

Assurer sa sécurité en ligne après avoir quitté votre communauté



Parfois, pour échapper à la violence dans leurs relations, les survivantes autochtones vivant dans des communautés isolées doivent se rendre dans une maison d'hébergement dans une communauté voisine.

Les médias sociaux comme Facebook, Instagram, TikTok et Snapchat qui servent à rester en contact avec les proches et la famille sont parfois utilisés à mauvais escient par les auteurs de violence pour traquer, harceler et humilier les survivantes.

Cette fiche-conseils s'adresse aux survivantes autochtones qui créent un compte sur les médias sociaux pour la première fois et à celles qui veulent s'assurer d'utiliser leur compte en toute sécurité.

Configurer ou réviser votre compte pour la protection de la vie privée

- Créez un nouveau compte de messagerie sur un ordinateur sécuritaire, que vous n'utiliserez que pour les médias sociaux.
- Pensez à ne pas utiliser votre vrai nom ou à épeler votre nom différemment lorsque vous créez votre nom d'utilisatrice.
- Utilisez une image générique pour votre photo de profil, par exemple une fleur, une voiture ou une plage dans un autre pays.
- Vérifiez vos paramètres de confidentialité pour vous assurer que vous ne communiquez pas l'emplacement de la nouvelle maison d'hébergement et paramétrez votre compte pour ne partager des messages qu'avec des personnes de confiance.
- Créez ou modifiez votre mot de passe pour qu'il soit difficile à deviner mais long.
- Par exemple: JeSuisLaPLUSBelle!
- Mettez en place une authentification à deux facteurs afin d'être avertie si quelqu'un tente de se connecter à votre compte.

Familiarisez-vous avec les outils de médias sociaux qui contribuent à votre sécurité

- La plupart des entreprises de médias sociaux disposent de centres ou de pages de sécurité pour vous aider à préserver la sécurité et la confidentialité de votre compte.
 - Voir la section **Guides d'applis** dans notre [trousse à outils](#).
- Si vous recevez des messages de harcèlement sur les médias sociaux, vous pouvez bloquer la personne et/ou la signaler ou signaler son message à l'entreprise.
- Si une photo ou vidéo de vous dénudée a été diffusée sur les médias sociaux ou si quelqu'un menace de le faire, vous pouvez «créer un dossier» sur ces sites afin que l'image soit immédiatement retirée ou qu'elle ne puisse plus être téléchargée.
 - Pour les images prises lorsque vous aviez 18 ans ou plus:
<https://stopncii.org/>
 - Pour les images prises lorsque vous aviez 17 ans ou moins:
<https://takeitdown.ncmec.org/>

Pour plus d'informations pour les survivants dans les communautés rurales, éloignées, nordiques et autochtones, consultez notre trousse d'outils pour [naviguer dans les abus technologiques](#).

La violence fondée sur le genre facilitée par la technologie (VFGFT) fait partie d'un continuum de violence qui peut se produire à la fois en ligne et en personne. Si vous ou une personne de votre entourage êtes victime de VFGFT, vous n'êtes pas seule. Vous pouvez consulter hebergementfemmes.ca pour trouver une MH près de chez vous afin de

discuter de vos options et élaborer un [plan de sécurité](#). Il n'est pas nécessaire de résider dans une MH pour avoir accès à des services et à un soutien gratuits et confidentiels.

Nous remercions chaleureusement [Carrier Sekani Family Services](#) et l'Indigenous Shelter Advisory Committee pour la création de cette fiche d'information.