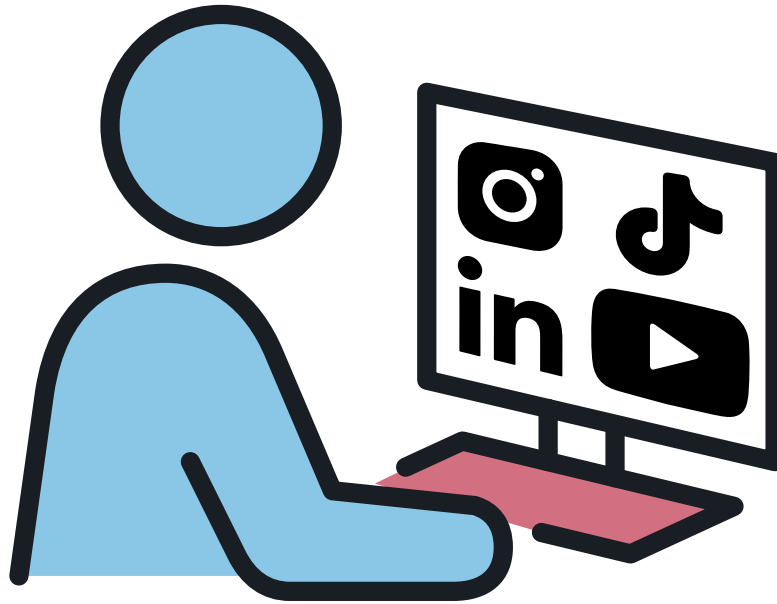


# En sécurité dans les médias sociaux



Les médias sociaux peuvent être un moyen de trouver des informations et différentes opinions sur la santé sexuelle, mais il faut être prudent-e. Tu **ne peux pas** faire confiance à tout le monde dans les médias sociaux. Ce feuillelet d'information parle de la sécurité quand tu utilises des médias sociaux comme TikTok, Instagram, Twitter, LinkedIn, Facebook, etc.



*Avec le financement de*



Santé  
Canada Health  
Canada

Les opinions exprimées ne représentent pas nécessairement celles de Santé Canada.

**sieccan**  
Sex Information & Education Council of Canada  
Conseil d'information & d'éducation sexuelles du Canada

## Fais attention avec qui tu deviens ami-e dans les médias

### ***Si une personne que tu connais déjà demande à se connecter ou à être amie avec toi dans les médias sociaux***



Pose-lui des questions auxquelles elle est la seule qui peut répondre.

***ou***

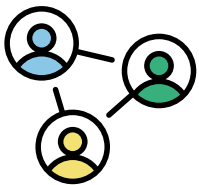
Avant d'accepter la demande de connexion, envoie d'abord un texto à la personne et demande-lui si c'est bien elle qui t'a envoyé une demande.

### ***Si une personne que tu ne connais pas, comme un-e inconnu-e, demande à se connecter ou à être amie avec toi dans les médias sociaux***

Parfois, c'est correct d'accepter la demande, mais d'autres fois, c'est mieux de la refuser.

Par exemple:

- Si tu utilises LinkedIn, il est possible qu'un-e inconnu-e veuille te parler parce que vous faites un travail similaire. Dans ce cas, c'est correct de se connecter avec un-e inconnu-e.
- Il arrive qu'on se connecte avec des inconnu-es sur des médias sociaux comme TikTok, à cause d'intérêts communs.
- Sur Facebook, en général, il est mieux d'être ami-e seulement avec des personnes que tu connais.



Si tu n'es pas sûr-e, tu peux demander à une personne de confiance de t'aider à décider si c'est correct d'accepter une demande de connexion d'un-e inconnu-e.

## ***Si tu parles avec un-e inconnu-e dans les médias sociaux***

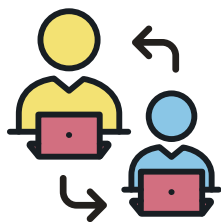


Ne donne pas d'informations privées comme ton adresse ou tes informations bancaires.

Certaines personnes pourraient essayer de te piéger. Par exemple, une personne pourrait te demander de lui envoyer de l'argent pour la « secourir ».

Si tu rencontres un-e inconnu-e en personne, assure-toi de le faire en journée et dans un endroit où il y a d'autres personnes, comme un restaurant ou un parc. Dis à une personne de confiance le nom de la personne que tu vas rencontrer et à quel endroit.

## Choses importantes à faire attention dans les médias sociaux :



**Des adultes essaient d'avoir du sexe avec des adolescent-es**

Certain-es adultes veulent avoir du sexe avec des adolescent-es, mais **cela n'est pas correct**. Ils/elles donnent beaucoup d'attention à des adolescent-es et essaient de leur faire croire que le sexe entre adultes et adolescent-es est correct.

La manipulation en ligne, c'est quand un-e adulte essaie de devenir ami-e avec un-e enfant ou un-e adolescent-e et de gagner sa confiance par Internet. Par exemple, l'adulte pourrait créer un faux profil de médias sociaux et faire semblant d'être une personne plus jeune. Il ou elle utilisera ensuite cette confiance pour manipuler l'enfant ou l'adolescent-e afin d'avoir du sexe avec lui ou elle.

Lis ceci pour en savoir plus sur les signaux d'alarme de la manipulation en ligne : <https://www.rainn.org/news/grooming-know-warning-signs>



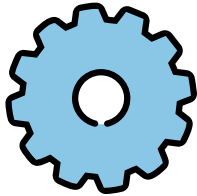
**Des personnes se font passer pour des adolescent-es pour tromper des jeunes**

Certaines personnes essaient de faire semblant d'être quelqu'un d'autre pour piéger des jeunes. En général, elles se font passer pour un-e adolescent-e et te demandent de leur envoyer une photo/vidéo nue ou sexy de toi. Elles te diront ensuite qu'elles vont envoyer la photo/vidéo à plusieurs personnes si tu ne leur donnes pas de l'argent. **N'envoie pas de photos/vidéos nues ou sexy de toi à quelqu'un que tu ne connais pas ou en qui tu n'as pas confiance.**

Lis [Sextage : Feuille d'information](#) pour savoir à quoi faire attention si tu envoies des photos/vidéos nues ou sexy à d'autres personnes.



## Ne partage pas tes informations personnelles



Dans tes profils de médias sociaux, cherche l'option « Réglages » ou « Confidentialité ». Si possible, ajuste-la pour que tes ami-es proches et ta famille soient les seul-es à voir ce que tu publies.

Si tu ne trouves pas cette option, tape dans Google le nom du réseau social et les mots « paramètres de confidentialité ». Par exemple, cherche dans Google « paramètres de confidentialité Tiktok » ou « paramètres de confidentialité Twitter ».



Ne publie pas d'informations privées comme ton adresse ou tes informations bancaires.



Ne publie pas de photos ou de vidéos privées comme des photos/vidéos de ta maison, de ta voiture, ou des photos/vidéos nues de toi.



Ne publie pas d'informations sur l'endroit exact où tu es. Si tu as pris une photo/vidéo à un endroit particulier et que tu veux la publier ou la partager, attends d'avoir quitté cet endroit.

**N'oublie pas qu'une fois que tu as publié une photo/vidéo ou un message sur Internet, tu n'as plus le contrôle sur ce qui arrive à cette publication. Même si tu publies ces choses dans tes médias sociaux seulement pour tes ami-es et ta famille, il est toujours possible qu'elles soient partagées à d'autres personnes.**

**De plus, une photo/vidéo ou un message que tu publies pourra toujours être relié à toi, même après l'avoir supprimé.**

**C'est pourquoi, en général, il est mieux de ne pas partager de photos/vidéos ou d'informations personnelles dans les médias sociaux.**

## Fais attention aux choses inhabituelles



Si un-e inconnu-e te demande de lui donner des informations privées comme ton adresse ou tes informations bancaires, **ne les lui donne pas.**



Si ton ami-e publie quelque chose dans les médias sociaux qui te semble bizarre, parce que ce n'est pas quelque chose qu'il/elle ferait normalement, ou s'il/elle t'envoie une demande d'ami-e alors que vous êtes déjà ami-es, c'est possible qu'il/elle se soit fait pirater. Ça veut dire qu'une autre personne utilise le compte de ton ami-e alors qu'elle ne devrait pas.

Tu peux appeler ton ami-e ou lui envoyer un message pour lui dire de vérifier son compte. **N'accepte pas la demande d'ami-e et ne réagis pas à la publication.**

# Fais attention aux personnes qui disent des choses méchantes

## Exemples de choses méchantes que des personnes pourraient dire :



Une personne se moque de toi ou de quelqu'un d'autre.



Une personne dit des choses qui ne sont pas vraies sur un groupe de personnes.



Une personne dit qu'elle va te faire du mal ou en faire à quelqu'un d'autre.

Par exemple, la personne dit qu'elle va :

- Blessé une autre personne
- Briser les choses de quelqu'un
- Voler les choses de quelqu'un

## Quoi faire si tu vois quelqu'un dire des choses méchantes dans les médias sociaux



**Si une personne te dit des choses méchantes**

Bloque-la.

Tu peux signaler la personne au site de média social, ou à la police locale si elle t'a menacée.

Parles-en à une personne de confiance.

## Quoi faire si tu vois quelqu'un dire des choses méchantes dans les médias sociaux



**Si une personne qui est habituellement ton amie dit quelque chose qui te blesse ou si tu te chicanes avec un-e ami-e dans les médias sociaux**

Essaie de trouver un autre moyen que les réseaux sociaux pour discuter du problème avec la personne.

Par exemple, essaie de l'appeler ou de la rencontrer en personne pour en parler.



**Si tu vois quelqu'un dire des choses méchantes au sujet de quelqu'un d'autre**

Ne soutiens pas la personne qui dit les choses méchantes, même si elle parle de quelqu'un que tu n'aimes pas.

N'aime pas et ne partage pas sa publication.

Si tu veux aider la personne qui est visée, tu peux publier quelque chose de gentil à son sujet ou lui envoyer un message gentil en privé.



**Si tu te sens mal à l'aise avec un site de médias sociaux à cause de ce que tu y vois**

Essaie un autre site de médias sociaux qui a plus de règles sur ce que les gens ont le droit de publier ou non.



**Si les médias sociaux te stressent**

Fais une pause des médias sociaux.

Passe du temps avec tes ami-es, ta famille et tes animaux de compagnie.

Fais tes activités préférées ou cherche des rencontres locales en personne et des clubs liés à tes intérêts particuliers.