

On t'explique

LA CYBER-INTIMIDATION

LA CYBER-INTIMIDATION

LA CYBERINTIMIDATION, C'EST...

Quand quelqu'un utilise un téléphone, un jeu en ligne ou les réseaux sociaux pour faire du mal à une autre personne, peu importe son origine, sa langue, sa religion, son apparence ou son identité.

Ça peut être :

- * Des insultes répétées parfois liées à l'accent, à la couleur de peau, au prénom ou aux croyances ou des stéréotypes blessants sur une communauté ou un groupe culturel
- * Des rumeurs, des menaces
- * Des moqueries publiques
- * Le partage d'images sans permission

Si quelqu'un dit «c'était une blague» mais que tu te sens blessé(e), à cause de ton identité ou de ta culture, ce n'est pas une blague.

POURQUOI C'EST DIFFÉRENT EN LIGNE ?

- * Ça peut arriver à toute heure, même quand tu es à la maison
- * Beaucoup de personnes, de différents milieux culturels, peuvent voir
- * Ça peut rester longtemps et circuler dans plusieurs pays ou langues
- * Ça peut être partagé encore et encore, sans tenir compte du contexte culturel

QUEL EST L'IMPACT DE LA CYBERINTIMIDATION?

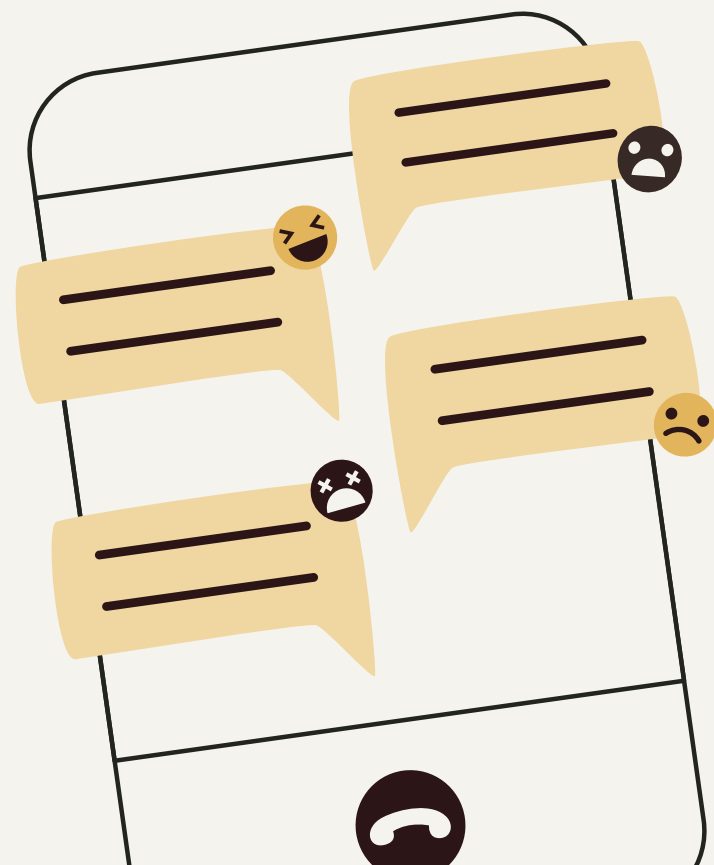


- * Te faire perdre confiance en toi et en ta culture
- * Te donner envie d'éviter l'école
- * T'empêcher de dormir
- * Augmenter ton anxiété ou ton sentiment d'isolement
- * Affecter ta concentration
- * Ce n'est pas être faible de se sentir mal. C'est normal, surtout quand on se sent incompris ou jugé pour de qui l'on est.

QUOI FAIRE SI TU ES CIBLÉ ? 5 ÉTAPES SIMPLES

- 1 Ne réponds pas sous la colère, même si les propos sont injustes ou discriminatoires
- 2 Fais des captures d'écran
- 3 Vérifie tes paramètres de confidentialité
- 4 Bloque et signale.
- 5 Parle rapidement à un adulte de confiance si la menace est ressentie ou les images partagées ne sont pas consenties, par exemple tu peux parler à tes parents, tes profs, des intervenants, la direction.

Ce n'est pas parce que c'est en ligne que ce n'est pas grave. Les paroles peuvent blesser profondément, surtout quand elles touchent à l'identité d'une personne.



SI TU ES TÉMOIN, TU PEUX :

- * Ne pas « liker » ni partager des messages blessants ou discriminatoires
- * Envoyer un message de soutien à la personne ciblée, dans le respect de sa culture
- * Dire calmement « ça va trop loin »
- * Signaler la situation

Un petit geste peut faire une grande différence, surtout dans un milieu diversifié.



RAPPELLE-TOI

Partager une image sans permission, c'est une violence.

Même si la photo a été envoyée en privé, ça ne donne pas le droit de la diffuser.

Le chantage à l'aide d'images est grave.

Le silence protège les intimidateurs. Parler protège les victimes, peu importe leur origine.

COMMENT SE PROTÉGER?

- * Tu peux activer les paramètres de confidentialité sur ton téléphone
- * Tu peux trouver un mot de passe solide
- * Tu peux adhérer à l'authentification à deux facteurs
- * Réfléchi avant de publier : les mots n'ont pas la même signification dans toutes les cultures
- * Fais des pauses d'écran pour prendre soin de toi

N'OUBLIE PAS :

- * Chaque clic compte.
- * Chaque commentaire compte, le respect et l'ouverture à la diversité, c'est aussi en ligne.



DIR.E
Pour faire entendre l'équité

L'ANCRE
Immigration en région

Avec la participation financière de :

Québec

