



ESTÁS A SER VÍTIMA
DE ASSÉDIO ONLINE?

QUERES APRESENTAR QUEIXA?

YOU'RE A VICTIM OF
CYBERBULLYING?

FILE A COMPLAINT?

Vê como podes apresentar
queixa contra o(a) autor(a):

- 1 Informa-te sobre o quadro legal
- 2 Procura aconselhamento
- 3 Apresenta queixa

Here's how to file a complaint against
the person who is bullying you:

- 1 Check the legal situation
- 2 Seek advice
- 3 File a complaint

O assédio online é causador de stress.

Por essa razão cuida de ti em primeiro lugar para que fiques (de novo) bem. **Encontrarás no verso alguns conselhos.**

Cyberbullying causes stress,

so you should first take care of yourself and make sure that you're all right (again). **You can find some helpful tips overleaf.**



FALA COM ALGUÉM DE CONFIANÇA

Imagina que alguém de quem gostas muito estivesse a sofrer de assédio na Internet. De certeza que gostavas de poder ajudar essa pessoa e de estar junto dela. Acontece exatamente o mesmo com as pessoas que são importantes na tua vida quando tu não estás bem, sejam elas os teus pais/tutores ou familiares/amigos. Dá-lhes uma oportunidade para poderem ajudar-te.

Podes também procurar ajuda com profissionais experientes. É gratuito e anónimo. Eles vão ajudar-te a gerir o teu caso próprio.

Dica:

Liga - os serviços de ajuda telefónica são um excelente ponto de partida para encontrares uma ajuda adequada. Gratuito e anónimo e confidencial.



CONFIDE IN SOMEONE YOU TRUST

Imagine that someone you really like is being bullied online. You'd probably want to lend that person your help and support, wouldn't you? Well the same is true for the important people in your life when things aren't going great for you - whether it's your parents/legal guardians, friends or relatives. Give them the chance to help and support you.

You also have the option of talking to experienced advisors anonymously and free of charge. They can give you specific advice about what you can do in your case.

Tip:

Call! Telephone helplines are a good place to start when looking for appropriate help. They are free and anonymous.

Encontrarás mais informações e outros conselhos em:

bee-secure.lu/fr/cybermobbing

For more information and further tips go to:



Editeur : SNJ
Annexe Forum Geesseknäppchen
40, bld. Pierre Dupong
L-1430 Luxembourg
B.P. 707 - L-2017 Luxembourg

www.bee-secure.lu/form



See: <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.fr>



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG



Co-financed by the European Union
Connecting Europe Facility

Notice légale

Published by the SNJ (Service National de la Jeunesse) as part of the BEE SECURE project.

The project is implemented by the Service National de la Jeunesse (SNJ), KannerJugendTelefon (KJT) and SecurityMadeln.lu (smile G.I.E.).

1

TOMA UMA ATITUDE

Não permitas que o(a) autor(a) continue a agredir-te:

Eu posso...

- ✓ **bloquear o contacto.**
- ✓ **denunciar o(a) autor(a) ao operador das páginas de internet.**
- ✓ **mudar a minha palavra-passe.**
- ✓ **não responder diretamente** (mostra indiferença ao assédio online).
- ✓ se for necessário, **mudar o teu e-mail/número de telemóvel/conta de utilizador.**
- ✓ **fazer cópias, capturas de écran, tirar fotografias** (manter as provas).

BE PROACTIVE

Make it as hard as possible for the bully to keep hurting you:

I can...

- ✓ **block any contact from them.**
- ✓ **report the bully to the website operator.**
- ✓ **change my password.**
- ✓ **refrain from replying directly** (just let the cyberbullying wash over you).
- ✓ if need be, **change my e-mail address/mobile number/user account.**
- ✓ **take photos and screenshots, make copies** (gather evidence).

2

CUIDAR DE TI

É importante que fiques (de novo) bem. O assédio online pode ser uma experiência difícil.

Dica:

O assédio online é causador de stress. Escreve um diário de assédio, assim poderás libertar-te de sentimentos como a cólera, a raiva, o medo e a desilusão. Pratica desporto, ajuda a relaxar!

LOOK AFTER YOURSELF

It's important that you get better (again). Cyberbullying can be a really horrible experience.

Tip:

Cyberbullying causes stress. Write a bullying diary as a way of releasing your feelings of anger, resentment, fear and disappointment. Do some sport – sport relaxes you!

Não te esqueças: Todas as pessoas são valiosas e tu também o és. Mesmo que neste momento não consigas acreditar, é importante que saibas que a tua vida vai ter uma evolução positiva.

Don't forget: Every person is valuable, and that includes you. Even if you can't imagine it right now, your life will change for the better.



**ESTÁS A SER VÍTIMA
DE ASSÉDIO ONLINE?**

AUTO-AJUDA

**YOU'RE A VICTIM OF
CYBERBULLYING?**

HOW TO HELP YOURSELF

Apesar do assédio online - assim conseguirás ficar rapidamente melhor:

O assédio online tem vários objetivos: assediar, ridicularizar, difamar, atentar à reputação, humilhar ou ameaçar. Não te esqueças: **não tens culpa!** Nada justifica o que o(a) autor(a) te faz passar, ou seja, ferir teus sentimentos.

Como podes apresentar queixa? Mais informações no verso!

Despite the cyberbullying - so that you get better again soon:

Cyberbullying can mean many things: hassling, exposing, defaming, humiliating or threatening someone or harming someone's reputation. It's important to realise that **it's not your fault!** There's no justification for hurting someone's feelings in the way that your bully is doing to you.

Find out how to file a complaint overleaf!



2

DEIXE-TE ACONSELHAR

Cada caso é um caso e por essa razão é necessário procurar aconselhamento individual:



Podes apresentar queixa a qualquer momento. Em princípio, uma descrição oral dos factos será suficiente. Para fundamentar a tua queixa, será preferível que apresentes provas (por exemplo, fotografias, capturas de écran, mensagens) do delito.

SEEK ADVICE

As each case is different, the best thing to do is seek individual advice:

You can lodge a complaint at any time. An oral description of the incident(s) is generally sufficient. To back up your complaint, it's advisable to submit evidence (e.g. photos, screenshots, chats) of the offence if possible.

3

APRESENTA QUEIXA

Podes apresentar queixa pessoalmente numa esquadra da polícia ou por escrito junto do Tribunal correspondente. Deverás procurar ajuda junto dos teus pais, de um advogado ou outro profissional competente.

Encontrarás a esquadra da polícia mais próxima em www.police.lu. A Polícia recebe a tua queixa e envia um protocolo para as autoridades judiciais.

FILING A COMPLAINT

You can file a complaint in person at a police station or you can submit a written complaint to your District Court (Tribunal d'arrondissement). Preferably ask your parents, a lawyer or a legal specialist for help.

You can find your nearest police station at www.police.lu. Here, a police officer will accept your report and send a record of it to the public prosecutor's office.

3

Dica: Conseguirás mais informações sobre os teus direitos enquanto vítima e sobre o que acontece, depois de teres apresentado queixa junto do Serviço de Prevenção Policial:

Tel.: (+352) 4997 2333

police.lu/prevention



Tip: You can find detailed information on your rights as a victim and what happens once you've filed a complaint from the Police Prevention Department:

Tel.: (+352) 4997 2333

police.lu/prevention

INFORMA-TE SOBRE O QUADRO LEGAL

Enquanto vítima, é um direito teu apresentar queixa contra o(a) autor(a) junto das autoridades policiais. Não irás encontrar o termo “assédio online” no código penal. No entanto, o autor do comportamento abusivo estará da mesma forma a infringir uma ou várias leis.

Como por exemplo:

- **Assédio, Perseguição** (CP art.442-2; Art. da lei de 11 de agosto de 1982 referente à vida privada); por exemplo, quando uma pessoa é permanentemente assediada via telefone.
- **Propósitos difamatórios e caluniosos, ofensas** (lei de 8 de junho de 2004¹ / CP art. 443 e seguintes / CP art. 448 e seguintes).
- **Invasão de privacidade** (lei de 11 de agosto de 1982 referente à vida privada) publicação de fotografias/videos sem o consentimento prévio da pessoa envolvida (incluindo na internet), Violação do direito de imagem.
- **Violação da proteção de dados** (lei de 2 de julho de 2007).
- **Violação da proteção das crianças e dos menores** (lei de 16 de julho de 2011).
- **Propósitos racistas ou discriminatórios** (CP Art. 457-1).
- **Criminalidade informática** (CP art. 509-1 e seguintes) “Hacking” a pirataria informática, por exemplo quando alguém procura aceder ilegalmente a um computador/ smartphone de terceiros.

¹⁾ sobre a liberdade de expressão dos órgãos de comunicação social

CHECK THE LEGAL SITUATION

As a victim, you have the right to report the bully to the police. You won't find the actual word “cyberbullying” in the law, but bullies breach one or more laws as a result of their harmful behaviour.

For example:

- **Harassment, Stalking** (CP Art. 442-2, Art. 6 of the Law on the Protection of Privacy of 11 August 1982); For example, if someone is bothered by constant phone calls.
- **Libel and slander** (Law of 8 June 2004¹ / CP Art. 443 et seqq./ CP Art. 448 et seqq.).
- **Privacy-intrusive attacks** (Law of 11 August 1982 on the protection of private life); Anyone who publishes photos/videos of a person without their consent (also on the Internet) violates the image rights.
- **Infringements of data privacy** (Law of 2 July 2007).
- **Infringements of provisions regarding the protection of children and minors** (Law of 16 July 2011).
- **Racist or discriminatory remarks** (CP Art. 457-1).
- **Computer crime** (CP Art. 509-1 et seqq.); Forbidden “Hacking “: For example, if a person gets unauthorized access to someone else's computer/smartphone.

¹⁾ on freedom of expression in the media



Encontrarás mais informações e outros conselhos em:

For more information and further tips go to:

bee-secure.lu/fr/cybermobbing