORTAMENTI**
- 3. PALESTRA**
- 4. LABORATORI**
- 5. CONTAMINAZIONE BIOLOGICA, IGIENE**
- 6. INCENDIO**
- 7. TERREMOTO**
- 8. ALLUVIONI**
- 9. EVACUAZIONE**



FATTORI DI RISCHIO NELLA SCUOLA



INGRESSI/CORTILI



CORRIDOI



SCALE



LICEO SCIENTIFICO LINGUISTICO SCIENZE APPLICATE "PITAGORA" RENDE (CS)

FATTORI DI RISCHIO NELLA SCUOLA

AULE





FATTORI DI RISCHIO NELLA SCUOLA

LABORATORIO INFORMATICA



LABORATORIO FISICA



FATTORI DI RISCHIO NELLA SCUOLA

PALESTRA
E
SPAZI ALL'APERTO



1. SPAZI E STRUTTURE IN GENERE

- **Ante delle finestre** e vetri delle finestre se rotti o lesionati, possono essere causa di tagli e ferite.
- **Scale, pavimenti lisci o bagnati** sono i maggiori responsabili di cadute e ruzzoloni.
- **Termosifoni, pilastri, maniglie delle porte, spigoli e arredi appuntiti**, rovinati o in risalto rappresentano un rischio per urti e ferimenti.
- **Materiale personale** (zaini, cartelle, indumenti lasciati in disordine) sono fonte di pericolo di inciampo o di impedimento al passaggio.

DISATTENZIONE E IMPRUDENZA POSSONO ESSERE CAUSA DI INFORTUNI ANCHE GRAVI



PALESTRA

Maggiore numero degli incedenti scolastici si verificano in palestra e sono di natura meccanica:

- **Urti**
- **Impatti**
- **Colpi**
- **Compressioni, ecc...**



- **Comportamenti deliberatamente imprudenti, la mancanza di attenzione, il disordine, l'indisciplina** la mancata preparazione atletica oppure in taluni casi, comportamenti volutamente dolosi.
- Se durante le attività sportive si dovessero avvertire **dolori/malesseri fisici** è opportuno sospendere le attività e avvertire il docente.



LABORATORIO CHIMICA

E' il luogo dove sono presenti attrezzature e sostanze che se utilizzate in modo non corretto possono causare infortuni anche gravi.

Nel caso di incidenti in cui sono coinvolti reagenti chimici è indispensabile **allontanare** quanto prima **il reagente** a contatto con la persona.

Per fare questo si usa, ove possibile, **acqua di rubinetto** o si **spazzola via il reagente dalla pelle e dai vestiti**.

In caso di contatto con gli occhi è urgente ricorrere alle cure di un medico o al **pronto soccorso**.



Pittogrammi

Vecchio
pittogramma



Nuovi
pittogrammi



Pericoli
fisici

Nuovi
pittogrammi



Pericoli
per
l'ambiente

Pericoli
per
la salute



Pittogramma	Codice	Descrizione	Simbolo
	GHS01	Esplosività	Bomba che esplode
	GHS02	Infiammabilità	Fiamma
	GHS03	Potere comburente	Cerchio su fiamma
	GHS04	Gas in pressione	Bombola di gas
	GHS05	Corrosività	Liquido che corrode mano e materiale

UNGUIS srl

ACETONE

PERICOLO

H225 Liquido e vapori facilmente infiammabili.
H319 Provoca grave irritazione oculare.
H336 Può provocare sonnolenza o vertigini.

P102 Tenere fuori dalla portata dei bambini.
P210 Tenere lontano da fonti di calore / scintille / fiamme libere / superfici riscaldate.
Non fumare.
P280 Indossare guanti / indumenti protettivi / Proteggere gli occhi / il viso.
P305+P351+P338 In caso di contatto con gli occhi sciacquare accuratamente per
parecchi minuti. Togliere le lenti a contatto se è agevole farlo. Continuare a sciacquare.
P403+P233 Tenere il recipiente ben chiuso in luogo ben ventilato

EUH066 L'esposizione ripetuta può provocare secchezza o screpolature della pelle

N° CE. 200-662-2

Pittogrammi di pericolo.

Avvertenza. Indica il grado di pericolo.

Indicazioni di pericolo H.

Consigli di prudenza P.

Ulteriori informazioni di pericolo EUH.

Codici

GH: Avvertenza

EUH: disposizioni particolari relative all'etichettatura e
imballaggio di particolari sostanze e miscele

=

LABORATORIO FISICA

I rischi sono della stessa natura del laboratorio di chimica con l'aggravio del rischio elettrico.

Nel caso di incidenti con correnti elettriche è indispensabile allontanare quanto prima la persona dalla sorgente elettrica.

Per fare questa operazione in sicurezza si deve prima togliere l'alimentazione elettrica.

Evitare di toccare la persona in maniera diretta se non si hanno adeguate protezioni

- Non operare mai in assenza del docente
- Non usare le attrezzature se prima non sono state controllate dal docente.
- Non usare mai adattatori multipli per collegare più strumenti.
- Non posizionare apparecchiature ad alto voltaggio vicino a sostanze infiammabili o esplosivi.



CONTATTO DIRETTO



CONTATTO INDIRETTO



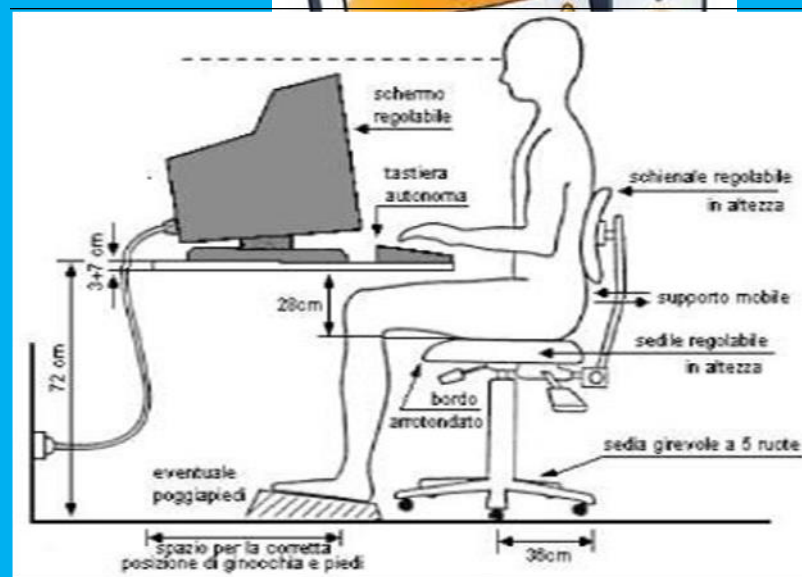
LABORATORIO INFORMATICA

In questo tipo di laboratorio il controllo della postura, l'ergonomia della postazione VDT e il microclima sono elementi indispensabili per ridurre i rischi durante le attività.

Un fattore molto importante è l'illuminamento dei locali, che deve essere adeguato e non creare riflessi sul monitor.

Un fattore importante spesso trascurato, è il livello di RUMORE in ambiente provocato dagli allievi, che può comportare disturbi psicologici e/o psicosomatici.

- Non operare mai in assenza del docente
- Non usare le attrezzature se prima non sono state controllate dal docente.
- Non manomettere prese e connettori vari.
- Non effettuare manutenzioni di alcun genere sui macchinari.
- Non spostare la postazione VDT.



- Riferire immediatamente al docente ogni mal funzionamento di macchinari.
- Assumere una postura corretta (piedi ben appoggiati al pavimento, schienapoggiata allo schienale e avambracci poggiati al piano di lavoro).
- In caso di incidente togliere subito la tensione.
- Effettuare un riposo o cambiamento di attività di almeno 15 minuti dopol'eventuale uso di videoterminali protratto per due ore.

RISCHIO BIOLOGICO E IGIENE

Cause: esposizione a microorganismi come virus, batteri possono provocare infezioni, allergie, intossicazioni.



RISCHIO BIOLOGICO E IGIENE

Il contatto e la convivenza prolungati e continuativi nel tempo di più persone, in ambienti chiusi, comporta anche la diffusione di entità biologiche di basso livello di rischio ma pur sempre sgradite.

REGOLE DA SEGUIRE

E' indispensabile adottare comportamenti e misure igieniche personali e collettive che limitino la diffusione di virus e batteri di qualsiasi natura, durante tutte le attività in particolare per quelle nelle quali si sviluppano normali relazioni interpersonali.

- Curare la propria igiene personale con scrupolo e puntualità.
- Adottare comportamenti e stili di vita sani e rispettosi della propria salute e di quella degli altri.
- Aerare frequentemente le aule almeno ad ogni cambio d'ora e durante gli intervalli.
- In caso si malessere riferire immediatamente al docente.
- Segnalare immediatamente al personale scolastico piccole ferite, abrasioni, ustioni e disinfettarle prontamente.

2. RISCHI COMPORTAMENTALI



- **DISATTENZIONE E IMPRUDENZA** POSSONO ESSERE CAUSA DI **INFORTUNI ANCHE GRAVI**

- **COMPORAMENTI ERRATI** SOPRATTUTTO DEGLI STUDENTI, NEI CONFRONTI DI ALTRI STUDENTI SONO CAUSA DEL MAGGIOR NUMERO DI INCIDENTI SCOLASTICI



RESPONSABILITA', PRUDENZA, ATTENZIONE, RISPETTO DEGLI ALTRI E DI SE STESSI, RISPETTO E USO CORRETTO DELLE COSE ALTRUI E PROPRIE, RISPETTO DELLE LEGGI E DEI REGOLAMENTI, ORDINE E DISCIPLINA ADEGUATI, COSTITUISCONO IL FONDAMENTO DI UN CORRETTO E SANO VIVERE CIVILE E LA BASE DI UNA ADEGUATA EDUCAZIONE CIVICA

6. RISCHIO INCENDIO

TRIANGOLO DEL FUOCO

Un incendio si verifica se si determinano contemporaneamente tre condizioni:

- presenza del **combustibile** (materiale in grado di combinarsi chimicamente con l'ossigeno o altra sostanza con emissione di energia termica);
- presenza del **comburente** (in genere l'ossigeno dell'aria)
- **temperatura** minima non inferiore alla temperatura di accensione.



SISTEMI DI SPEGNIMENTO DEGLI INCENDI

(Rottura del triangolo della combustione)

SEPARAZIONE /SOFFOCAMENTO/ RAFFREDDAMENTO/
INIBIZIONE CHIMICA

ESTINGUENTI

ACQUA /SCHIUMA POLVERI/IDROCARBURI ALOGENATI
/GAS INERTI/ AGENTI ESTINGUENTI ALTERNATIVI
ALL'HALON

- **Comportamenti** : negligenza delle persone e scarso rispetto per le regole antincendio



RISCHIO INCENDIO

CLASSIFICAZIONE DEI FUOCHI

CLASSE A: FUOCHI DA MATERIALI SOLIDI, GENERALMENTE DI NATURA ORGANICA, LA CUI COMBUSTIONE AVVIENE CON COMBUSTIONE DI BRACI;

CLASSE B: FUOCHI DA LIQUIDI O DA SOLIDI LIQUEFATTIBILI;

CLASSE C: FUOCHI DI GAS (Metano, GPL, acetilene, idrogeno ...)

CLASSE D: FUOCHI DI METALLI (Magnesio, sodio, alluminio)

CLASSE E: FUOCHI DI NATURA ELETTRICA.

MEZZI DI ESTINZIONE



Idrante



Naspo



RISCHIO INCENDIO

IL FUMO E I PRODOTTI VOLATILI DELLA
COMBUSTIONE SONO PIU' PERICOLOSI
DELLO STESSO FUOCO

COSA FARE

- Dare immediatamente l'allarme
- Mantenendo la calma evacuare i locali
- Seguire sempre le vie di fuga e le indicazioni di emergenza.
- Utilizzare le uscite di emergenza.
- Raggiungere il punto sicuro fuori dalla scuola.
- Mettere una benda sul naso e sulla bocca per respirare.
- Camminare in posizione abbassata.
- Rimanere sempre uniti per evitare di lasciare qualcuno indietro





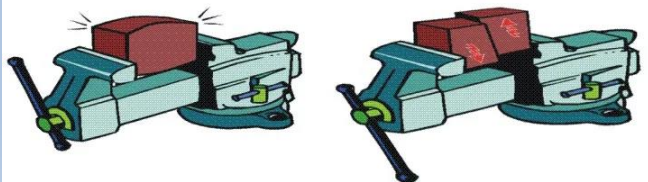
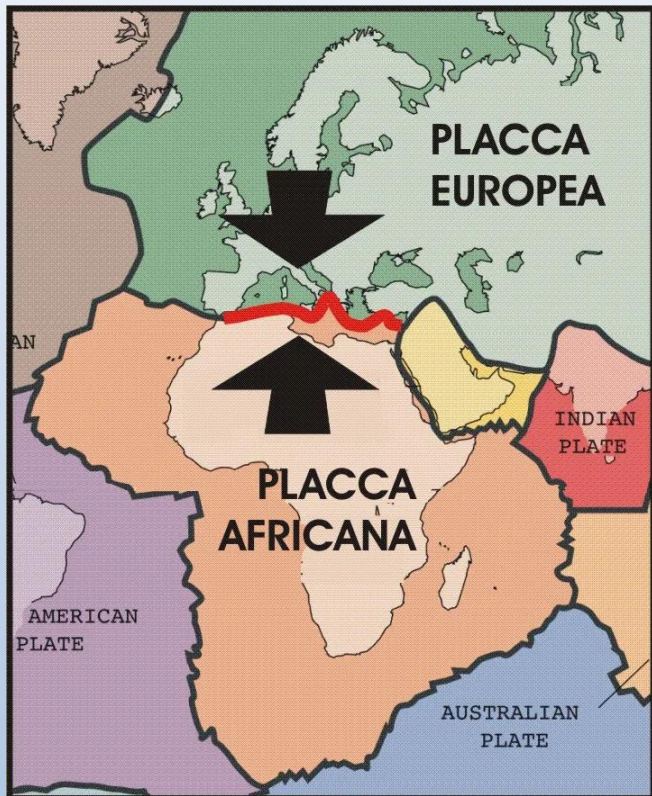
**LICEO SCIENTIFICO LINGUISTICO SCIENZE APPLICATE "PITAGORA"
RENDE (CS)**

COMPORAMENTI DA ADOTTARE

COMPORAMENTO IN CASO DI INCENDIO - T: 3'.80 - 6'.58

<https://vimeo.com/302512657>

7. RISCHIO TERREMOTO



LA MAPPA DEL RISCHIO SISMICO



I CINQUE TERREMOTI PIÙ FORTI IN ITALIA NEGLI ULTIMI DIECI ANNI

Sicilia	6 settembre 2002	gradi Richter 5,6
Isole Lipari, Calabria, Sicilia	26 ottobre 2006	gradi Richter 5,6
L'Aquila, Abruzzo	6 aprile 2009	gradi Richter 6,3
Provincia di Parma, Emilia R.	27 gennaio 2012	gradi Richter 5,4
Pianura Padana	20 maggio 2012	gradi Richter 6,0
Nord Italia	28 maggio 2012	gradi Richter 5,8

Fonte: Ingv, Usgs, Protezione Civile

P&G Infograph

7. RISCHIO TERREMOTO



ABBASSATI!



COPRITI!



RESISTI!



COSA FARE IN CASO DI **TERREMOTO**

SE TI TROVI IN UN LUOGO CHIUSO

Cerca riparo nel vano di una porta inserita in un muro portante o sotto una trave che ti può proteggere da eventuali crolli.

Riparati sotto un tavolo, è pericoloso stare vicino a mobili, oggetti pesanti e vetri che potrebbero cadere.

Non precipitarti verso le scale o l'ascensore, talvolta le scale sono la parte più debole dell'edificio. L'ascensore può bloccarsi.

Tieni in casa una cassetta di primo soccorso e assicurati che ogni componente della famiglia sappia dove è riposta.



Croce Rossa Italiana

SE TI TROVI IN UN LUOGO APERTO

Allontanati da costruzioni e linee elettriche.

Stai lontano da impianti industriali.

Stai lontano dai margini dei laghi e delle spiagge marine, si possono verificare onde di tsunami.

Raggiungi le aree di attesa individuate dal piano di emergenza comunale.

Evita di usare il telefono e l'automobile, è necessario lasciare le linee telefoniche e le strade libere per non intralciare i soccorsi.

In auto **non sostare** in prossimità di ponti, terreni franosi o spiagge.



LICEO SCIENTIFICO LINGUISTICO SCIENZE APPLICATE "PITAGORA" RENDE (CS)

COMPORAMENTO IN CASO DI TERREMOTO - T: 2'.09

<http://www.prevenzioneterremoto.it/2020/06/03/alunni-e-docenti-pronti-al-terremoto>

EVACUAZIONE – T. 1'.36

[ALLARME A SCUOLA!!! on Vimeo](#)

IN CASO DI EVACUAZIONE:

- 1 Mantieni la calma e non farti prendere dal panico;
- 2 Al suono dell'allarme interrompi ogni attività;
- 3 Lascia libri o altro all'interno del locale;
- 4 Ricordati di non spingere, non gridare e non correre;
- 5 Segui i percorsi di fuga indicati nella planimetria esposta in aula;
- 6 Segui le indicazioni degli Addetti alla Sicurezza;
- 7 Non muoverti mai in senso contrario alle indicazioni d'uscita;
- 8 Raggiungi il punto esterno di raccolta previsto per la classe.

IN CASO DI INCENDIO:

- 1 Mantieni la calma e non farti prendere dal panico;
- 2 Se l'incendio si è sviluppato nella tua classe, esci subito chiudendo la porta e dai l'allarme alla squadra antincendio;
- 3 Se l'incendio è in un altro locale dai l'allarme e poi allontanati senza fermarti a curiosare: potresti intralciare gli Addetti;
- 4 In presenza di fumo lungo le vie di fuga, filtra l'aria attraverso un fazzoletto messo a protezione della bocca e del naso, e cammina nella posizione più bassa possibile;
- 5 **IN CASO DI EVACUAZIONE METTI IN ATTO LE APPOSITE PROCEDURE.**

IN CASO DI TERREMOTO:

- 1 Mantieni la calma e non farti prendere dal panico;
- 2 Non precipitarti fuori dall'aula e NON USARE LE SCALE;
- 3 Se sei in corridoio rifugiati nella classe più vicina e NON USARE LE SCALE O L'ASCENSORE;
- 4 **DOPO IL TERREMOTO, in caso di segnale di EVACUAZIONE, SEGUI LE PROCEDURE SPECIFICHE.**



Indica la direzione da seguire per raggiungere l'uscita di emergenza.



Segnala la presenza di un estintore a polvere o CO2.



Indica la presenza di un punto di ritrovo, si tratta di una zona sicura, all'esterno di un edificio, presso la quale vengono dirette le persone evacuate.



Segnala la presenza di un idrante UNI 45.



Segnala la presenza della cassetta del pronto soccorso.



Segnala la presenza di un pulsante di allarme.

Il Professore coordinatore di classe provvederà, sulla base della conoscenza diretta degli studenti, a individuare:

incarichi

ALUNNO APRIFILA

ha l'incarico di guidare i compagni verso l'uscita di sicurezza, seguendo le vie di fuga.

ALUNNO CHIUDIFILA

ha l'incarico di controllare che l'evacuazione si svolge in modo corretto e che tutti gli alunni hanno lasciato l'aula.

ALUNNO AIUTANTE

ha il compito di aiutare gli alunni portatori di handicap o gli alunni che vengono presi dal panico.

Gestione Emergenza

Comportamenti virtuosi da intraprendere a scuola

Prove di Evacuazione



Alunno/a Apri-fila

Sarà chi è seduto in quel momento vicino alla porta dell'aula.



Alunno/a Chiudi-fila

Sarà chi è seduto in quel momento vicino alla finestra dell'aula.

N.B. questo metodo responsabilizza l'intera classe, dato che uno di questi ruoli, potenzialmente potrà essere assolto da ciascuno degli alunni.

8. EMERGENZA ALLUVIONE

ALLERTA METEO-IDRO I colori delle allerte



Previsti fenomeni intensi localmente pericolosi o pericolosi per lo svolgimento di attività particolari



Previsti fenomeni più intensi del normale pericolosi per cose e persone



Previsti fenomeni estremi molto pericolosi per cose e persone

- ALLERTA ROSSA
- ALLERTA ARANCIONE
- ALLERTA GIALLA

L'allerta ti avvisa che potresti trovarti in situazioni di pericolo



COSA PUÒ SUCCEDERE?



Allagamento di aree anche lontane dai corsi d'acqua
Frane profonde e di grandi dimensioni
Rottura degli argini e cedimento dei ponti
Variazione del corso del fiume

Danni a edifici, centri abitati e attività produttive
Frane
Danni ad argini e ponti
Voragini
Erosione delle sponde
Inondazione delle aree golenali

Esondazione improvvisa dei corsi d'acqua
Rapido innalzamento dei fiumi
Sottopassi, tunnel, seminterrati e pianterreni allagati
Smottamenti, colate di fango, caduta massi
Strade e ferrovie interrotte
Interruzione servizi di acqua, luce, gas e telefonia
Fulminazioni
Caduta di rami e alberi

ISPRA

Istituto Superiore per la Protezione
e la Ricerca Ambientale



FALSO

In caso di allerta meteo, il Dipartimento della Protezione Civile da Roma dispone la chiusura delle scuole nei territori interessati dal maltempo.

VERO

È il Sindaco, sulla base dell'allerta, a decidere la chiusura delle scuole e ad attivare tutte le misure di salvaguardia della popolazione previste nel piano di protezione civile.

EMERGENZA ALLUVIONE



EMERGENZA ALLUVIONE



Comportamenti:

SE ALL'INTERNO

- salire ai piani superiori
- non toccare impianti e apparecchi elettrici con mani o piedi bagnati
- non bere acqua dal rubinetto: potrebbe essere contaminata
- limitare l'uso del cellulare: tenere libere le linee facilita i soccorsi
- tenersi informati su come evolve la situazione e seguire le indicazioni fornite dalle autorità
- attendere l'avviso di fine allerta

SE ALL'ESTERNO

- non transitare e non sostare su ponti, passerelle, argini e sottopassi
- cerca riparo presso l'edificio più vicino e sicuro
- fare attenzione a dove si cammina: potrebbero esserci voragini, buche, tombini aperti ecc.
- evitare sottopassi

Bullismo e cyberbullismo



Bullismo e cyberbullismo



Fonte: Associazione Bullismo senza frontiere

L'Italia è uno dei Paesi con il maggior numero di casi di bullismo al mondo, con un totale di **19.800** casi gravi.

Bullismo e cyberbullismo causano più di **200.000** morti l'anno in tutto il mondo.

Bullismo e cyberbullismo

Fonte: Ministero istruzione

Campagna di monitoraggio – Maggio-Giugno 2021

- ✓ **314.500 studenti**
- ✓ **765 scuole statali secondarie di secondo grado**
- ✓ **46.250 docenti** di 1.849 Istituti Scolastici statali.

Esiti

- ✓ **22,3%** degli studenti e studentesse delle scuole superiori è stato **vittima di bullismo** da parte dei pari (19,4% in modo occasionale e 2,9% in modo sistematico);
- ✓ **18,2%** ha preso parte attivamente a episodi di bullismo verso un compagno o una compagna (16,6% in modo occasionale e 1,6% in modo sistematico);
- ✓ **8,4%** ha subito episodi di cyberbullismo (7,4% in modo occasionale e 1% in modo sistematico);
- ✓ **7%** ha preso parte attivamente a episodi di cyberbullismo (6,1% in modo occasionale e 0,9% in modo sistematico).

Bullismo & Cyberbullismo

- il 7% dei giovani tra 11 e 13 anni è risultato vittima di prepotenze tramite cellulare o Internet una o più volte al mese;
- la quota scende al 5,2% tra i ragazzi da 14 a 17 anni.
- Il bullismo e cyberbullismo tendono spesso a colpire gli stessi ragazzi: tra quanti hanno riportato di aver subito ripetutamente azioni offensive attraverso i nuovi canali comunicativi una o più volte al mese, ben l'88% ha subito altrettante vessazioni anche in altri contesti del vivere quotidiano.

Di fronte a un'azione di cyberbullismo della quale si è vittime il comportamento di gran lunga prevalente risulta essere il “**difendersi da soli**” (60% dei maschi e 49% delle femmine), considerato che far emergere una “**persecuzione**” attraverso Internet costringe la vittima ad “**aprire**” ai genitori, o a un altro adulto, tutta la propria vita sui “social”.

Bullismo e cyberbullismo

Cos'è la violenza tra pari, online e offline?

Il termine “bullismo” viene utilizzato per indicare un insieme di comportamenti in cui qualcuno ripetutamente fa o dice cose per ferire o turbare un'altra persona o prevaricarla. Spesso esso è difficile da individuare perché lo si confonde con i normali conflitti fra coetanei mentre il bullismo è caratterizzato da alcuni fattori:

- ✓ Intenzionalità
- ✓ Vulnerabilità della vittima
- ✓ Potere del “bullo”
- ✓ Durata e intensità dei comportamenti ostili
- ✓ Mancanza di sostegno

Come si manifesta il bullismo?

Ci sono tre tipologie di comportamenti che rientrano nella definizione di “bullismo”.

- Il **bullismo verbale**: include provocazioni, insulti, commenti inappropriati e offensivi.
- Il **bullismo sociale**: quando è mirato a danneggiare la reputazione e le relazioni sociali della vittima. Ad esempio, l'isolamento o la ridicolizzazione della vittima all'interno di un gruppo.
- Il **bullismo fisico**: comprende tutti i comportamenti fisici violenti, ma anche la sottrazione o distruzione di oggetti personali.

Bullismo e cyberbullismo

Perchè le vittime
sono prese di mira

67
Timidezza

56
Orientamento
sessuale

31
Disabilità

67
Caratteristiche
fisiche

43
Straniero

34
Estrazione
sociale

Bullismo e cyberbullismo

Ecco come si manifesta il **bullismo virtuale**:

1

Molestie: il bullo invia frasi volgari e violente tramite email, sms, chat o blog.

2

Denigrazione: il bullo diffonde opinioni e commenti che minano la reputazione.

3

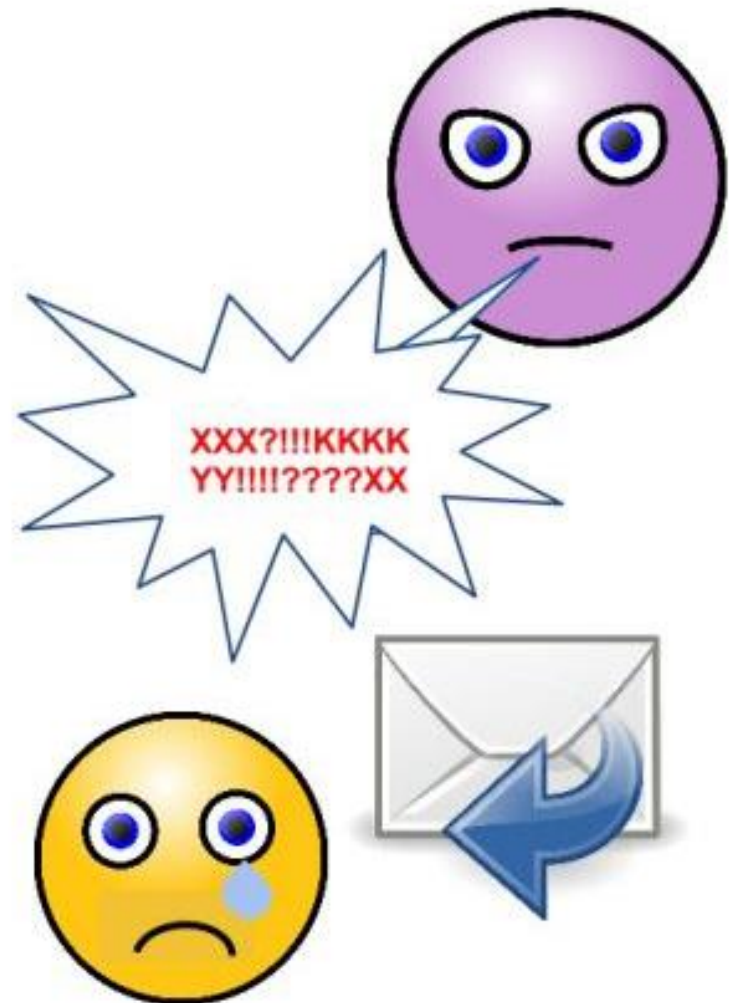
Violazione privacy: il bullo ruba nickname e password, e li usa impropriamente.

4

Esclusione: il bullo isola la vittima da blog, chat ed altro.

5

Persecuzione: le molestie del bullo vengono inoltrate a ripetizione.



Bullismo e cyberbullismo



Bullismo e cyberbullismo



Bullismo e cyberbullismo



Bullismo e cyberbullismo

[\(60\) MIUR - Contro il bullismo e Cyberbullismi - #PARLIAMONE - YouTube](#)



Bullismo e cyberbullismo



[Bullismo e Cyberbullismo \(carabinieri.it\)](http://carabinieri.it)

- ❖ 112 – Numero di Pronto intervento
- ❖ 114 – Emergenza infanzia attivo tutti i giorni 24 su 24 ore
- ❖ App 114 Emergenza Infanzia da scaricare utilizzando il numero cell. 348, 87845
- ❖ CARABINIERI- presso la sede più vicina a casa
- ❖ Numero verde 800.66.96.96 e/o indirizzo e-mail: bullismo@istruzione.it
(informazioni, consigli, segnalazioni casi di bullismo)
- ❖ Numero gratuito 1.96.96 attivo tutti i giorni 24 su 24 ore - Associazione S.O.S – IL TELEFONO AZZURRO ONLUS
- ❖ www.telefonoazzurro.it chat online attiva da Lunedì a Venerdì dalle 8.00 alle 22.00, Sabato e Domenica dalle 8.00 alle 20.00
- ❖ Numero verde 800.642.377- Centro Nazionale Anti Cyberbullismo (CNAC) o inviare una mail direttamente sul sito: www.anticyberbullismo.it

Bullismo e cyberbullismo



COSA FARE SE SIAMO VITTIME ?

1. Promuovere la cooperazione

I bulli e le vittime risultano essere meno cooperativi della media. La scarsa cooperazione del bullo dipenderebbe dalla sua scarsa empatia e dall'atteggiamento ostile nei confronti degli altri; mentre nella vittima può derivare dalla scarsa accettazione.

2. Trovare degli "alleati" Che sia violenza verbale o, peggio, attacchi fisici, **gli adulti sono vostri alleati**. Non importa se avete litigato con i vostri genitori la sera prima, o se il professore vi ha dato un brutto voto nel compito in classe: se siete vittime di bullismo passa tutto in secondo piano e l'unica cosa che conta per loro è aiutarvi a superare questo problema.

Bisogna fidarsi di loro, fargli capire come vi sentite, spiegarli cosa vi sta succedendo e insieme troverete sicuramente la soluzione affrontando il problema.

3. Trovare supporto "nei pari" Questo tipo di intervento risulta più strutturato rispetto ai precedenti. Si presuppone l'attivazione di uno spazio, gestito da ragazzi, fisico o virtuale, dove sia possibile accogliere la richiesta di aiuto dei compagni. Questo percorso ha lo scopo di fornire ai ragazzi le abilità per fronteggiare questo tipo di problemi, dei compagni ma anche personali, stimolando capacità di ascolto attivo e sviluppando empatia.

Bullismo e cyberbullismo

<https://www.unicef.it/diritti-bambini-italia/bullismo-cyberbullismo/>