

# Mieux comprendre la cyberintimidation envers les personnes de 50 ans et plus

## FICHE SYNTHÈSE

TRANSFERT DE CONNAISSANCES

FÉVRIER 2025

### FAITS SAILLANTS

- La cyberintimidation est généralement associée aux jeunes. Pourtant, des personnes de tous âges peuvent en être victimes, ce qui inclut les personnes de 50 ans et plus.
- Elle entraîne des conséquences négatives sur la santé et les relations sociales des personnes qui en sont victimes.
- Une meilleure compréhension de ce dont il s'agit chez ce groupe d'âge participe à la prévention de ce type de violence.

### MISE EN CONTEXTE

Ce document a été élaboré à la demande du ministère de la Santé et des Services sociaux dans le cadre du Plan d'action concerté pour prévenir et contrer l'intimidation et la cyberintimidation 2020-2025. Il s'appuie sur les travaux de l'équipe Promotion de la sécurité et prévention de la violence de l'Institut national de santé publique du Québec réalisés avec la collaboration d'un comité consultatif. Ce comité rassemble des professionnelles de la santé publique travaillant en vieillissement en santé.

### QUEL EST SON OBJECTIF?

- Décrire la cyberintimidation envers les personnes de 50 ans et plus et la distinguer d'autres types de violence.
- Présenter des exemples de comportements de cyberintimidation.
- Illustrer les conséquences de la cyberintimidation.

### À QUI CE DOCUMENT EST-IL DESTINÉ?

Aux **professionnelles et professionnels de la santé publique** travaillant en vieillissement en santé ou avec la population de 50 ans et plus.

#### Document complémentaire

Ce document est aussi accompagné d'une [infographie](#) pouvant être présentée et distribuée aux personnes de 50 ans et plus. Consultez le lien suivant pour y accéder :



## QU'EST-CE QUE LA CYBERINTIMIDATION?

Tout comportement, parole, acte ou geste :

- Intentionnel ou non
- Répétitif
- Exprimé directement ou indirectement
- Qui implique des rapports de force inégaux entre les personnes concernées
- Qui a pour effet de nuire ou de faire du mal
- **Qui a lieu dans le cyberespace**<sup>1,2</sup>

En 2022 au Québec, **3,1 %** des personnes âgées de 45 à 64 ans et **1,5 %** des personnes de 65 ans et plus ont rapporté avoir vécu de la cyberintimidation<sup>3</sup>.

## SES PRINCIPALES CARACTÉRISTIQUES

### Rapports de force inégaux

- Anonymat de la personne auteure qui lui confère un sentiment d'impunité
- Meilleures connaissances en informatique de la personne auteure
- Absence de moyens de défense pour la personne victime

### Gestes répétés

- Diffusion auprès d'un large auditoire et en peu de temps
- Partage illimité de contenus (messages, photos, vidéos)
- Accessibilité à long terme des contenus partagés

### Gestes généralement intentionnels

- Cette caractéristique est plus difficile à déterminer : Un geste de cyberintimidation, même s'il peut parfois être involontaire, peut nuire ou faire du mal à la personne qui en est victime<sup>1</sup>

### L'intimidation dans le cyberspace se manifeste de différentes manières...<sup>1</sup>

- Menaces
- Insultes
- Humiliation
- Exclusion
- Rumeurs et mensonges
- Partage de photos ou de vidéos blessants

### ...et dans différents lieux numériques<sup>1</sup>

- Réseaux sociaux
- Courriels
- Messages textes
- Blogues
- Jeux en ligne

## EXEMPLES DE CYBERINTIMIDATION

**ATTENTION !** Ceci n'est pas un outil de repérage.

Recevoir <b>souvent</b> des messages insultants sur sa tablette électronique de la part d'une <b>personne anonyme</b> et <b>se sentir impuissant</b> face à la situation.	<b>Questions pour déterminer s'il s'agit de cyberintimidation :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Est-ce que les gestes sont répétés?</li> <li>• Est-ce qu'il y a un rapport de pouvoir inégal entre les personnes concernées?</li> <li>• Est-ce que les gestes sont intentionnels?</li> <li>• Est-ce que les gestes peuvent causer du tort aux personnes concernées?</li> </ul>
Recevoir des messages blessants sur son téléphone intelligent <b>plusieurs fois par jour</b> de la part d'une personne.	
Voir une photo embarrassante de soi partagée à un <b>large auditoire</b> sur les réseaux sociaux.	
<b>Se sentir ridiculisé</b> par des histoires humiliantes racontées sur soi sur les réseaux sociaux, <b>peu importe l'intention derrière les gestes.</b>	

## COMMENT DISTINGUER LA CYBERINTIMIDATION D'AUTRES TYPES DE VIOLENCE VÉCUES PAR LES PERSONNES DE 50 ANS ET PLUS?

La cyberintimidation peut parfois être confondue avec d'autres types de violence/comportements

Maltraitance	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lors d'une situation de maltraitance, la relation entre la personne victime et la personne auteure est basée sur un <b>lien de confiance</b>, par exemple : famille, amis, voisins, fournisseurs de services<sup>4,5</sup>.</li> <li>La cyberintimidation et la maltraitance peuvent survenir de façon distincte, mais la cyberintimidation peut être utilisée comme un moyen dans un contexte de maltraitance lorsque la relation est basée sur un lien de confiance<sup>4-6</sup>.</li> </ul>
Fraude	<ul style="list-style-type: none"> <li>L'objectif est <b>de soutirer malhonnêtement des biens, des services ou de l'argent</b> à la personne victime<sup>7</sup>.</li> </ul>
Cyberharcèlement	<ul style="list-style-type: none"> <li>L'objectif est <b>d'effrayer la personne victime et de lui faire craindre pour sa sécurité</b>. Le sentiment de peur est explicite, alors que ce n'est pas nécessairement le cas en cyberintimidation<sup>8,9</sup>.</li> </ul>

## QUELLES SONT LES CONSÉQUENCES DE LA CYBERINTIMIDATION?

La cyberintimidation peut avoir de nombreuses conséquences sur les personnes qui en sont victimes<sup>1</sup>. Voici quelques exemples

### Santé physique



- Maux de ventre
- Maux de tête
- Palpitations cardiaques

### Relations sociales



- Isolement social
- Solitude
- Sentiment d'humiliation
- Insécurité

### Santé mentale



- Tristesse
- Anxiété
- Symptômes dépressifs
- Confiance en soi diminuée
- Stress élevé
- Détresse psychologique

## RESSOURCES UTILES

### Pour en savoir plus sur la cyberintimidation

- [Dossier sur l'intimidation](https://www.inspq.qc.ca/intimidation) (INSPQ) : <https://www.inspq.qc.ca/intimidation>

### Pour prévenir ou intervenir en situation de cyberintimidation

- [Cyberintimidation](https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/violences/intimidation/cyberintimidation) (Gouvernement du Québec) : <https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/violences/intimidation/cyberintimidation>
- [Aide et banque d'outils pour prévenir et contrer l'intimidation](https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/violences/intimidation/aide-outils-prevenir-contrer-intimidation) (Gouvernement du Québec) : <https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/violences/intimidation/aide-outils-prevenir-contrer-intimidation>

## RÉFÉRENCES

1. Institut national de santé publique du Québec. [L'intimidation: de quoi parle-t-on?](#); Dossier sur l'intimidation, 2025 (mise à jour).
2. Ministère de la Famille. [Plan d'action concerté pour prévenir et contrer l'intimidation et la cyberintimidation 2020-2025 S'engager collectivement pour une société sans intimidation](#); Gouvernement du Québec, 2021.
3. Aranibar Zeballos D, Paquette J. [L'intimidation et la cyberintimidation au Québec - Portrait à partir de l'Étude québécoise sur les rapports sociaux dans un contexte scolaire, de travail et dans la communauté 2022](#). Institut de la statistique du Québec, 2024.
4. Ministère de la Santé et des Services sociaux. [Plan d'action gouvernemental pour contrer la maltraitance envers les personnes âgées 2022-2027: Reconnaître et agir ensemble](#); Gouvernement du Québec, 2022.
5. Beaulieu M, Leboeuf R, Pelletier C. [Chapitre 6: La maltraitance envers les personnes âgées. Dans: Rapport québécois sur la violence et la santé](#). Institut national de santé publique du Québec. 2018. p. 169-97.
6. Institut national de santé publique du Québec. [L'intimidation envers les personnes âgées](#); Dossier sur l'intimidation, 2025 (mise à jour).
7. Sûreté du Québec, [Prévention](#), s.d.
8. Hango D. [La cyberintimidation et le cyberharcèlement chez les utilisateurs d'Internet âgés de 15 à 29 ans au Canada](#); Statistique Canada, 2016.
9. Burlock A, Hudon T. [Les femmes et les hommes ayant subi du cyberharcèlement au Canada](#); Statistique Canada, 2018

---

# Mieux comprendre la cyberintimidation envers les personnes de 50 ans et plus

---

## AUTRICES ET AUTEUR

Salma Sahil, conseillère scientifique  
Mathieu Maltais, conseiller scientifique spécialisé  
Dominique Gagné, conseillère scientifique  
Direction du développement des individus et des communautés

## COORDINATION

Marie-Lou Bechu, cheffe de secteur  
Julie Laforest, cheffe d'unité scientifique  
Direction du développement des individus et des communautés

## MEMBRES DU COMITÉ CONSULTATIF

Suzie Berthelot, agente de planification, de programmation et de recherche  
Centre intégré de santé et de services sociaux du Bas-Saint-Laurent

Marlène Coulombe, coordonnatrice régionale spécialisée en matière de lutte à la maltraitance  
Centre intégré de santé et de services sociaux de l'Abitibi-Témiscamingue

Cynthia Maheu, agente de planification, de programmation et de recherche  
Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal

Élise Nault-Horvath, agente de planification, de programmation et de recherche  
Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie-CHUS

Les autrices et auteur ainsi que les membres du comité consultatif ont dûment rempli leurs déclarations d'intérêts et aucune situation à risque de conflits d'intérêts réels, apparents ou potentiels n'a été relevée.

## COLLABORATION

Sarah-Émilie Racine-Hamel, médecin spécialiste en santé publique et médecine préventive  
Direction du développement des individus et des communautés

Caroline Tessier, conseillère en transfert des connaissances  
Asma Ben Hassine, conseillère en transfert des connaissances  
Secrétariat général

## MISE EN PAGE

Marie-Cloé Lépine, agente administrative  
Direction du développement des individus et des communautés

*Ce document est disponible intégralement en format électronique (PDF) sur le site Web de l'Institut national de santé publique du Québec au : <http://www.inspq.qc.ca>.*

*Les reproductions à des fins d'étude privée ou de recherche sont autorisées en vertu de l'article 29 de la Loi sur le droit d'auteur. Toute autre utilisation doit faire l'objet d'une autorisation du gouvernement du Québec qui détient les droits exclusifs de propriété intellectuelle sur ce document. Cette autorisation peut être obtenue en écrivant un courriel à : [droits.dauteur.inspq@inspq.qc.ca](mailto:droits.dauteur.inspq@inspq.qc.ca).*

*Les données contenues dans le document peuvent être citées, à condition d'en mentionner la source.*

Dépôt légal – 2<sup>e</sup> trimestre 2025  
Bibliothèque et Archives nationales du Québec  
ISBN : 978-2-555-00868-7 (PDF)

© Gouvernement du Québec (2025)

N<sup>o</sup> de publication : 3643