

# LE CAPPING : CE QUE C'EST ET COMMENT RÉAGIR

## QU'EST-CE QUE LE CAPPING?

Le capping se produit quand une personne, généralement un adulte, enregistre ou fait des captures d'écran de toi, de ton corps et de tes activités lors d'un appel vidéo, souvent sans que tu saches qu'il enregistre. Cela peut se produire lorsque tu es sur ton ordinateur, ta tablette, ton cellulaire ou en jouant à des jeux en ligne, et peut te mettre dans une situation dangereuse.

## COMMENT CELA PEUT SE PRODUIRE?

Le capping se produit généralement rapidement de la façon suivante :

- Une personne communique avec toi en ligne et peut faire semblant d'être quelqu'un qu'elle n'est pas — souvent quelqu'un de ton âge
- Elle peut te demander de faire un appel vidéo
- Elle peut te montrer une « vidéo de leurre » qui montre quelqu'un d'autre pour t'encourager à avoir une conversation avec elle
- Elle peut répondre à tes questions ou tes demandes en utilisant une fonction de clavardage pour cacher son identité réelle
- Elle peut te demander de te déshabiller, de te toucher ou de participer à d'autres activités sexuelles en offrant parfois de faire la même chose pour toi
- Si tu fais ce que la personne te demande, elle t'enregistrera même s'il s'agit d'une diffusion en direct, et le partagera avec d'autres personnes — cela peut se retrouver sur des sites pornographiques ou le dark web
- Elle peut te menacer de partager la vidéo avec tes amis ou ta famille pour te pousser à faire plus de choses et/ou elle peut exiger que tu lui envoies de l'argent

## COMMENT TE PROTÉGER?

Certaines personnes essaieront de profiter de toi en ligne. Voici quelques façons de te protéger :

- Sache que les gens ne sont pas toujours ce qu'ils semblent être
- Ne donne aucune information personnelle, comme ton nom, ton numéro de téléphone, l'endroit où tu es et certains détails de ta vie
- Ne fais pas des choses précipitamment à la demande de quelqu'un d'autre — suis ton instinct
- Si tu as l'impression qu'une situation est hors de ton contrôle, parle à un adulte de confiance
- Refuse de céder à quelqu'un qui profère des menaces ou qui insiste quand tu dis non — la persistance est souvent un comportement utilisé pour contrôler ou faire du mal
- Bloque la personne ou mets fin à la conversation immédiatement — ce que la personne fait est illégal
- Parles-en à un parent ou à un adulte de confiance
- Tu peux communiquer avec [Jeunessejecoute.ca](https://www.jeunessejecoute.ca), dénoncer la situation à [Cyberaide.ca](https://www.cyberaide.ca), ou demander de l'aide pour retirer les images à [AidezmoiSVP.ca](https://www.aidezmoiSVP.ca)

Pour en savoir plus : [Canada.ca/exploitation-enfants](https://www.canada.ca/exploitation-enfants)

**TU PEUX TE SENTIR COMPLÈTEMENT  
DÉPASSÉ. MAIS TU N'ES PAS SEUL.  
DEMANDE DE L'AIDE!**

