

# CYBER-HARCÈLEMENT

## COMPRENDRE SES DROITS



### Définition

Le cyber-harcèlement est un harcèlement numérique. Le harcèlement est le fait de tenir des **propos** ou d'avoir des **comportements répétés** ayant comme but ou effet une **dégradation des conditions de vie de la victime** (anxiété, maux de ventre, perte de confiance en soi...).

- Article 222-33-2-2 du Code pénal -



### En pratique...

Par exemple, une personne ou plusieurs personnes publie(nt) des propos/contenus (photos, rumeurs ou autre) dénigrants/insultants de vous sur un forum ou un réseau social, en privé ou en public.



### Victime de cyber-harcèlement ?

Vous recevez des messages et/ou subissez des propos ou comportements, de manière **fréquente** de la part **d'une ou de plusieurs personnes** (y compris si chacune n'a agi qu'une seule fois).

Et l'ensemble des messages/propos/comportements **entraînent une dégradation de votre santé physique ou mentale** (anxiété, maux de ventre, perte de confiance en soi...).

- Ne pensez pas que c'est de votre faute -



### Que dit le droit

Le cyber-harcèlement est puni de peines pouvant aller jusqu'à **2 ans d'emprisonnement et 30 000 € d'amende**.

Si vous avez - **de 15 ans** ou êtes une personne vulnérable (maladie, infirmité, handicap...) et que le.s auteur.s en avaient connaissance, les peines peuvent aller jusqu'à **3 ans d'emprisonnement et 45 000 € d'amende**.

Vous avez **6 ans** à partir du jour du dernier agissement pour exercer une action en justice.



Si le harcèlement est lié au milieu professionnel ou a une connotation sexuelle/sexiste, ces infractions font l'objet d'un régime spécifique.



# CYBER-HARCÈLEMENT

## SE PROTÉGER



### Les bons réflexes

En **parler**, ne pas rester seul.e (personnes de confiance, associations, centres d'aides).

N'hésitez pas à **signaler** les propos harcelants sur le site internet/le réseau social concerné(s) et/ou **demandeur leur retrait** auprès de l'hébergeur du site.

Pensez à **vérifier/modifier les paramètres de confidentialité/sécurité** de vos comptes sur les réseaux sociaux, afin d'être mieux protégé-e.



### Prouver le cyber-harcèlement

Pour faciliter la procédure, vous pouvez **collecter** vous-même les **preuves** du cyber-harcèlement en prenant par exemple des captures d'écran.

Faire appel à un huissier de justice pour réaliser ces captures permettent de **sécuriser à 100%** la véracité de ces preuves.



### Procédure à suivre afin de poursuivre l'auteur de l'infraction (au choix)

En tant que victime, vous avez le droit à la **réparation de votre dommage**.

Vous pouvez **porter plainte** au commissariat/gendarmerie ou en ligne en cas de discrimination par exemple.

N'hésitez pas à **contacter un avocat** pour saisir le Procureur de la République, se constituer partie civile ou encore saisir directement le tribunal pénal.



En cas d'urgence, alerter les forces de l'ordre :  
**17 ou 112**



# CYBER-HARCÈLEMENT

SE FAIRE AIDER



## L'App Respect Zone

L'application Respect Zone offre des **conseils et des informations pratiques** pour aider les victimes et leur entourage en cas de cyber-harcèlement



## Contacter Respect Zone

Respect Zone est là pour vous **aider** à toutes les étapes, n'hésitez pas à nous écrire [info@respectzone.org](mailto:info@respectzone.org)



## Téléphoner

France Victime - 116 006  
Net-Ecoute - 30 18  
Non au harcèlement - 30 20  
Jeunes Violences écoute - 119  
Suicide-écoute - 01 45 39 40 00  
Violences contre les femmes - 3919



## Tchatter

Violences en ligne et enfance : [Tchat E-enfance](#)

Violences au sein du couple/relations [Tchat de En Avant Toutes!](#)



## Aide juridique

**Consulter gratuitement un avocat ?**

Des avocats font des **consultations gratuites** près de chez vous. [Cliquez ici](#) pour savoir où !

En cas de faibles revenus pour accéder à la justice, l'État accorde une **aide juridictionnelle**. Pour plus d'informations, [cliquez ici](#) !



En cas d'urgence psy, contacter :  
15 ou 18

