

Trouve toutes tes photos sur internet (et fais-les supprimer) avec ChatGPT

ChatGPT Agent Mode + les bons prompts = toutes tes photos en ligne retrouvées, et supprimées.

CE QUE TU VAS APPRENDRE

- » Comment construire ton profil facial dans ChatGPT pour une recherche précise
- » Comment lancer une recherche inversée complète avec Agent Mode
- » Comment rédiger des demandes de suppression qui fonctionnent vraiment
- » Comment automatiser une veille trimestrielle pour ne rien rater

Il y a des photos de toi en ligne que tu n'as jamais vues

Vieilles publications, photos d'événements, sites d'entreprise, fonds de clichés de vacances d'inconnus. Certaines, tu les as postées et oubliées. D'autres ont été mises en ligne sans ton accord.

Jusqu'ici, les retrouver toutes était mission impossible. ChatGPT Agent Mode change ça. Il ouvre un vrai navigateur, visite des sites réels, et compile les résultats pour toi. Avec les bons prompts, tu peux faire ça en une session.

ATTENTION

Agent Mode est réservé aux abonnés ChatGPT Plus ou Pro. Il ne voit que ce qui est publiquement accessible — pas les comptes privés ni les contenus derrière une connexion.

Ce qu'il te faut avant de commencer

- Un abonnement ChatGPT Plus ou Pro
- Une photo de toi nette, de face, bonne lumière, sans lunettes de soleil
- Éventuellement 2-3 photos supplémentaires à différentes périodes de ta vie
- Ton nom complet + anciens pseudos ou noms de jeune fille
- 30 à 60 minutes devant toi

Étape 1 : construis ton profil facial

Ouvre un nouveau chat ChatGPT, uploades ta meilleure photo, et colle ce prompt :

PROMPT / COMMANDE

I've uploaded a photo of myself. Analyze this photo in detail and create a comprehensive description of my appearance that could be used to identify me in other photos.

Include:

- Face shape and structure
- Hair color, style, and length
- Eye color and shape
- Skin tone
- Any distinguishing features (freckles, scars, dimples, etc.)
- Approximate age range
- Build and body type
- Any other unique identifiers

Be as specific as possible. This description will be used to search for me in other photos online.

Relis le profil généré et corrige ce qui est faux. Tu as des photos à d'autres âges ou avec une coupe différente ? Uploade-les et dis : "Here are additional photos of me at different times. Update my profile to account for how my appearance has changed."

Étape 2 : active Agent Mode et lance la recherche

Clique sur le "+" dans la barre de message et active Agent Mode. Sur mobile, tape le "+" puis sélectionne "Agent". C'est maintenant que ça devient sérieux : ChatGPT va réellement naviguer sur le web pour toi.

Colle ce prompt et laisse-le travailler :

PROMPT / COMMANDE

Using my photo and the appearance profile you just built, I need you to find everywhere I appear online.

Do the following searches:

1. Go to Google Images and do a reverse image search using my photo. Check every result.
2. Go to TinEye (tineye.com) and run the same reverse image search there.
3. Search Google for my name: [TON NOM COMPLET] and check the Images tab for any matches.
4. Search for my name on these platforms: LinkedIn, Facebook, Instagram, Twitter/X, TikTok.

For every match you find, give me:

- The website URL (direct link)
- What type of site it is
- Description of the photo
- Whether I appear to have posted it or someone else did

Compile everything into one list.

Étape 3 : consolide et catégorise

Fais un rapide tour manuel pour compléter ce qu'Agent Mode aurait pu rater, puis colle les URLs trouvées avec ce prompt :

PROMPT / COMMANDE

Here are additional results I found by searching manually:

[Colle tes URLs ici]

Combine these with everything you found earlier. Create one master list of every place I appear online, organized by category:

1. Photos I posted myself
2. Photos posted by others
3. Photos on company or org sites
4. Photos on news or media sites
5. Photos on data broker sites
6. Unknown or unclear source

For each one, note whether I can request removal and how.

Étape 4 : fais supprimer les photos

Un email générique "merci de supprimer ma photo" finit à la corbeille. Une demande précise qui cite les bonnes politiques, elle, obtient des résultats.

Suppressions directes sur les plateformes

- Facebook : trois points sur la photo ! "Signaler" ! choisis la raison
 - Instagram : trois points ! "Signaler" — pour usurpation, utilise le
 - LinkedIn : trois points sur le post ! signaler — pour photo non au
- directement
- Google Search : utilise l'outil "Supprimer du contenu obsolète" et le formulaire "Une image de moi apparaît dans les résultats"

Template RGPD (pour les sites européens)

PROMPT / COMMANDE

Subject: Data Erasure Request Under GDPR Article 17

Hello,

Under Article 17 of the GDPR, I am requesting that you delete all personal data related to me, including the following image(s):

Photo URL: [URL]

Page URL: [URL]

I did not consent to the publication of this image. Please confirm removal within 30 days as required by GDPR.

Thank you,

[Your name and contact details]

Template général

PROMPT / COMMANDE

Subject: Photo Removal Request

Hi,

I found a photo of me published on your site without my permission.

Photo URL: [URL]

Page URL: [URL]

I did not authorize the use of this image and am requesting its removal. Per your privacy policy and terms of service, users have the right to request removal of unauthorized personal content.

Please remove this image within 14 business days and confirm removal by email.

Thank you,
[Your name]

ASTUCE

Poli mais ferme. Les menaces font fuir. Une demande professionnelle avec une deadline claire obtient toujours de meilleurs résultats.

Étape 5 : retrouve les vieux comptes oubliés

Les comptes abandonnés sont souvent les plus grosses fuites. Avec Agent Mode actif :

PROMPT / COMMANDE

Search for old accounts or profiles that might belong to me on these platforms:

- MySpace
- Tumblr
- Flickr
- Google+ archives
- Photobucket
- Pinterest
- Reddit (with my username if I share it with you)
- Old forum profiles

Search using my full name, common usernames, and email address. List anything you find with links.

Pour les sites de data brokers (Spokeo, BeenVerified, Whitepages, MyLife), si tu t'y retrouves sur plus de cinq ou six d'entre eux, des services comme DeleteMe, Canary ou Optery soumettent les demandes de suppression automatiquement.

Étape 6 : mets en place une veille trimestrielle

Trouver tes photos une fois ne suffit pas. Configure une Google Alert sur ton nom complet et mets un rappel tous les trois mois pour relancer cet audit :

PROMPT / COMMANDE

It's time for my quarterly photo audit````

It's time for my quarterly photo audit. Using my photo and profile from our previous conversation, run the full search again:

1. Reverse image search my photo
2. Search my name across all major platforms
3. Check data broker sites
4. Compare results to my previous list and flag anything new

For any new results, draft removal requests using the same format as before.

La première recherche prend le plus de temps. Chaque audit suivant tourne en 15 minutes : ton profil est déjà construit et tu as ta liste précédente pour comparer.