

NNEDV

Technology Safety Planning with Survivors

Tips to discuss if someone you know is in danger

Technology can be very helpful to victims of domestic violence, sexual violence, and stalking, however it is important to also consider how technology might be misused.

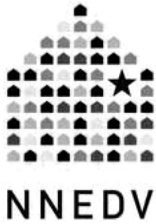
- 1. Trust your instincts.** If you suspect an abusive person knows too much, it is possible that your phone, computer, email, driving or other activities are being monitored. Abusers and stalkers can act in incredibly persistent and creative ways to maintain power and control.
- 2. Plan for safety.** Navigating violence, abuse, and stalking is very difficult and dangerous. We suggest you contact local and provincial/territory domestic violence or rape crisis hotlines and organizations to discuss options and safety risks. The Safety Net Project can support agencies in any technology stalking or safety issues you experience that are new or unfamiliar to their staff.
- 3. Take precautions if you have a “techy” abuser.** If computers and technology are a profession or hobby for the abuser/stalker, trust your instincts. If you think someone may be monitoring or tracking you, talk to hotline advocates or police.
- 4. Use a safer computer.** If anyone abusive has access to your computer, he/she might be monitoring your computer activities. Try to use a safer computer when you look for help, a new place to live, etc. It may be safer to use a computer at a public library, community center, or Internet café.
- 5. Create new email or IM accounts.** If you suspect that anyone abusive can access your email or instant messaging (IM), consider creating additional email/IM accounts on a safer computer. Do not create or check this new email/IM from a computer the abuser could access, in case it is monitored. Look for free web-based email accounts, and strongly consider using non-identifying name & account information. (example: bluecat@email.com and not YourRealName@email.com)
- 6. Check your cell phone settings.** If you are using a cell phone provided by the abusive person, consider turning it off when not in use. Also, many phones let you to “lock” the keys so a phone won’t automatically answer or call if bumped. When on, check the phone settings; if your phone has an optional location service, you may want to switch the location feature off/on via phone settings or by turning your phone on and off.
- 7. Change passwords & pin numbers.** Some abusers use victim’s email and other accounts to impersonate and cause harm. If anyone abusive knows or could guess your passwords, change them quickly and frequently. Think about any password protected accounts: online banking, voicemail, instant messaging, etc.
- 8. Minimize use of cordless phones or baby monitors.** If you don’t want others to overhear your conversations, turn off baby monitors if not needed and use traditional corded phones for sensitive conversations.
- 9. Use a donated or new cell phone.** When making or receiving private calls or arranging escape plans, try not to use a shared or family cell phone because cell phone billing records and phone logs might reveal your plans to an abuser. Contact your local or provincial/territory hotline/crisis organization to learn about donation programs that provide new free cell phones and/or prepaid phone cards to victims of abuse and stalking.
- 10. Ask about your records and data.** Some court systems, government agencies and organizations publish records with personal information on the Internet. Ask agencies how they protect or publish your records and request that court, government, post office and others seal or restrict access to your files to protect your safety.
- 11. Get a private mailbox and don’t give out your real address.** When asked by businesses, doctors, and others for your address, have a private mailbox address or a safer address to provide. Try to keep your true residential address out of databases.
- 12. Search for your name on the Internet.** Major search engines such as “Google” or “Yahoo” may have links to your contact information. Search for your name in quotation marks: “Full Name”. Check phone directory pages because unlisted numbers might be listed if you gave your number to anyone.

Ontario Anonymous & Confidential 24X7 hotlines:

- **Assaulted Women’s Helpline** awhl.org 1-866-863-0511 or TTY 1-866-863-7868
- **FEMAIDE French-language hotline** briserlesilence.ca 1-877-336-2433 (fem-aide) or ATS 1-866-860-7082



Search for Canadian shelters at Shelternet.ca
Canadian Association of Sexual Assault Centres casac.ca
Nat’l Aboriginal Circle Against Family Violence nacafv.ca
Email Safety Net Project at SafetyNet@nnedv.org



Planification de la technologie de la sécurité avec les survivantes

Conseils pour discussion si une personne que vous connaissez est en danger

La technologie peut être utile aux victimes de violence familiale, violence sexuelle et d'harcèlement. Cependant, il est également important de considérer comment la technologie peut être mal utilisée.

- Faites confiance à votre instinct.** Si vous suspectez qu'une personne abusive en sait trop sur vous, il est possible que votre téléphone, ordinateur, courriel, vos sorties en voiture ou d'autres activités soient surveillés. Les abuseurs et les harceleurs peuvent être incroyablement persistants et utiliser toutes sortes de manières créatives pour maintenir leur pouvoir et le contrôle.
- Planifiez votre sécurité.** Naviguer sur la violence, l'abus et l'intimidation est très difficile et dangereux. En cas de violence familiale, de viol ou de crises, nous vous suggérons de contacter les lignes d'aide locales et provinciale/territoriales ainsi que les organisations pour discuter des options et des risques à la sécurité. Le projet de sécurité sur Internet peut supporter les agences en ce qui concerne l'harcèlement technologique ou les enjeux à la sécurité que vous subissez et qui sont nouveaux ou inconnus à leur personnel.
- Prenez des précautions si vous avez un abuseur «techno».** Si les ordinateurs et la technologie sont la profession ou le passe-temps de l'abuseur/harceleur, faites confiance à votre instinct. Si vous croyez que quelqu'un pourrait vous surveiller ou vous retracer, parlez-en aux intervenantes des lignes d'aide ou à la police.
- Utilisez un ordinateur plus sécuritaire.** Si une personne abusive a accès à votre ordinateur, elle pourrait surveiller vos activités sur l'ordinateur. Essayez d'utiliser un ordinateur plus sécuritaire lorsque vous recherchez de l'aide, un nouvel endroit pour habiter, etc. Il serait plus sécuritaire d'utiliser un ordinateur dans une bibliothèque, un centre communautaire ou un café Internet.
- Créez un nouveau courriel ou CMI.** Si vous suspectez qu'une personne abusive peut avoir accès à votre courriel ou vos comptes de messagerie instantanée (CMI), veuillez envisager de créer des courriels/CMI supplémentaires sur un ordinateur plus sécuritaire. Cependant, n'allez pas créer ou vérifier ces nouveaux courriels/CMI d'un ordinateur où votre abuseur pourrait avoir accès et pourrait vous surveiller.
- Utilisez plutôt des comptes de courriel gratuits sur l'Internet et envisagez d'utiliser des noms et des comptes non identifiables (par ex., chatbleu@courriel.com et non Votrenom@courriel.com)
- Vérifiez vos options de cellulaire.** Si vous utilisez un cellulaire fourni par la personne abusive, envisagez de le fermer lorsque non utilisé. Aussi, plusieurs téléphones vous permettent de «verrouiller» les touches ce qui empêchera à votre cellulaire de répondre ou d'ouvrir automatiquement lorsque l'appel est saisi. Vérifiez vos options de cellulaire lorsqu'il est ouvert; s'il a un service d'emplacement optionnel, vous voudrez peut-être changer la fonction d'emplacement à *off* ou *on* par les fonctions du cellulaire ou en ouvrant ou en fermant tout simplement votre téléphone.
- Changez les mots de passe et les NIP.** Certains abuseurs utilisent les courriels de leur victime et d'autres comptes pour les imiter et faire du tort. Si une personne abusive connaît ou pourrait deviner vos mots de passe, changez-les rapidement et souvent. Pensez à tous les comptes protégés par des mots de passe : banque en ligne, boîte vocale, messagerie électronique, etc.
- Utilisez moins souvent les portables ou les moniteurs pour bébés.** Si vous ne voulez pas que les autres entendent vos conversations, fermez les moniteurs de bébés si non utilisés et utilisez les téléphones traditionnels pour les conversations privées.
- Utilisez un nouveau ou un cellulaire qui vous a été donné.** Lorsque vous faites ou recevez des appels privés ou planifiez des arrangements pour fuir, essayez de ne pas utiliser un cellulaire partagé ou familial car les factures ou états de compte du cellulaire et le journal des appels pourraient révéler vos plans à l'abuseur. Contactez votre organisation et ligne d'aide locales et provinciale/territoriales pour connaître les programmes de dons qui fournissent des téléphones cellulaires neufs gratuitement et/ou des cartes d'appels prépayées aux victimes d'abus et d'harcèlement.

11. **Demandez à propos de vos dossiers et de vos données.** Quelques systèmes judiciaires, agences gouvernementales et des organisations publient des dossiers sur l'Internet qui contiennent de l'information personnelle. Demandez leur comment ils protègent ou publient votre dossier et exigez que la cour, le gouvernement, le bureau de poste et autres organismes scellent ou restreignent l'accès à vos dossiers pour protéger votre sécurité.

12. **Procurez-vous une boîte aux lettres privée et ne donnez pas votre adresse civique.** Lorsque des entreprises, médecins ou d'autres personnes demandent votre adresse, ayez une adresse de boîte aux lettres privée ou une adresse plus sécuritaire à leur donner. Essayez de ne pas laisser votre adresse résidentielle civique dans des bases de données.

13. **Cherchez pour votre nom sur l'Internet.** Les moteurs de recherche importants tels «Google» ou «Yahoo» peuvent avoir des liens de contact à votre information. Cherchez pour votre nom entre guillemets «Nom au complet». Vérifiez les pages de l'annuaire téléphonique car des numéros confidentiels peuvent être listés si vous avez donné votre numéro à d'autres personnes.

Lignes d'aide anonymes et confidentielles de l'Ontario 24 h /7 :

• **Assaulted Women's Helpline**

awhl.org

1-866-863-0511 ou TTY 1-866-863-7868

• **Ligne de soutien pour femmes victimes de violence**

briserlesilence.ca

1-877-336-2433 (fem-aide) ou ATS 1-866-860-7082

Lignes d'aide anonymes et confidentielles de Québec 24 h /7:

• **S.O.S. violence conjugale ...De l'aide au bout du fil**

sosviolenceconjugale.com

1-800-363-9010



Recherche pour les maisons d'hébergement canadiennes: Shelternet.ca

Association canadienne des centres contre le viol : casac.ca

Le Cercle national autochtone contre la violence familiale : nacafv.ca

Courriel du Projet de sécurité sur l'Internet : SafetyNet@nnedv.org