

ATELIER DE SENSIBILISATION SENIORS

Les bons réflexes en ligne, ensemble.

Une séance conviviale, sans stress, à partir de situations familières. Le but est de pratiquer quelques réflexes utiles ensemble, pas de tester les participants.

Avant de commencer - 2 min

- Imprimez les pages de questions pour les participants ; gardez le corrigé pour l'animateur.
- Préparez trois cartons de vote par personne : A, B et C. Les couleurs sont facultatives.
- Rappelez que chacun peut passer ; il n'est pas nécessaire de raconter une expérience personnelle.

Déroulé proposé - 15-20 min

- Accueil et présentation des cartons de vote (2 min).
- Lisez les 10 questions. Faites voter, puis expliquez un réflexe concret (environ 1 à 1 min 15 par question).
- Terminez en reprenant les trois réflexes et les ressources d'aide (3-5 min).

Gardez un ton bienveillant : encouragez les échanges, évitez tout jugement et ne demandez jamais de révéler un mot de passe, un code ou une information privée.

FAUX PETIT-FILS

Un appel : « Mamie, c'est moi, j'ai eu un accident, j'ai besoin d'argent, ne dis rien ! » Que faites-vous ?

- A** J'envoie l'argent pour l'aider.
- B** Je raccroche et je rappelle mon petit-fils sur son numéro habituel.
- C** Je demande où il est.

Votez avec votre carton A, B ou C. Il n'est pas nécessaire de justifier votre choix.

FAUX CONSEILLER BANCAIRE

Un « conseiller de ma banque » m'appelle : un virement suspect est en cours, il demande le code reçu par SMS. Que faire ?

- A** Je donne le code pour le protéger.
- B** Je raccroche et j'appelle le numéro inscrit au dos de ma carte bancaire.
- C** Je lui donne un code, mais pas celui reçu.

Votez avec votre carton A, B ou C. Il n'est pas nécessaire de justifier votre choix.

FAUX COLIS

SMS : « Votre colis est en attente, payez 1,99 € ». Je n'attends pas de colis. Que faire ?

- A** Je clique et je paie.
- B** Je ne clique pas et j'efface le message.
- C** Je réponds pour dire que je n'attends rien.

Votez avec votre carton A, B ou C. Il n'est pas nécessaire de justifier votre choix.

FAUX ORGANISME

**Un message me dit que ma carte Vitale doit être mise à jour, avec un lien.
Que faire ?**

- A** Je clique et je remplis le formulaire.
- B** Je passe par mon compte ameli habituel ou je demande à ma caisse.
- C** Je transfère à ma voisine.

Votez avec votre carton A, B ou C. Il n'est pas nécessaire de justifier votre choix.

FAUX SUPPORT

Mon écran affiche : « Virus ! Appelez vite ce numéro ». Que faire ?

- A** J'appelle le numéro.
- B** Je ferme la fenêtre ou j'éteins l'ordinateur, et je demande à un proche.
- C** Je clique sur « Fermer » dans la fenêtre.

Votez avec votre carton A, B ou C. Il n'est pas nécessaire de justifier votre choix.

Pause courte possible après cette question.

FAUX TECHNICIEN

Un « technicien » m'appelle et me demande d'installer un logiciel pour prendre la main sur mon ordinateur.

- A** J'installe pour qu'il m'aide.
- B** Je raccroche : personne ne doit prendre la main sans que je l'aie demandé.
- C** Je lui donne mon mot de passe seulement.

Votez avec votre carton A, B ou C. Il n'est pas nécessaire de justifier votre choix.

MESSAGE PRESSANT

Un e-mail me dit que mon compte sera fermé si je ne clique pas dans les 24 h. Que faire ?

- A** Je clique tout de suite.
- B** Je ne clique pas : j'ouvre moi-même le site ou j'appelle l'organisme.
- C** Je réponds à l'e-mail.

Votez avec votre carton A, B ou C. Il n'est pas nécessaire de justifier votre choix.

ARNAQUE SENTIMENTALE

Une personne rencontrée sur internet, très gentille, me demande de l'argent pour un souci urgent.

- A** J'envoie un peu pour l'aider.
- B** Je ne donne rien et j'en parle à un proche de confiance.
- C** J'envoie, mais seulement une fois.

Votez avec votre carton A, B ou C. Il n'est pas nécessaire de justifier votre choix.

PROTÉGER SES COMPTES

Comment mieux protéger mes comptes ?

- A** Je garde le même mot de passe partout pour ne pas l'oublier.
- B** J'utilise un mot de passe différent par compte, avec un gestionnaire ou un assistant comme Simeon, et je demande l'aide d'un proche de confiance.
- C** Je note mes mots de passe dans un message sur mon téléphone.

Votez avec votre carton A, B ou C. Il n'est pas nécessaire de justifier votre choix.

EN CAS DE DOUTE

J'ai un doute sur un message ou un appel. Que faire ?

- A** Je réponds vite pour en finir.
- B** Je fais une pause, je vérifie par un autre moyen, ou j'utilise le module sécurité de Simeon pour vérifier le contenu. J'en parle à un proche, je demande un avis via Simeon ou je consulte 17Cyber.
- C** J'attends, ça passera.

Votez avec votre carton A, B ou C. Il n'est pas nécessaire de justifier votre choix.

FAUX PETIT-FILS

Un appel : « Mamie, c'est moi, j'ai eu un accident, j'ai besoin d'argent, ne dis rien ! » Que faites-vous ?

Bonne réponse : B

Je raccroche et je rappelle mon petit-fils sur son numéro habituel.

POURQUOI

Des escrocs imitent la voix et jouent sur l'émotion. Raccrocher n'est pas impoli : c'est prudent.

À retenir

Je raccroche, puis je rappelle.

FAUX CONSEILLER BANCAIRE

Un « conseiller de ma banque » m'appelle : un virement suspect est en cours, il demande le code reçu par SMS. Que faire ?

Bonne réponse : B

Je raccroche et j'appelle le numéro inscrit au dos de ma carte bancaire.

POURQUOI

Une vraie banque ne demande jamais un code reçu par SMS ni vos codes de carte.

À retenir

Mon code est secret, même pour ma banque.

FAUX COLIS

SMS : « Votre colis est en attente, payez 1,99 € ». Je n'attends pas de colis. Que faire ?

Bonne réponse : B

Je ne clique pas et j'efface le message.

POURQUOI

Ce petit paiement vise à voler les numéros de votre carte bancaire.

À retenir

Un SMS inattendu avec un lien : je ne clique pas.

FAUX ORGANISME

Un message me dit que ma carte Vitale doit être mise à jour, avec un lien. Que faire ?

Bonne réponse : B

Je passe par mon compte ameli habituel ou je demande à ma caisse.

POURQUOI

Les organismes officiels ne demandent pas vos informations par un lien reçu par message.

À retenir

Je passe toujours par le site que je connais.

FAUX SUPPORT

Mon écran affiche : « Virus ! Appelez vite ce numéro ». Que faire ?

Bonne réponse : B

Je ferme la fenêtre ou j'éteins l'ordinateur, et je demande à un proche.

POURQUOI

C'est un faux message. Les vrais éditeurs de logiciels ne vous demandent pas d'appeler.

À retenir

Je n'appelle jamais un numéro affiché à l'écran.

FAUX TECHNICIEN

Un « technicien » m'appelle et me demande d'installer un logiciel pour prendre la main sur mon ordinateur.

Bonne réponse : B

Je raccroche : personne ne doit prendre la main sans que je l'aie demandé.

POURQUOI

Prendre le contrôle à distance permet de voler l'accès à vos comptes.

À retenir

Je n'ai rien demandé, je raccroche.

MESSAGE PRESSANT

Un e-mail me dit que mon compte sera fermé si je ne clique pas dans les 24 h. Que faire ?

Bonne réponse : B

Je ne clique pas : j'ouvre moi-même le site ou j'appelle l'organisme.

POURQUOI

Les escrocs créent la panique pour qu'on n'ait pas le temps de réfléchir.

À retenir

Plus c'est pressé, plus je prends mon temps.

ARNAQUE SENTIMENTALE

Une personne rencontrée sur internet, très gentille, me demande de l'argent pour un souci urgent.

Bonne réponse : B

Je ne donne rien et j'en parle à un proche de confiance.

POURQUOI

Les escrocs prennent le temps de gagner la confiance avant de demander de l'argent.

À retenir

Pas d'argent à qui je n'ai jamais rencontré.

PROTÉGER SES COMPTES

Comment mieux protéger mes comptes ?

Bonne réponse : B

J'utilise un mot de passe différent par compte, avec un gestionnaire ou un assistant comme Simeon, et je demande l'aide d'un proche de confiance.

POURQUOI

Si un mot de passe est volé, tous les comptes qui l'utilisent sont en danger. Un gestionnaire retient pour vous.

À retenir

Un mot de passe par compte, et la double vérification.

EN CAS DE DOUTE

J'ai un doute sur un message ou un appel. Que faire ?

Bonne réponse : B

Je fais une pause, je vérifie par un autre moyen, ou j'utilise le module sécurité de Simeon pour vérifier le contenu. J'en parle à un proche, je demande un avis via Simeon ou je consulte 17Cyber.

POURQUOI

Faire une pause et demander l'avis de quelqu'un coupe l'effet de panique.

À retenir

Pause, vérifier, en parler.

TROIS RÉFLEXES SIMPLES

Mon code famille et mes 3 réflexes

Choisissez ensemble, de vive voix, un mot secret à vérifier lors d'un appel suspect. Ne l'écrivez jamais dans un message ni en ligne. Gardez cette fiche dans un endroit privé.

Mon code famille :

01

Je fais une pause.

02

Je vérifie par un autre canal, avec un numéro connu.

03

J'en parle à une personne de confiance, ou je demande un avis via Simeon.

Aide en France : 17cyber.gouv.fr cybermalveillance.gouv.fr

Découvrir Simeon : simeonid.com

Contact : simeonid.com/fr/contact