

# INTERNET

Pourquoi ? Comment ?



Guide de ressources  
pour lutter contre la fracture numérique

Accessible et facile à lire pour tous

Aujourd'hui, c'est presque indispensable d'aller sur internet.

On y va pour travailler, partager, discuter, jouer ou apprendre.

On y va aussi par obligation. Maintenant presque tout se fait par internet, par exemple :

- commander ses billets de train,
- réserver des vacances,
- faire sa déclaration d'impôts ou sa déclaration à la CAF.

Mais tout le monde ne sait pas, ou ne peut pas y aller.

Cela s'appelle la fracture numérique :

- Cela peut être à cause du manque d'argent ou du manque de matériel.
- Cela peut être parce qu'il n'y a pas de connexion.
- Cela peut être parce qu'on ne se sait pas se servir d'un ordinateur ou d'internet.

Ce guide a été écrit pour aider les personnes qui ont des difficultés avec internet et pour les rassurer.

Il sert aussi à informer sur les dangers d'internet et savoir comment s'en protéger.

Ce guide ne remplace pas une formation mais il donne des conseils et des liens vers des sites qui peuvent aider.

Il est écrit de manière à être le plus accessible possible et a été validé par Tess Cornelissens, Edith Rouget, Daniel Verdonck. Je les remercie beaucoup de leur relecture et leurs idées pour le rendre plus accessible.

Isabelle de Groot



# COMMENT ÇA MARCHE CE GUIDE

Ce guide est écrit pour être le plus compréhensible possible.

Cela n'est pas toujours facile.

Pour m'aider à mieux comprendre, me donner des exemples ou me renvoyer vers d'autres informations, il y a parfois des liens pour aller sur internet.

Un lien est une adresse internet qui commence par **www**.

Si je lis ce guide sur mon ordinateur, je dois cliquer sur cette adresse pour pouvoir facilement aller sur le site proposé.

Si je lis ce guide en version imprimée sur du papier, je peux recopier ce lien dans la barre d'adresse de mon navigateur internet. (C'est quoi? Patience, c'est expliqué dans ce guide...)

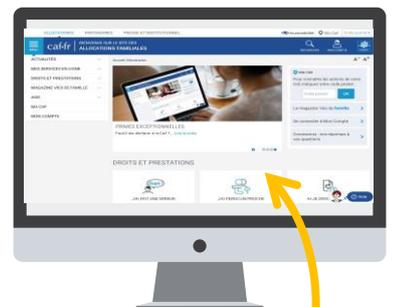
Enfin, si je sais aller sur internet avec mon téléphone, je peux aussi utiliser le QR Code qui se trouve sur chaque page.

Sur mon téléphone, il y a une application qui s'appelle un lecteur de QR Code.

Je peux me faire aider pour l'installer et l'utiliser.

Pour l'utiliser je scanne\* le dessin du QR Code et la page du site internet s'ouvre automatiquement.

\*Scanner, c'est comme prendre une photo avec l'application.



# Sommaire

## Savoir se servir d'un ordinateur

P 7

A quoi sert un ordinateur ?

P 8

C'est quoi internet ?

P 9

C'est quoi une boîte mail ?

P 10

Ressources pour m'aider à découvrir et apprendre

P 11

## Les réseaux sociaux

P 13

Ça sert à quoi un réseau social ?

P 14

Les messageries, c'est quoi ?

P 15

Les étapes d'une inscription ?

P 17

Ressources pour m'aider à découvrir et apprendre

P 18

## Faire mes démarches administratives

P 21

Pas toujours facile de les faire en ligne ?

P 22

Ressources pour m'aider à découvrir et apprendre

P 23

## Bureautique

P 27

Et si je veux écrire un courrier

P 28

Pour aller plus loin

P 29

## Savoir être

P 31

C'est quoi le savoir être ?

P 32

Pourquoi il faut réfléchir avant d'agir

P 33

Est-ce que j'ai le droit de poster toutes les images que je veux ?

P 34

6 règles de savoir-être sur internet

P 37

## Conscience

P 39

L'identité numérique c'est quoi ?

P 40

Pourquoi il faut faire attention à son identité numérique ?

P 41

# Sommaire

## C'est quoi une donnée personnelle ?

P 43

Pourquoi il faut faire attention ?

P 45

Je fais comment alors ?

P 46

Un moteur de recherche, c'est quoi ?

P 47

Je fais comment pour supprimer les cookies ?

P 48

C'est quoi la navigation privée ?

P 49

C'est quoi un bloqueur de publicité ?

P 50

Je paramètre mes réseaux

P 51

C'est quoi le RGPD ?

P 52

6 règles pour protéger les données

P 53

## Les malveillances

P 55

Le phishing

P 56

Les brouteurs

P 60

Les mails frauduleux

P 62

Les malwares

P 63

L'usurpation d'identité

P 65

Comment créer un mot de passe ?

P 66

## Mon e-réputation

P 69

Je réfléchis avant de poster

P 70

Le cyber harcèlement, c'est quoi ?

P 72

## Quelques sites utiles

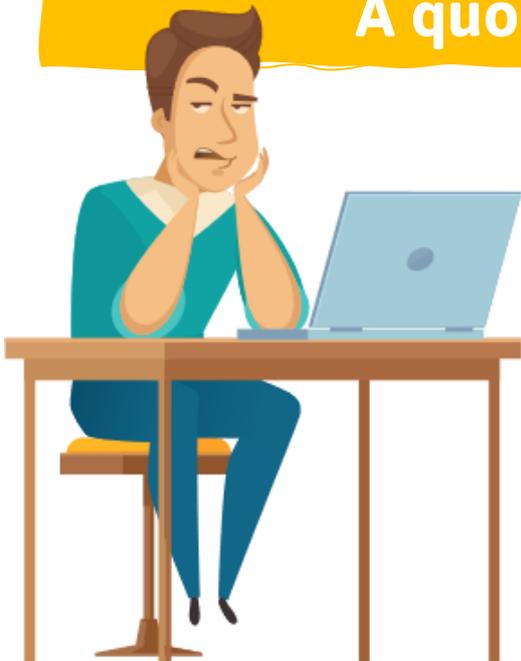
P 73



**Savoir se servir  
d'un ordinateur**

# Savoir se servir d'un ordinateur

## A quoi sert un ordinateur ?



Un ordinateur sert par exemple :

- à écrire des documents
- à envoyer des messages
- à stocker des photos
- à faire des démarches administratives
- à communiquer avec les autres (par exemple mes amis et ma famille)
- à trouver des informations
- à acheter

## Il existe plusieurs sortes d'ordinateurs

L'ordinateur fixe, qu'on appelle aussi un ordinateur de bureau.

- 1 L'unité centrale : c'est la machine qui fait que l'ordinateur fonctionne.
- 2 L'écran où on peut voir les informations.
- 3 Le clavier pour écrire.
- 4 Et la souris qui aide à se déplacer et à cliquer.



L'ordinateur portable : il est plus petit et on peut le déplacer.

C'est la même chose qu'un ordinateur fixe, sauf que l'unité centrale est cachée derrière l'écran.



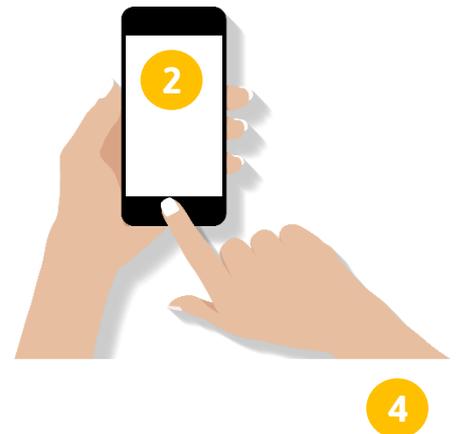
Il existe aussi des tablettes avec lesquelles on peut aller sur internet.

- 2 Les tablettes n'ont pas d'unité centrale, pas de clavier et pas de souris.
- 4 L'écran est « tactile » : cela veut dire que c'est votre doigt qui se déplace sur l'écran et sert de souris



Maintenant les téléphones portables servent aussi à aller sur internet.

Ils sont un peu comme des mini-ordinateurs.



Pour m'aider à découvrir et à apprendre, je vais sur la page ressources identifiée par ce logo



## C'est quoi internet ?

Internet, c'est comme une langue étrangère qu'utilisent les ordinateurs du monde entier pour communiquer entre eux.

C'est grâce à ce langage qu'on peut regarder des vidéos, avoir des informations, communiquer avec nos amis sur internet.

Toutes ces informations passent, soit dans des câbles, soit dans les airs : c'est ce qu'on appelle le wifi.  
Pour comprendre, je regarde la vidéo .

COMMENT FA  
MARCHE INTERNET



SCÉNARIO : AGNÈS  
DESSIN : JACQUES



© 1 jour, 1 question

<https://www.youtube.com/watch?v=8qiEfhA-Wk4>



Pour apprendre à me déplacer sur internet, je peux aller sur le site « les bons clics ». Je clique sur l'image pour aller sur le site « les bons clics ».



Je peux suivre le cours et m'entraîner.

<https://www.lesbonsclics.fr/fr/formations/competences-numerique/3>

## C'est quoi une boîte mail ?

Dans la vie, j'habite un logement avec une adresse. Les gens peuvent m'écrire à cette adresse. J'ai une boîte aux lettres.

Sur internet, je peux aussi avoir une boîte aux lettres électronique : cela s'appelle une boîte mail.

Cette adresse est personnelle, personne d'autre ne peut l'ouvrir. Les lettres que je reçois dans cette boîte mail sur internet s'appellent :

- des mails ou des emails
- des courriers électroniques
- des messages.

Il y a 3 parties dans une adresse mail :

- 1 le nom de la boîte. C'est par exemple mon nom et mon prénom. Il n'y a pas d'espace dans une adresse mail ; alors j'écris mon nom et mon prénom collés, ou bien, je les sépare avec un point ou un tiret.
- 2 Il y a toujours ce signe @ au milieu de l'adresse. En anglais ça se dit « at » et ça veut dire « chez » où « à ».
- 3 la troisième partie, c'est le nom de l'hébergeur. L'hébergeur c'est comme le nom de votre rue.



## Exemple d'adresse mail

Pierre.durand@gmail.com

1

2

3

C'est comme si on écrivait Pierre Durand chez gmail.



# Ressources

Pour m'aider à découvrir et à apprendre

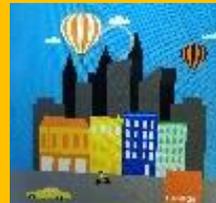
## Les bons clics

C'est un site pour découvrir et s'entraîner. On apprend ce que c'est qu'un ordinateur, un bureau, internet et une boîte mail.



<https://www.lesbonsclics.fr/fr/espace-apprenant/>

Coursinfo est aussi un site qui propose des formations faciles pour les débutants, par exemple découvrir : l'ordinateur, la souris et le clavier, internet et une boîte mail.



<http://www.coursinfo.fr/decouverte/>

Ratatype propose des exercices pour s'entraîner à écrire avec un clavier.



<https://www.ratatype.fr/>

Le site CAP'acité propose un tutoriel pour apprendre à créer une adresse mail sur GMAIL.



<https://www.capacite.net/pratique.html>



## Des endroits pour m'aider à découvrir et à apprendre

### Emmaus connect

Dans certaines villes de France, je peux apprendre avec des bénévoles de « emmaus connect ».  
Je peux cliquer pour savoir dans quelle ville.



<https://emmaus-connect.org/nous-trouver/>

### Les bons clics

propose une carte interactive pour trouver tous les endroits en France où il y a des bénévoles qui nous aident à apprendre.



<https://www.lesbonsclics.fr/fr/cartographie>

### Le site du service public

recense les points numériques accessibles dans toute la France.



<https://lannuaire.service-public.fr/recherche?whoWhat=Point+num%C3%A9rique&where=>



**C'est quoi un  
réseau social ?**



# Les réseaux sociaux

## C'est quoi un réseau social ?



Un réseau social est un site internet qui permet d'échanger des informations, des photos ou des vidéos avec d'autres personnes qui partagent un même centre d'intérêt.

Par exemple avec :

- mes amis
- ma famille
- un groupe de personnes qui aiment un chanteur, etc...

Il existe plein de réseaux sociaux différents. Ils ont souvent une utilité différente, par exemple :



### Facebook

C'est le réseau social le plus utilisé dans le monde. Sur Facebook, souvent, les gens échangent des photos, des idées, ce qu'ils font ou pensent. C'est bien expliqué dans la vidéo.



### Twitter

C'est un réseau social pour échanger des informations. Cela parle plutôt de l'actualité.



### Instagram

Sur Instagram, on partage avec ses amis ou son groupe des photos ou des vidéos. On essaye de partager des belles images. Instagram s'utilise surtout avec son téléphone.



### YouTube

Sur YouTube, on ne peut mettre que des vidéos. On peut choisir de montrer à tout le monde ou seulement à nos amis (on les appelle des abonnés).

**RESEAU SOCIAL :**  
PLATEFORME OU APPLICATION EN LIGNE, DÉDIÉE À LA COMMUNICATION ET À L'ÉCHANGE DE CONTENU AVEC UN RÉSEAU DE CONNAISSANCES PERSONNELLES OU PROFESSIONNELLES.



<https://www.dailymotion.com/video/xrmj2t>

Pour m'aider à découvrir les différents réseaux sociaux et apprendre à bien m'en servir, je vais sur la page ressources identifiée par ce logo



Sur les réseaux sociaux, on peut montrer qu'on aime les publications de nos amis. 

Une publication, c'est par exemple une photo. On appelle ça aussi un post.

## Et les messageries, c'est quoi?

On confond souvent les réseaux sociaux et les messageries. Il n'y a parfois pas beaucoup de différences.

Normalement une messagerie sert à discuter avec une ou plusieurs personnes à la fois.

On peut aussi voir notre interlocuteur en direct grâce à la caméra de notre téléphone ou de notre ordinateur. Cela s'appelle : **faire une « cam »**.

Chaque année, il y a de nouvelles messageries.

Les messageries les plus connues sont :



**Messenger**

C'est la messagerie qui sert à parler à ses amis sur Facebook.



**Skype** est une messagerie pour passer des appels téléphoniques et des appels vidéos gratuitement partout dans le monde.



**WhatsApp** est sans doute la messagerie la plus utilisée maintenant. Comme Skype, on peut discuter en groupe, passer des appels audio ou vidéo et échanger des documents.



**Snapchat**

C'est un peu un réseau social et un peu une messagerie, mais seulement sur son téléphone.

On peut partager des photos et des vidéos qui s'effacent toutes seules au bout de 24 heures.

On peut aussi ajouter des filtres.

Un filtre, c'est un dessin amusant que Snapchat ajoute sur ta photo, par exemple : des oreilles et un museau de chiot...

C'est surtout les jeunes de moins de 25 ans qui utilisent Snapchat.



Pour m'aider à découvrir les différents réseaux sociaux et apprendre à bien m'en servir, je vais sur la page ressources identifiée par ce logo.

## Attention !



Avant de créer des pages sur les réseaux sociaux, il faut savoir certaines choses.

On en parlera un peu plus tard dans ce guide, dans la rubrique **savoir être** et aussi dans la rubrique **conscience**.

En général, les gens sur les réseaux sociaux sont plutôt sympathiques mais parfois il y a des gens qui ont de mauvaises intentions.

Par exemple, essayer de devenir amis avec moi pour avoir ma confiance et essayer ensuite de «m'arnaquer».

Il y a aussi des gens qui s'amuse à être méchants en critiquant ou en disant des choses désagréables.

Cela peut faire très mal.

## Comment faire ?

Pour se protéger il faut suivre ces quelques conseils :

- 1 je n'accepte les invitations **QUE** des gens que je connais
- 2 je ne discute **QU'AVEC** ma famille et mes amis
- 3 quand je vais créer mon compte, je me fais aider pour le configurer. Configurer son compte, cela veut dire faire des réglages pour autoriser mes amis à voir ce que je partage. Les personnes que je ne connais pas ne pourront pas les voir.

Cela s'appelle le **mode privé**..



Sur Facebook, à chaque fois que j'écris, je peux choisir qui peut voir.



Public



Amis

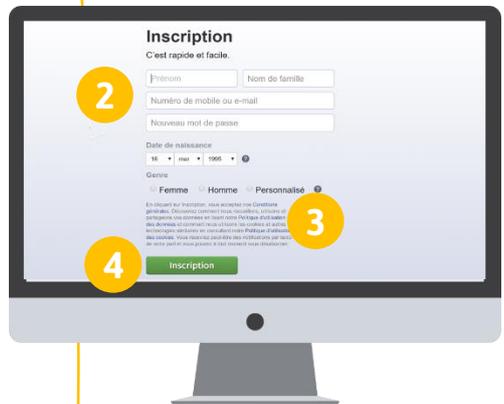


Amis sauf



Moi seulement

# Les étapes d'une inscription



c a d b a  
1mot@DEpasse

Je valide

Je retrouve  
rubrique  
**Conscience**  
pour comprendre  
comment et  
pourquoi il faut  
protéger mon  
compte

1 Je vais sur le site en tapant l'adresse dans la barre de recherche. Par exemple : [www.facebook.com](http://www.facebook.com)

2 Sur tous les sites, pour m'inscrire il faut :

- noter mon nom et mon prénom

- mon numéro de téléphone  
(Sur certains sites, c'est seulement le numéro de téléphone).

-parfois, on demande ma date de naissance.

-je dois choisir un mot de passe  
Mon mot de passe est secret il doit avoir:

- a des minuscules,
- b des majuscules,
- c un ou des chiffres
- d et au moins 1 caractère spécial.

Un caractère spécial c'est par exemple un « — »  
ou bien « @ » ou « = »

Voici un exemple de mot de passe

Dans certains cas, il faut que j'écrive une deuxième fois mon mot de passe.

3 Avant de valider, je dois lire les petites lignes en bas de la page : ce sont les conditions générales.

Les conditions générales : ce sont les règles d'utilisation.

Il faut les connaître avant de valider.

Souvent, il y a une case à cocher pour dire si je suis d'accord ou pas.

4 Pour valider, il y a un bouton inscription ou de validation.

5 Je peux recevoir un message sur ma boîte mail.

Il faut que je clique sur le bouton pour confirmer mon inscription.



# Ressources

Pour m'aider à découvrir et à apprendre



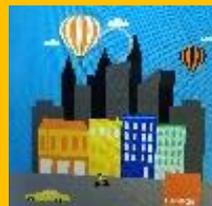
Pour apprendre à créer un compte Facebook.



<http://www.coursinfo.fr/reseaux-sociaux/facebook/creer-un-compte-facebook-pas-a-pas//>



Pour apprendre à créer un compte Twitter.



<http://www.coursinfo.fr/reseaux-sociaux/twitter/httpwww-coursinfo-frreseaux-sociauxtwittercomment-creer-un-compte-twitter/>



Une vidéo pour apprendre à ouvrir un compte Instagram sur son téléphone.



<https://www.youtube.com/watch?v=9jkA3kUUBso>



Une vidéo pour apprendre à créer une chaîne Youtube.



[https://www.youtube.com/watch?v=tmuH\\_MmORko](https://www.youtube.com/watch?v=tmuH_MmORko)



# Ressources

Pour m'aider à découvrir et à apprendre



Une vidéo pour comprendre, installer et utiliser la messagerie Messenger.



<https://www.youtube.com/watch?v=AYppWRLjDPw>



Une vidéo pour comprendre, installer et utiliser la messagerie Skype.



<https://www.youtube.com/watch?v=fj2YHkMi2el>



Un cours pour comprendre, installer et utiliser la messagerie Whatsapp.



<https://www.lesbonsclics.fr/fr/ressources-pedagogiques/whatsapp-pour-android>



Une vidéo pour comprendre, installer et utiliser la messagerie Snapchat.



<https://www.youtube.com/watch?v=xzxunWPCow0>





# Faire mes démarches administratives



# Internet, c'est aussi pour faire mes démarches administratives.

## Pas toujours facile de les faire en ligne.



Maintenant, il faut faire ses démarches administratives en ligne. Cela veut dire qu'il faut les faire sur internet. Par exemple, les déclarations d'impôts. Avant, je recevais un document dans ma boîte aux lettres. Il fallait le remplir et le renvoyer par la poste. Maintenant, cela se passe directement sur le site internet du gouvernement.

Et, c'est compliqué !

Cela concerne plein d'autres démarches :

- les allocations familiales
- la banque
- la retraite
- le chômage
- demander une carte d'identité
- etc...

Je dois m'inscrire sur chaque site.

Ce sont les mêmes étapes que pour les réseaux sociaux :

- 1 aller sur le site en tapant l'adresse dans la barre de recherche
- 2 sur tous les sites, pour m'inscrire il faut : noter mon nom et mon prénom, ma date de naissance et un mot de passe.

Attention, il faut se souvenir de mon mot de passe !

- 3 on va parfois me demander d'autres informations, comme par exemple mon numéro de sécurité sociale.
- 4 pour valider, il y a un bouton inscription ou validation.
- 5 souvent, je vais recevoir un message sur ma boîte mail. je clique sur le bouton pour confirmer mon inscription.



Je retrouve la rubrique **Conscience** pour avoir une astuce sur comment retenir mon mot de passe



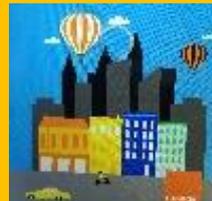
# Ressources

Pour m'aider à découvrir et à apprendre



pôle emploi

Comment s'inscrire sur pôle emploi ?



<http://www.coursinfo.fr/reseaux-sociaux/votre-espace-personnel-sur-pole-emploi-fr/>



pôle emploi

Un autre tuto pôle emploi pour s'inscrire et s'actualiser.



<https://www.lesbonsclics.fr/fr/formations/services-en-ligne/5>



Comment ouvrir son compte pour l'assurance retraite ?



<https://www.lesbonsclics.fr/fr/formations/services-en-ligne/6>



Comment se connecter et consulter ses comptes ?



<https://www.lesbonsclics.fr/fr/formations/services-en-ligne/7>



# Ressources

Pour m'aider à découvrir et à apprendre



Le site CAP'acité propose plusieurs tutoriels sur les démarches auprès de la Caisse d'Allocations Familiales (CAF).



<https://www.capacite.net/caf.html>



Comment vérifier mes droits à la retraite?



<https://www.capacite.net/retraite.html>



Pour les personnes en situation de handicap, un tutoriel sur l'Aresat, un avenir après le travail.



<https://www.capacite.net/retraite.html>

La prime d'activité. C'est quoi ?  
Est-ce que j'y ai le droit ?



<https://www.capacite.net/emplois.html>



# Ressources

Pour m'aider à découvrir et à apprendre

Le compte personnel de formation.  
C'est quoi ?  
Comment connaître mes droits ?



<https://www.capacite.net/emplois.html>



Comment créer son compte sur  
impot.gouv et France connect ?



<https://www.capacite.net/Droits-sociaux.html>



Comment faire une simulation de toutes  
les aides que je peux avoir ?



<https://www.capacite.net/Droits-sociaux.html>



Comment faire ma déclaration d'impôts  
en ligne ?



<https://www.capacite.net/Citoyennete.html>



# Ressources

Pour m'aider à découvrir et à apprendre



Comment créer mon compte sur Améli.fr et suivre mes remboursements de sécurité sociale ?



<https://www.capacite.net/Droits-sociaux.html>



Comment créer mon dossier médical partagé ?



<https://www.capacite.net/sante.html>



# Bureautique



# Et si je veux écrire un courrier ?



Parfois, je suis obligé d'écrire même quand je fais mes démarches sur internet.  
Je dois faire un courrier de demande, ou bien faire une lettre pour expliquer ma situation.

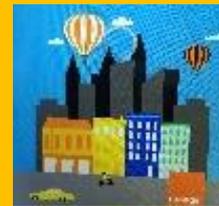
Dans mon ordinateur, il existe des logiciels pour écrire.

Un logiciel, c'est des options qu'on installe dans un ordinateur pour pouvoir faire des choses en plus.

- Pour écrire, le logiciel le plus connu est Word. C'est un logiciel payant.
- Il existe un autre logiciel gratuit. Il s'appelle : libre Office Writer.



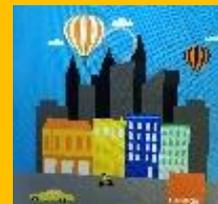
Pour apprendre à se servir de Word.



<http://www.coursinfo.fr/word/>



Pour apprendre à télécharger et se servir de : libre Office Writer.



<http://www.coursinfo.fr/libreoffice-writer/les-fonctions-de-base-writer-niveau-1/>



## Pour aller plus loin

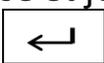
Je sais maintenant comment créer un compte sur un réseau social,

- mais, j'ai envie d'en savoir plus
- je me pose encore des questions
- par exemple, je veux savoir comment mettre un filtre de petit chien mignon sur ma photo.

YouTube est un endroit où il y a plein de tutoriels.

Un tutoriel est une vidéo qui explique ou montre comment il faut faire.

Pour faire une recherche sur YouTube :

- 1 je vais sur YouTube en tapant [www.youtube.com](http://www.youtube.com) dans la barre d'adresse et je clique sur la touche  de mon clavier
- 2 sur YouTube, je tape ma question dans la barre de recherche

Par exemple : comment créer un compte Facebook?

- 3 Il y a plein de personnes qui ont fait des vidéos sur ce sujet.

Je peux choisir de regarder une vidéo d'explication.

Parfois c'est compliqué.

Parfois ça n'est pas la réponse que j'attendais.

Mais je peux regarder une autre vidéo.

Je peux aussi faire une autre recherche.

← → ↻ [www.youtube.com](http://www.youtube.com)



Aller sur YouTube

<https://www.youtube.com>





**Savoir-être**

# Savoir-être

## C'est quoi le savoir-être ?

Le « savoir-être », c'est un ensemble de qualités, comme par exemple : la politesse ou le respect.

C'est la manière dont je me comporte avec les autres personnes.

Sur internet, avoir du « savoir-être », c'est être capable d'agir comme dans la vraie vie.

C'est aussi être capable de se mettre à la place des autres.

C'est réfléchir avant d'agir.

### Internet c'est comme dans la vraie vie

Souvent, j'ai l'impression qu'internet ou les réseaux sociaux, c'est un peu comme un jeu :

- je peux cliquer sur j'aime, ou j'aime pas pour donner mon avis
- je peux dire ce que je pense
- c'est facile et rapide et puis c'est amusant.

C'est beaucoup moins amusant si tout le monde critique ce que j'ai partagé.

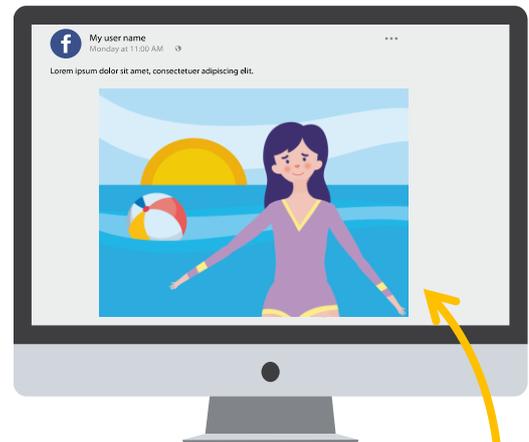
Par exemple, voici Alice.

Elle a mis sur Facebook une photo d'elle à la plage.

Elle est contente de la montrer à ses amis.

Pourtant, plein de personnes qu'elle ne connaît pas ont mis des commentaires méchants.

Elle est très triste et n'a plus confiance en elle.



Quand c'est sur toutes ses photos, cela s'appelle du harcèlement.

## Pourquoi il faut réfléchir avant d'agir ?

Maintenant, voici Yohan.

Yohan a une petite amie, Angeline.

Il a mis hier une jolie photo de lui et de son amoureuxse sur son profil.

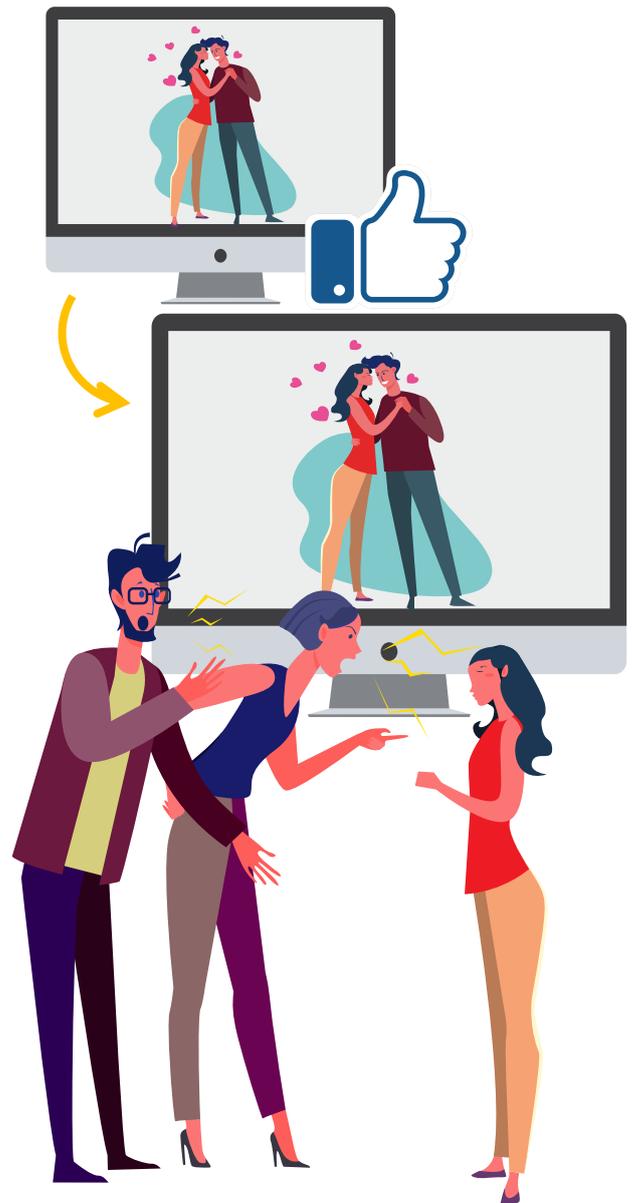
Comme il s'est fait aider par sa sœur pour configurer son compte, il n'y a que ses amis proches qui la voient.

Son ami Loïc a mis un « j'aime » sur la photo.  
Il l'a trouvée tellement jolie qu'il a repartagé cette photo sur son profil à lui avec un commentaire positif.

Le problème, c'est que les parents d'Angeline ont vu la photo sur la page de Loïc.

Angeline ne leur avait pas dit qu'elle avait un amoureux.

Sans le vouloir, Loïc a créé des problèmes à Angeline et Yohan.



Et moi ? Est-ce que j'aimerais que tout le monde repartage mes photos sans me le demander ?



Voici une vidéo qui peut déranger ...  
Mais c'est une vidéo qui montre qu'il faut réfléchir avant de partager des choses sur les réseaux sociaux.



[https://www.youtube.com/watch?time\\_continue=3&v=5V2xOPLoLS8&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?time_continue=3&v=5V2xOPLoLS8&feature=emb_logo)

Est-ce que j'ai le droit de poster toutes les images que je veux.

Antoine, lui, est fan de Foot. Il fait partie d'un groupe sur Facebook et il aime bien écrire des articles sur le foot dans ce groupe.

Hier, il a écrit un article sur le match Rennes – Guingamp.

Il a trouvé une très jolie photo sur internet qui montrait le match.

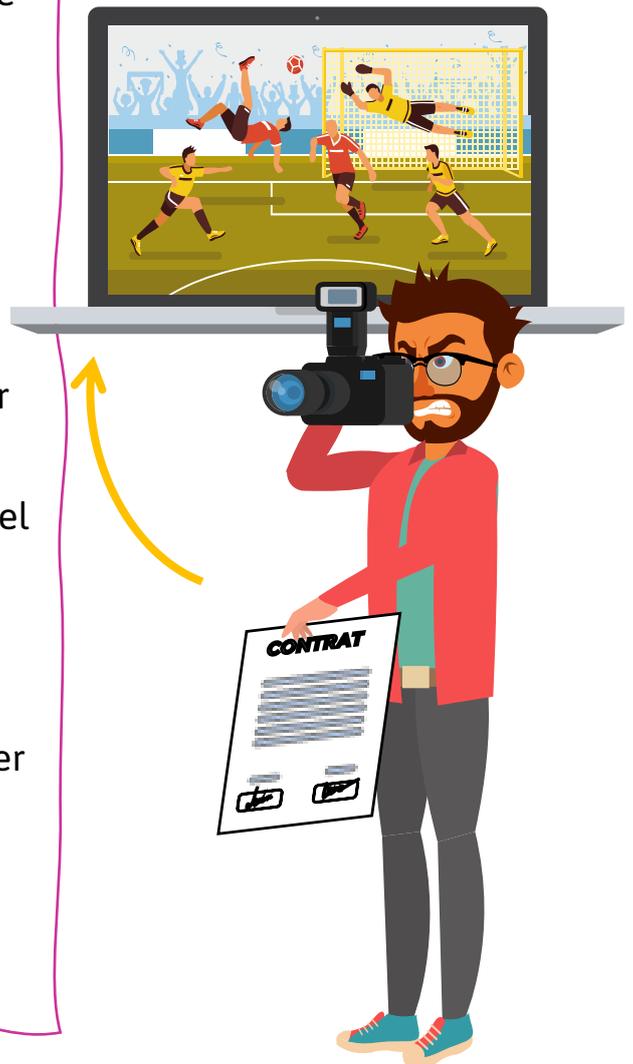
Il a copié cette photo et l'a postée pour illustrer son article.

Malheureusement, le photographe professionnel qui a pris cette photo, a vu qu'Antoine l'avait utilisée.

Il n'était pas content. C'est SA photo et c'est SON travail. On n'a pas le droit de l'utiliser sans lui demander son accord.

Il peut dire non, il peut aussi décider de la vendre à Antoine.

Cela s'appelle les droits d'auteur.



Lorsque j'utilise ce que quelqu'un d'autre a fait, je dois le dire.

Cela peut être une image, une photo, un texte, une musique.

Je dois écrire le nom de la personne et l'endroit où j'ai trouvé l'image ou la vidéo.

Par exemple, dans ce guide, il y a les liens vers toutes les vidéos.

A la fin du guide, il est noté que toutes les images ont été achetées sur le site site freepik.

J'ai le droit de les utiliser.

C'est quoi les droits d'auteur ?



<https://www.youtube.com/watch?v=PKuxOKsJTfE>

## Est-ce que j'ai le droit de poster toutes les images que je veux.

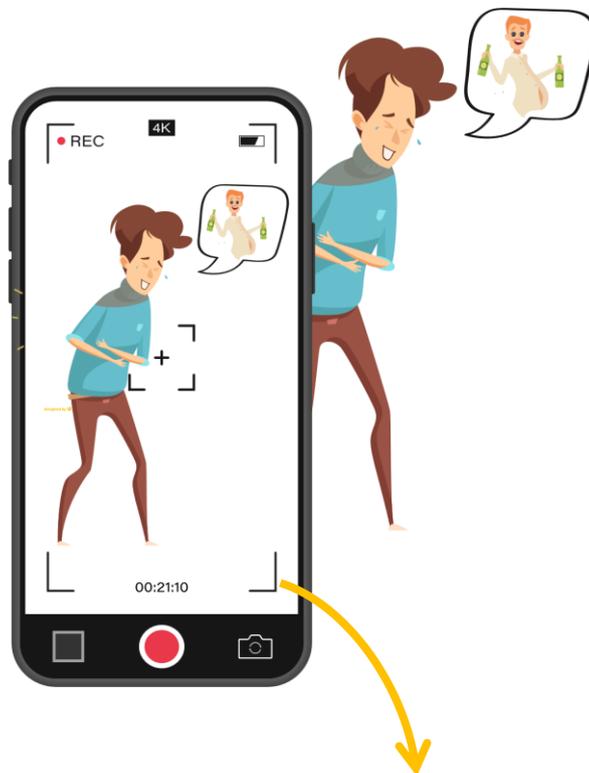
Maintenant, on va parler de Loic.

Loic est mon collègue et mon ami. On travaille dans un atelier de sous-traitance.

Loic n'aime pas beaucoup notre chef. Souvent, il se moque de lui ou il invente des histoires fausses pour nous faire rire.

Hier, je l'ai filmé avec mon téléphone portable.

J'hésite à partager le film sur ma page Facebook pour faire rire nos copains.



## Est-ce que je poste ce film?

- 1 NON**  
Parce que Loic n'a pas donné son accord.
- 2 NON**  
Parce que Loic pourrait avoir des problèmes au travail si quelqu'un voit cette vidéo.
- 3 NON**  
Parce que tout le monde pourrait se moquer du chef et cela lui ferait du tort.
- 4 NON**  
Inventer des histoires fausses pour faire du tort à quelqu'un est puni par la loi. Cela s'appelle de la diffamation.



## Pourquoi il faut réfléchir avant d'agir ?

C'est au tour de Mathieu.

Mathieu joue beaucoup à des jeux vidéos.

Il a ouvert une chaîne YouTube pour partager des tutoriels.

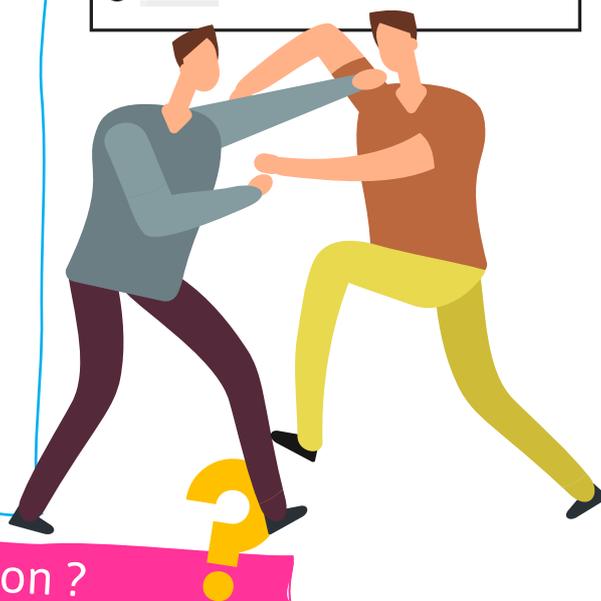
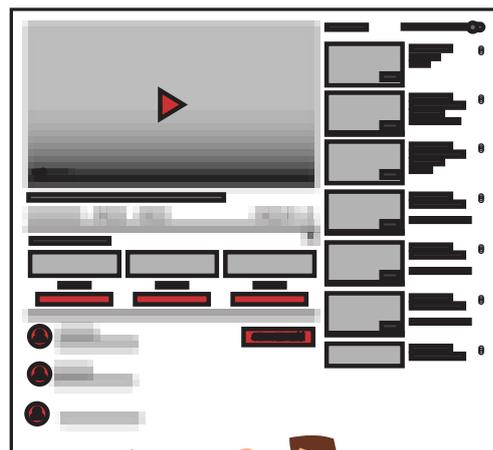
Un tutoriel, c'est une vidéo pour montrer comment les choses fonctionnent.

Cyril, un collègue de Mathieu qui joue aussi au même jeu a mis un commentaire sur sa dernière vidéo.

Il a écrit que le tutoriel de Mathieu était nul et qu'il était un très mauvais joueur.

Cela a mis en colère Mathieu qui a immédiatement injurié Cyril.

Les échanges sont devenus de plus en plus violents et les deux amis ont fini par se détester.



Mathieu aurait du avoir quelle réaction ?

Lorsque je lis un commentaire sur les réseaux sociaux, je ne vois pas le visage des gens qui écrivent.

Je ne sais si ce qui est écrit est sérieux ou si c'est une blague ?

Est-ce que c'est méchant ou maladroit ?

L'avantage d'internet, c'est que je ne suis pas obligé de réagir tout de suite, sur le coup de l'émotion.

Je peux prendre le temps de réfléchir à ce que je vais répondre.

Je peux prendre le temps de décider que cela ne vaut pas le coup de répondre.

Dans tous les cas, je vais essayer de rester poli et de pas rendre les choses plus difficiles.

# 6 règles de savoir-être sur internet

Sur internet comme dans la vraie vie, je ne fais pas aux autres ce que je n'aimerais pas qu'on me fasse.

## Je suis poli

Comme dans la vraie vie,  
Je dis bonjour, merci.

Bonjour



Merci

## Je réfléchis avant de publier

Je me pose la question si ce que je publie peut gêner quelqu'un (ma famille ou mes copains).

?



Je ne donne pas d'informations personnelles et secrètes.



## Je n'accepte pas de nouveau contact

je n'accepte dans mon groupe que les gens que je connais.



## Je respecte les autres

Ce n'est pas parce que je suis caché derrière mon écran que tout est permis.

Je n'écris pas d'insulte, même pour rire.

Je n'ai pas de parole raciste.

Je ne donne pas de fausses informations.



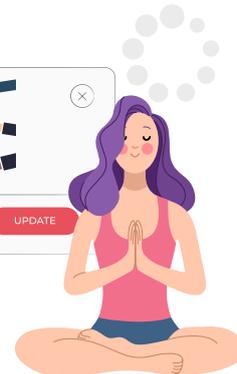
## Je demande l'autorisation

Avant de publier une image de quelqu'un, même si c'est un ami que je connais.



## Je ne réponds pas sur le coup de l'émotion

Je réfléchis avant de répondre à un commentaire, même s'il ne me plaît pas.





INFO  
INTOX

ARNAQUE?



**Conscience**

# Conscience

?

## C'est quoi prendre conscience ?



Avoir conscience de quelque chose signifie « se rendre compte de » ou « savoir que ».

Il y a plein de choses dont il faut prendre conscience sur internet.

Par exemple, il faut savoir que sur internet j'ai une identité numérique.

## Et l'identité numérique, c'est quoi alors ?

L'identité numérique, c'est un ensemble d'informations qu'internet a sur moi :

- Il y a les informations que je donne sur moi au moment où je m'inscris sur un site par exemple :
  - nom, mon prénom, mon avatar ou mon adresse email.
  - cela s'appelle des **données personnelles**
- Il y a les informations que je donne sans le vouloir quand j'agis sur internet
  - quand je mets un « j'aime » sur une photo ou un commentaire
  - quand je demande quelqu'un en ami
  - quand je télécharge une vidéoCe sont aussi des **données personnelles**
- Il y a les informations que les autres donnent sur moi
  - les photos où je suis identifié
  - les commentaires sur mes publications
  - quand on parle de moi sur les publications de mes amisC'est ma **réputation**
- Enfin, il y a les informations calculées ou déduites par internet
  - mon nombre d'amis
  - le style de musique que j'aime
  - si j'ai commandé un collier pour chat internet va conclure que j'ai un chat etc.



nom

prénom

Adresse @mail



Tous ces éléments font partie de ma réputation en ligne. Cela s'appelle l'e-réputation

# Pourquoi il faut faire attention à son identité numérique ?

Il y a plusieurs raisons pour lesquelles il faut faire attention à son identité numérique :

1

Parce que mes **données personnelles** peuvent être vendues à des sociétés. Elles vont s'en servir pour m'envoyer de la publicité.

Elles peuvent aussi servir à sélectionner ce que je peux voir sur internet.



2

- Parce qu'il existe des gens malveillants qui peuvent voler mes informations personnelles.
- Ils peuvent se faire passer pour moi,
- se servir des ces informations pour savoir où j'habite et quand je suis absent,
- se faire passer pour un ami et abuser de moi.



3

Parce que la plupart de ces informations vont faire **ma réputation** sur internet.

- La réputation c'est ce que les gens vont penser de moi grâce ou à cause de ces informations.
- Pour protéger ma vie privée, c'est important de maîtriser les informations qui me concernent.



Pour mieux comprendre, voici une vidéo « 1jour, 1 question » qui explique les dangers d'internet.



<https://www.youtube.com/watch?v=vtQ2zI1-4Kk>





1

**C'est quoi une donnée personnelle ?**



# C'est quoi une donnée personnelle ?

Une donnée personnelle est une information qui permet de m'identifier directement ou indirectement.

Toutes les informations que je donne pour m'inscrire sur un site sont des **données personnelles**.

- mon nom et mon prénom
- ma date de naissance
- Mon numéro de téléphone et mon adresse email
- mon numéro de sécurité sociale

Mais il y a d'autres informations qui permettent de m'identifier et qui sont des données personnelles :

Par exemple

- L'adresse de mon ordinateur
- La carte wifi de mon téléphone



## Et sur mon téléphone ?

Lorsque j'installe une application sur mon téléphone, elle va me demander des autorisations pour avoir accès à mes données personnelles.

Par exemple:

- accéder à mes dossiers photos
- accéder à la géolocalisation de mon téléphone (cela veut dire savoir où je me trouve et à quel moment)
- accéder à mes messages
- accéder à mes informations sur mes réseaux sociaux

Il existe plus de 60 demandes d'autorisation possibles

Pourtant toutes ces informations ne sont pas utiles pour faire fonctionner l'application.



# Pourquoi il faut faire attention?

Toutes ces données personnelles sont utilisées par des sociétés.

Elle peuvent être vendues à d'autres sociétés.

La plupart du temps, mes données personnelles servent à me proposer de la publicité :

- je vais recevoir de la publicité sur ma boîte mail
- sur mon téléphone par texto
- ou bien aussi sur internet quand je visite un site ou que je fais une recherche sur internet.

Par exemple, je regarde une paire de chaussures sur un site internet.

Demain, lorsque je vais me connecter sur internet, je vais voir des articles ou des publicités avec cette même paire de chaussures.

Prenons un autre exemple.

Je décide de m'abonner à un site d'actualités comme Google actualités.

Je pense que c'est un site sérieux et je veux m'informer de ce qui se passe dans le monde.

Seulement Google a enregistré que j'aime bien aller voir les articles écrits sur les personnes qui font de la télé réalité.

Alors, pour me faire plaisir, les robots de Google vont me proposer que des articles sur la télé réalité.

Je risque de passer à côté de plein d'informations importantes parce que les robots ont calculé que cela ne m'intéressait pas.



Parfois, mes données personnelles peuvent aussi être utilisées à des fins frauduleuses.

• Cela veut dire par des gens malveillants.

Grâce à mes données personnelles, ils peuvent se faire passer pour moi

- sur les réseaux sociaux
- mais aussi sur des sites d'achats en ligne
- m'arnaquer
- ou bien pour faire du chantage



# Je fais comment alors ?

Pour limiter l'accès à mes données personnelles, je peux faire plusieurs choses :

- 1 Je supprime régulièrement mon historique et mes cookies
- 2 Quand je le peux, j'utilise le mode « navigation privée »
- 3 J'installe un bloqueur de publicité
- 4 Je paramètre mes réseaux sociaux



## 1

### Je supprime les cookies

Avant de supprimer les cookies, il faut savoir comment internet fonctionne. Pour aller sur internet, l'ordinateur a besoin d'un navigateur web. C'est un logiciel gratuit que j'installe sur mon ordinateur et qui sert à afficher les informations d'un site internet.

Il en existe plein. Par exemple Google Chrome, Internet Explorer, Safari, Firefox etc...

Ces logiciels appartiennent à de très grosses sociétés.

**Si ces logiciels sont gratuits, comment les sociétés font pour gagner de l'argent ?**

En échange de ces logiciels, ces sociétés vont collecter mes données personnelles et les vendre.

Elles vont aussi permettre aux sites internet que je visite d'installer des petits fichiers dans mon ordinateur pour enregistrer mes données personnelles. Cela s'appelle des **cookies**.



Pour en savoir plus sur les cookies, je regarde cette vidéo proposée par la CNIL.

La CNIL c'est la « Commission Nationale de l'Informatique et des Libertés ».



<https://www.youtube.com/watch?v=Ij9EkAQzVvM>

Les cookies enregistrent par exemple :

- les sites que j'ai visités
- les chaussures que j'ai regardées
- l'endroit où je me trouve actuellement
- mon mot de passe pour aller sur un site
- mon numéro de carte bleue etc..



## Et un moteur de recherche c'est quoi ?

Le moteur de recherche est un site internet.

Son travail est d'afficher une liste de sites en fonction de mots-clés.

Par exemple, si je tape chaussures de sport dans un moteur de recherche, il va m'afficher tous les sites où on parle de chaussures de sports :

- des articles,
- des magasins en ligne
- des blogs etc.



Le moteur de recherche le plus connu est Google. Il existe aussi Yahoo, Bing, Ask et pleins d'autres.

Ils gardent en mémoire des informations sur ce que j'ai cherché sur internet.

Par exemple :

- la date de mes recherches
- les mots-clés que j'ai tapés
- et les liens sur lesquels j'ai cliqué.

Les moteurs de recherche gardent ces informations au moins 6 mois.

Cela s'appelle l'historique de navigation.

# Je fais comment pour supprimer les cookies ?

Voici un tutoriel vidéo pour apprendre à supprimer les cookies sur les navigateurs Google Chrome, Mozilla et Firefox.



[https://www.youtube.com/watch?v=Qs0l4\\_o3TrM](https://www.youtube.com/watch?v=Qs0l4_o3TrM)



C'est important d'effacer ces informations sur mon ordinateur personnel.

**C'est encore plus important** de les effacer quand j'utilise un ordinateur qui sert à plusieurs personnes.

Les autres utilisateurs n'ont pas à avoir accès à mes données personnelles.

## Bon à savoir



Il existe des moteurs de recherche qui promettent d'être respectueux de vos informations ou de ne pas les enregistrer.

Par exemple :

- Qwant : Moteur de recherche français qui mise sur la protection des données.
- DuckDuckGo : Le moteur de recherche qui ne vous espionne pas.
- StartPage : Un métamoteur de recherche web qui protège votre vie privée.



Voici un tutoriel vidéo pour apprendre à installer le moteur de recherche Qwant sur les navigateurs Chrome et Firefox.



<https://www.youtube.com/watch?v=XOLwKPlblfs>

## C'est quoi la navigation privée ?

La plupart des navigateurs internet comme par exemple Google Chrome, Internet Explorer ou Firefox, donnent la possibilité de naviguer en mode privé.

Cela veut dire qu'ils s'engagent à ne pas enregistrer les cookies ou l'historique de navigation.

C'est pratique et cela évite de faire des manipulations pour effacer mon historique ou supprimer les cookies.



## Comment on fait ?

Pour ouvrir la fenêtre de navigation privée, je clique sur les touches



Pour mieux comprendre la navigation privée et comment faire, je regarde cette vidéo.



<https://www.youtube.com/watch?v=QPtWwDlsQx8>

## C'est quoi un bloqueur de publicité ?

Un bloqueur de publicité, c'est un logiciel que j'ajoute à mon navigateur pour empêcher les publicités de s'afficher quand je vais sur internet.

Cela bloque presque toutes les publicités mais certaines entreprises payent les bloqueurs pour que leurs publicités s'affichent quand même.

Le bloqueur de publicité sert aussi à protéger mes données personnelles. Il empêche certains logiciels d'enregistrer ce que je fais et visite sur internet.

Il existe plusieurs bloqueurs de publicité. Le plus utilisé en France est Adblock plus . Il est gratuit et fonctionne avec presque tous les navigateurs.

Mais il en existe plein d'autres comme par exemple AdGuard, Ghostery , Disconnect, etc. certains sont payants.

Le principe pour installer un bloqueur de publicité est le même pour tous.

Il existe un tutoriel d'installation sur les sites de ces bloqueurs.



Par exemple voici le tutoriel sur le site de Adblock plus  
 « Comment installer et paramétrer Adblock plus »



[https://adblockplus.org/fr/getting\\_started](https://adblockplus.org/fr/getting_started)

Les réseaux sociaux aussi gardent plein d'informations sur moi.

Par exemple, dès que je m'inscris, Facebook me demande d'avoir accès à la liste des contacts de ma boîte mail pour retrouver mes amis présents sur le réseau.

Facebook est gratuit. Pour vivre et avoir de l'argent, Facebook va, par exemple, « louer » ma liste d'amis à des sociétés.

Pour protéger mes informations, je peux paramétrer mon compte. Paramétrer mon compte, cela veut dire faire des réglages pour décider à l'avance qui peut voir ce que je poste.

C'est aussi décider qui peut me retrouver sur les réseaux. Il y a plein de réglages possibles.



Apprendre à paramétrer mon compte Facebook.



<https://www.slideshare.net/JulieGarnier2/matriser-son-compte-facebook>



Les réseaux sociaux gardent aussi en mémoire toute mon activité : ce que j'écris, ce que je partage, ce que j'aime et aussi les recherches que je fais etc : cela s'appelle l'historique. Pour protéger mon intimité, je peux effacer l'historique de mon compte.

Apprendre à effacer l'historique Facebook



<https://www.youtube.com/watch?v=7Mru5O5Xqfs>



- Facebook change souvent ses paramètres de confidentialité. Je vérifie régulièrement que mon profil est toujours privé !
- Par défaut, Facebook met mon profil accessible à tout le monde. Il faut que je pense à faire les démarches pour les modifier.
- Il faut aussi que je pense à faire ces même démarches sur les autres réseaux sociaux et sur mes messageries.

## C'est quoi le RGPD ?

?



Le RGPD c'est le « **Règlement Général sur la Protection des Données** ».  
C'est un règlement européen qui encadre la manière dont les entreprises, les sociétés, les sites internet font de mes données personnelles.

Depuis le 25 mai 2018, toutes les sociétés et les sites internet qui récoltent des données personnelles ont de nouvelles obligations.

Elles doivent par exemple :

- me demander mon autorisation de les collecter. Cela signifie que je dois cocher une case pour dire si je suis d'accord ou pas.
- m'informer clairement des informations qu'ils collectent et à quoi elles vont servir.



Pour mieux comprendre ce qu'est le RGPD, je regarde cette vidéo.



<https://youtu.be/BFFH1bfAq4Y>

## Et moi je réagis comment ?

Lorsque je télécharge une nouvelle application ou que je m'inscris sur un nouveau site, on me demande d'autoriser l'accès à certaines de mes données personnelles.

Cette vidéo en caméra cachée montre comment les gens réagiraient si la boulangère demandait les mêmes informations personnelles qu'un site ou une application.

La vidéo n'est pas en français, mais on comprend très bien la réaction des personnes.

[https://www.youtube.com/watch?v=xYZtHIPktOg&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?v=xYZtHIPktOg&feature=emb_logo)

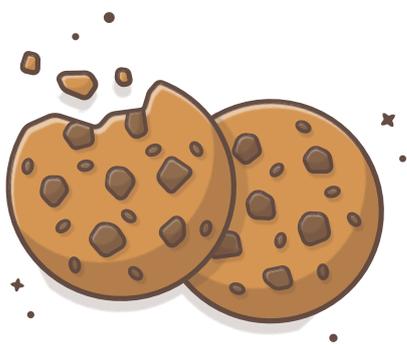


# 6 règles pour protéger mes données

Parce que mes données personnelles sont privées

## Je supprime les cookies

Je supprime les cookies sur mon navigateur (sur mon ordinateur et sur mon téléphone).  
Je pense à le faire aussi si j'utilise un ordinateur qui n'est pas le mien.



## Je supprime mon historique

Je supprime mon historique de navigation. Je pense à le faire aussi sur mon téléphone ou si j'utilise un ordinateur qui n'est pas le mien.



## Je navigue en mode privé

Cela m'évite de supprimer les cookies et mon historique de navigation.



## Je choisis mon navigateur

Je choisis un navigateur qui protège mes données personnelles.



## J'installe un bloqueur de pub

Le bloqueur de publicité sert aussi à protéger les données personnelles.



## Je configure mes réseaux sociaux

Cela veut dire que je choisis à l'avance qui peut voir mes données personnelles et aussi ce que je publie.







2

# Les malveillances

?



## C'est quoi la malveillance?

Le dictionnaire Larousse définit la malveillance comme « avoir l'intention de nuire ».

Cela veut dire qu'il existe, sur internet, comme dans la vraie vie, des gens qui, intentionnellement, vont chercher à faire du mal.

Par exemple :

- en volant mes données personnelles
- en essayant de m'arnaquer avec des faux sites ou de fausses informations
- en essayant d'abuser de moi.

Pour éviter la malveillance, il faut déjà savoir que cela existe et essayer de faire attention. Il faut aussi savoir comment agir face à une arnaque.

## Le phishing

En français, le phishing se traduit par hameçonnage.

C'est une technique employée par des pirates informatiques pour récupérer mes données personnelles.

Par exemple :

- mes identifiants et mes mots de passe
- mon numéro de sécurité sociale
- ou mon numéro de carte bleue.

En règle général, le pirate va se faire passer pour une administration ou une entreprise que je connais.

Par exemple : ma banque, la CAF (la Caisse d'Allocation Familiale), les impôts etc.

Je reçois un mail ou un texto qui me demande de cliquer sur un lien pour donner ou confirmer mes informations personnelles.



# Comment reconnaître une tentative de phishing ?

En faisant attention. Il y a quelques signes qui peuvent m'encourager à me méfier. Si je repère l'un de ces indices, je dois me méfier. Par exemple :

## L'adresse mail de l'expéditeur

Une administration ou une entreprise a une adresse avec son nom de domaine.

Cela veut dire avec son nom dans l'adresse après le signe « @ »

Par exemple :

contact@laposte.net

Jamais une entreprise ou une administration n'écrira avec une adresse d'un fournisseur d'email gratuit comme Gmail, Orange, Yahoo etc.



## L'objet du mail

Le mail va avoir un objet qui va jouer sur mes émotions

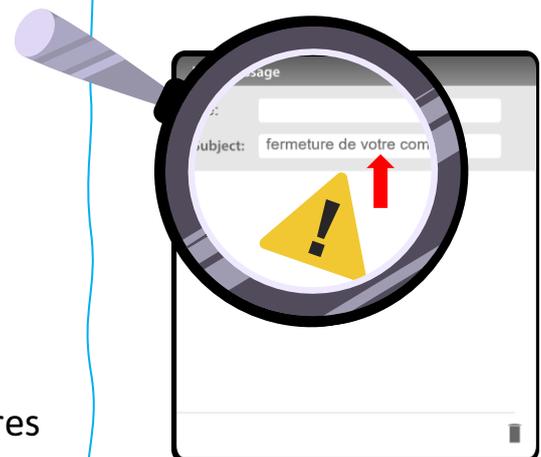
- soit alarmiste

Par exemple : « urgent », « problème », « carte bancaire bloquée » etc.

- soit au contraire très attrayant

Par exemple :

«vous êtes le super gagnant », « plus que 24 heures pour confirmer votre gain » etc.



## Les fautes d'orthographe

Parfois, les mails sont mal écrits, avec des phrases bizarres et des fautes d'orthographe.

C'est suspecte, car une administration ou une entreprise fait très attention à ne pas faire de faute dans les mails qu'elle envoie.

Cela doit attirer mon attention.



Pour repérer les arnaques par mail, il y a encore d'autres signes auxquels je peux faire attention.

## Demande d'informations personnelles

Le mail me demande de cliquer sur un lien pour donner des informations personnelles et confidentielles :

- comme mes identifiants
- mes mots de passe,
- une copie de ma pièce d'identité ou de ma carte bleue



Je ne donne jamais ces informations en cliquant sur un lien à partir d'un mail!



## L'adresse du site

Le site sur lequel j'atterris porte un nom approximatif. Il ressemble exactement au site de ma banque mais son adresse est différente par exemple :

<https://www.leposte.net> au lieu de la poste.

C'est une toute petite différence qu'on ne voit presque pas.



## Des liens qui ne fonctionnent pas

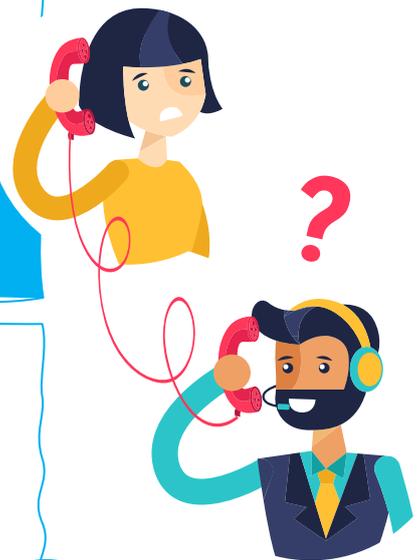
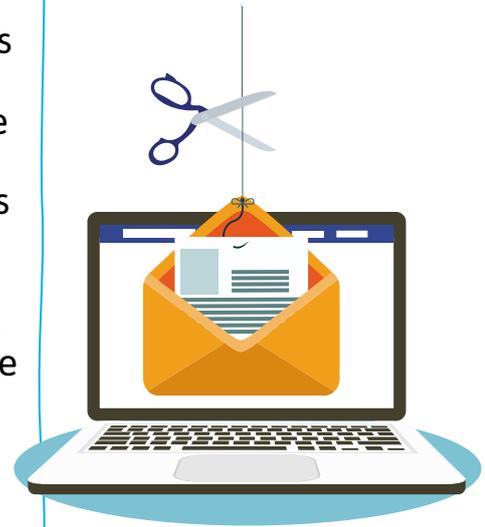
Dans le mail ou sur le faux site internet, il y a des liens qui ne fonctionnent pas. Par exemple sur un site interne, il y a souvent des liens à cliquer vers la page des réseaux sociaux de l'entreprise. Sur les faux sites, souvent, ces liens ne fonctionnent pas.



# Comment agir face à une tentative de phishing ?

En cas de doute :

- 1 je ne clique jamais sur les liens présents dans les mails
- 2 je peux me connecter sur le site officiel de l'entreprise ou de l'administration en allant directement sur internet et en tapant l'adresse du site pour vérifier s'ils ont vraiment besoin d'information.  
Si je dois donner des informations à une entreprise ou une administration, c'est seulement sur le site officiel où je me connecte avec mon identifiant et mon mot de passe.
- 3 je ne réponds pas au message suspect
- 4 je n'ouvre surtout pas les fichiers envoyés en pièces jointes
- 5 si ma boîte mail le permet, je place ce message dans mon dossier SPAM. (Le dossier SPAM, c'est le dossier où sont mis les courriers indésirables).
- 6 je préviens l'entreprise ou l'administration que des pirates utilisent leur nom pour essayer d'arnaquer les gens. (Je peux leur transférer le mail frauduleux).
- 7 je supprime le courrier



## Et si c'est trop tard ?

- 1 Je préviens immédiatement l'administration ou l'entreprise pour faire bloquer l'accès à mon compte
- 2 Je modifie mon identifiant et mon mot de passe

## Bon à savoir ?

L'état a mis en place un site où je peux signaler les tentatives de fraude pour internet.

Pour cela je me connecte sur le site : [www.internet-signalement.gouv.fr](http://www.internet-signalement.gouv.fr)

# Les brouteurs

Les brouteurs sont des arnaqueurs professionnels par internet, dont le but est de me soutirer de l'argent. Dans certains pays, c'est presque un métier.

Il y a autant d'arnaques que d'arnaqueurs. Cela veut dire que chacun a sa méthode pour me voler.

Parmi les arnaques les plus connues, il y a :

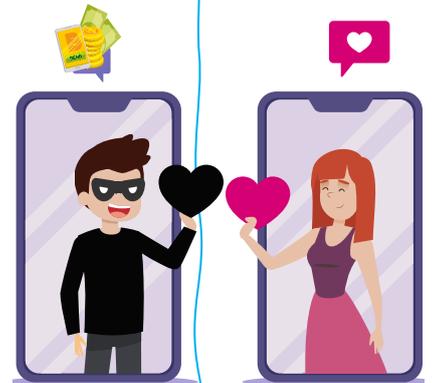
## 1 Les faux amoureux

Il s'agit d'une personne qui va essayer de me séduire sur les réseaux sociaux, me faire croire au grand amour.

Ensuite, le brouteur (cela peut être un homme ou une femme) va avoir un prétexte pour que je lui donne de l'argent, par exemple :

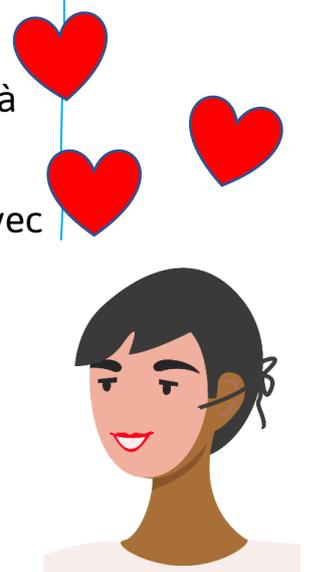
- payer son billet d'avion pour me rejoindre
- Payer les médicaments pour soigner sa maman malade
- Recevoir un petit cadeau...

Il peut aussi me demander de me dénuder par amour devant la caméra et ensuite faire du chantage pour avoir de l'argent.



## Ce qui doit attirer mon attention

- Le profil de la personne sur le réseau social est « bizarre »
- Il n'y a pas beaucoup de photos ou des photos qui ressemblent à celle des magazines
- La personne se décrit souvent comme célibataire ou veuf(ve) avec des enfants
- Il n'y a pas beaucoup de publications sur son profil
- Le profil et les amis sont masqués
- Si ce n'est pas le cas, les amis sont tous du même sexe que moi
- La personne est toujours ou très souvent connectée
- Si je commence à parler avec la personne, très vite, sans trop me connaître, elle va dire que je lui plais beaucoup



## 2 Les faux acheteurs ou vendeurs

C'est une personne qui va être sur les sites de ventes en ligne (par exemple Ebay ou le Bon coin).

Si je vends un objet, il veut me l'acheter, parfois même plus cher.

Mais il a un problème. Soit il a perdu sa carte, soit il est à l'étranger et le seul moyen pour me payer est de passer par un service en ligne. Il faut que je paye pour ouvrir ce service.

Parfois, c'est la personne qui propose de me vendre un objet à un prix super intéressant..

Et une fois payé (souvent avec une application), je ne reçois jamais l'objet.

Par exemple, Hélène, la maman de Loic, a voulu louer une maison de vacances sur un site de vente et de location. Elle a payé avec une application la location d'une jolie maison dans le sud de la France.

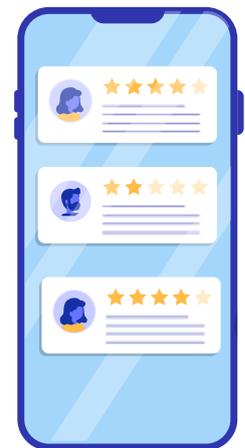
Mais en arrivant en vacances, la maison louée n'existait pas. C'était une fausse annonce.

**PAS CHER**



## Ce que je peux faire

- Je me méfie lorsque le prix est vraiment attractif, cela n'est pas normal
- Je vérifie si la personne a déjà acheté ou vendu d'autres objets.  
Sur les sites, les acheteurs ou les vendeurs peuvent laisser des commentaires sur la personne.  
Si la personne n'a aucun commentaire, je me méfie
- Je ne paye jamais pour vendre un objet
- Je privilégie les achats ou les ventes de proximité où je peux donner mon argent en direct
- Si je dois me faire envoyer un objet, je paye si possible par chèque, comme cela j'ai l'adresse et le nom du vendeur.
- Je ne donne jamais mes coordonnées bancaires



Si j'ai un doute, je préviens le site pour faire vérifier l'annonce

# Les mails frauduleux

Comme pour l'arnaque du phishing, je peux recevoir un mail frauduleux.

Cette fois, cela n'est pas pour récupérer mes données mais pour me demander de l'argent.

Cela peut être par exemple :

- Une promesse d'héritage d'une personne que je ne connais pas
- Un gain à une loterie à laquelle je n'ai pas joué
- Un ami qui a des problèmes, qui a perdu son téléphone et qui a besoin que je lui envoie d'urgence de l'argent pour le dépanner.
- Une cause à soutenir, comme sauver les bébés pandas en chine en faisant un don sur un site.
- Une livraison de colis en attente

Les arnaqueurs ont beaucoup d'imagination. Ils peuvent inventer encore d'autres excuses pour me soutirer de l'argent.



## Ce qui doit attirer mon attention

Je fais attention aux mêmes indices que pour une tentative de phishing :

- l'adresse mail de l'expéditeur
- l'objet du mail
- les fautes d'orthographe

Je fais aussi attention au site internet sur lequel je suis redirigé.

Je regarde si l'adresse du site est bien identique à l'adresse officielle.

Je regarde si il y a des liens qui ne fonctionnent pas.

Je ne suis pas naïf et je ne crois pas aux promesses d'argent facile.

Dans le doute, je tape sur un moteur de recherche

- l'objet du mail
- L'adresse de l'expéditeur
- l'adresse du site internet

Souvent d'autres personnes qui ont reçu un mail pour cette même arnaque en parlent sur des forums.



# Les malwares

Comme pour le phishing ou le mail frauduleux, je reçois un email qui m'invite à télécharger une pièce jointe.

En téléchargeant cette pièce jointe, je télécharge un logiciel qui va s'installer sur mon ordinateur et crypter tout ce qu'il y a dedans, cela s'appelle un cheval de Troie.

Cela veut dire je ne peux plus rien voir dans mon ordinateur. Par exemple, je ne peux plus lire mes documents ni regarder mes photos.

Le but est de me demander de l'argent pour pouvoir récupérer mes données : cela s'appelle une rançon.

Cela peut aussi permettre à la personne malveillante de prendre la main sur mon ordinateur et voir tout ce qu'il y a à l'intérieur.

Parfois, c'est juste de la méchanceté pour empêcher mon ordinateur de fonctionner.



## Ce qui doit attirer mon attention

Je fais attention aux mêmes indices que pour une tentative de phishing ou de mail frauduleux :

- l'adresse mail de l'expéditeur
- l'objet du mail
- les fautes d'orthographe



Pour mieux comprendre ce qu'est un malware  
Je peux regarder cette vidéo.



<https://www.youtube.com/watch?v=UMMZ9zFOPGM>

# Comment me protéger ?

Contre les malwares, il existe des logiciels de protection. Ce sont des antivirus.

Leur rôle est de détecter les logiciels malveillants et de les empêcher de s'installer sur mon ordinateur.

Il en existe beaucoup, des payants et des gratuits.

Pour savoir comment installer un logiciel antivirus, je peux regarder les différentes vidéos de logiciels gratuits et connus.



Comment télécharger l'antivirus Malwarebytes.



<https://www.youtube.com/watch?v=3dpObUNMfnk>



Comment télécharger l'antivirus AVAST.



<https://www.youtube.com/watch?v=4emALa96Tgg>



Comment télécharger l'antivirus kaspersky  
Attention il faut cliquer sur « **outil gratuit** »  
avant de télécharger.



[https://www.youtube.com/watch?v=Cr\\_OwBTW\\_zw](https://www.youtube.com/watch?v=Cr_OwBTW_zw)

# L'usurpation d'identité



Sur les réseaux sociaux, en dehors des brouteurs qui essaient de m'arnaquer de l'argent, il y a parfois d'autres sortes de personnes malveillantes.

L'usurpation d'identité, c'est le fait de voler mon profil sur un réseau social.

Par exemple, j'essaye de me connecter sur mon profil Facebook, et je ne n'y arrive pas.

Mon mot de passe a été changé.  
Mon compte est utilisé par quelqu'un d'autre.

Cette personne va se faire passer pour moi auprès de mes amis et mes contacts.

Elle peut aussi récupérer mes données personnelles.

Cela s'appelle une usurpation d'identité, ou un piratage.

## Ce qui doit attirer mon attention

Mon mot de passe n'est plus reconnu.

Je peux recevoir un message du réseau social qui m'informe que j'ai changé de mot de passe (alors que je ne l'ai pas fait).

Mes amis reçoivent des messages privés que je n'ai pas envoyés.

Il y a des publications sur mon compte que je n'ai pas faites.

Mon compte suit, s'abonne ou se désabonne « tout seul » à d'autres comptes.



## Comment réagir

- Je dois prévenir le réseau social que mon compte à été piraté.
- Je peux demander au réseau social de réinitialiser mon mot de passe. Cela veut dire changer le mot de passe du compte.
- Une fois que j'ai récupéré mon compte, je dois le protéger dans les paramètres.
- Je choisis une double authentification. Cela veut dire par exemple que le réseau social m'envoie un texto lorsque je me connecte pour vérifier que c'est bien moi.
- Je crée un mot de passe compliqué.



Alerte  
piratage

@ email@name.com  
📍 Street Name 455  
📞 123 456 789



pass : \*\*\*\*\*



Pour m'aider à faire ces démarches, la CNIL a fait une liste des liens et des informations pour chaque réseau social.



La CNIL est la Commission Nationale Informatique et Liberté.

<https://www.cnil.fr/fr/prevenir-reperer-et-reagir-face-au-piratage-de-ses-comptes-sociaux>

# Comment créer un mot de passe

Pour ne pas être piraté, il faut avoir un mot de passe très fort. Cela veut dire un mot de passe difficile à deviner.

Par exemple, j'évite de choisir ma date de naissance, ou le prénom de mon amoureux, ou encore celui de mon animal de compagnie.

Il est conseillé aussi d'avoir un mot de passe différent pour chaque site.

Et pour ne pas se le faire voler il vaut mieux ne pas l'écrire..

Un mot de passe doit contenir au moins **8 caractères** dont

- une lettre en MAJUSCULE,
- une lettre en minuscule,
- des chiffres (par exemple 4312)
- et un caractère spécial (par exemple « @ » est un caractère spécial).



## Alors je fais comment ?

1/ Je peux utiliser un gestionnaire de mots de passe :

C'est un logiciel qui va créer et retenir tous mes mots de passe pour moi. Je dois juste retenir 1 seul mot de passe, celui de ce logiciel pour accéder à tous les autres.

Il en existe beaucoup . Par exemple :

- Zenway
- Passwordsafe

2/ Mais je peux aussi avoir des astuces pour retenir mes mots de passe.

**Avoir une routine de mots de passe.** Par exemple mon mot de passe habituel est [Milou22](#).

Je décide que ma routine de mot de passe sera de mettre devant mon mot de passe habituelle les **3 premières lettres du site internet** auquel je me connecte en majuscule, suivi d'un « ! »

Pour **Facebook** mon mot de passe sera donc **FAC!**Milou22

Pour Youtube, ce sera **YOU!**Milou22

## Comment créer un mot de passe

Voici une autre astuce pour retenir mon mot de passe :

J'écris une phrase facile à me souvenir et je fais mon mot de passe avec la première lettre de chaque mot

Par exemple : **M**aman **h**abite **a**u **43** rue **P**asteur !

Mon mot de passe sera donc : Mha43rP!



Pour m'aider à faire mon mot de passe, la CNIL a créé un outil en ligne qui transforme ma phrase en mot de passe.



La CNIL est la Commission Nationale Informatique et Liberté.

<https://www.cnil.fr/fr/generer-un-mot-de-passe-solide>



3

# Mon e-réputation



# Comment je fais pour protéger ma réputation ?

## Je réfléchis avant de poster



Cela a déjà été dit dans la partie savoir-faire, mais il faut réfléchir avant de poster.

Potentiellement, tout ce que je poste pourrait se trouver associé à mon nom dans les moteurs de recherche (comme Google).

Est-ce que je veux que la photo rigolote où je fais semblant d'être saoul puisse être vue par tout le monde ?

Je peux aussi être identifié lorsque je like ou que je commente les posts de mes amis.

## Exemple

Voici Nina

Nina fait des vidéos sur Youtube. C'est une influenceuse. Cela veut dire qu'elle a beaucoup d'abonnés sur son compte. Que ses abonnés ont confiance en elle et suivent ses conseils.

Elle est payée par une grande marque pour faire de la publicité pour des lunettes de soleil.

Un jour, dans une soirée privée avec des amis, elle a dit que cette marque était vraiment nulle et les lunettes de soleil étaient de mauvaise qualité.

Le problème, c'est qu'un ami a filmé toute la soirée avec son téléphone et a mis le film sur sa page Facebook.

Il a identifié toutes les personnes qui étaient sur la vidéo. Maintenant, si on cherche Nina sur un moteur de recherche, on peut voir cette vidéo.

Evidemment le patron de la marque était furieux. Il a rompu le contrat de publicité.



## Alors je fais comment ?

Lorsque je m'inscris sur les réseaux sociaux, je ne remplis pas toute ma présentation. Cela veut dire que je ne répons pas à toutes les questions.

Par exemple, est ce que c'est important que Facebook connaisse ma date d'anniversaire ?

Si je le peux, je ne mets pas non plus mon numéro de téléphone.

Lorsque c'est possible, je choisis un pseudo plutôt que de mettre mon vrai nom. Un pseudonyme c'est un peu comme un surnom. C'est un nom que je choisis pour me représenter.

Je préfère aussi mettre un avatar plutôt que ma photo.

Un avatar c'est une image que je choisis pour me représenter. Cela peut être un dessin ou un super héros, ou encore un animal.

J'utilise un pseudo et un avatar différents sur chaque réseau social.



nom

prénom

Adresse @mail

## Exercice pour surveiller ma réputation sur internet

Je tape mon nom dans un moteur de recherche

- Par exemple sur Google.
- Est-ce qu'il y a des photos ou des commentaires qui me concernent qui apparaissent ?



# Le cyber harcèlement c'est quoi ?

Le cyber harcèlement, c'est quand je subis des moqueries violentes et répétées qui peuvent détruire ma réputation ou bien me faire souffrir.

Cela peut être à cause de mon handicap, de ma religion, de ma couleur de peau ou sans raison apparente, juste pour le plaisir de faire du mal.

Parfois, c'est quelqu'un que je connais

Parfois c'est quelqu'un qui se cache derrière un pseudo.

Le cyber harcèlement peut prendre plusieurs formes comme par exemple :

- des commentaires méchants et répétés
- des menaces
- des fausses rumeurs
- des vidéos ou des photos personnelles
- des montages photos humiliants qui détruisent ma réputation



## Comment je dois agir ?

Je ne dois pas répondre aux agressions.

J'en parle à une personne de confiance.

Je bloque la ou les personnes sur mon compte et je préviens le réseau social pour faire fermer le compte de ces personnes.

Je fais des captures d'écran pour avoir des preuves.

Si c'est grave et que le harcèlement va trop loin, je peux porter plainte à la gendarmerie. Le harcèlement est puni par la loi.



Si je suis harcelé, je peux me faire aider gratuitement et de manière confidentielle par des conseillers spécialisés.

Je peux aller sur leur site internet <https://www.netecoute.fr/> et leur écrire ou bien les appeler par téléphone au 0800 200 000





**BRAVO**  
**QUELQUES SITES UTILES**



# BRAVO !

Je sais maintenant un peu mieux me débrouiller avec un ordinateur, seul ou avec un peu d'aide.

Maintenant je vais pouvoir surfer.

Surfer, cela veut dire visiter des sites internet.

Voici une liste de sites utiles.

## Pour m'informer

Pour chercher un numéro de téléphone ou l'adresse d'un professionnel.



<https://www.pagesjaunes.fr/>

Pour vérifier si une information trouvée sur internet est vraie ou fausse.



<https://www.hoaxbuster.com/>

Pour lire des information en Facile A Lire et à Comprendre.

Access' Infos



<https://www.accessinfos.fr/accueil/>

Pour avoir des tutos et des informations pratiques en FALC ( Facile A Lire et à Comprendre).



<https://www.capacite.net>

## Pour sortir

Pour connaître les événements près de chez moi, les sorties, les restaurants etc.

**maville**



<https://maville.com/>

Pour voir les films qui passent au cinéma.

**ALLOCINÉ**



<http://www.allocine.fr/>

## Pour cuisiner

Pour chercher une recette ou un idée repas.

**marmiton**



<https://www.marmiton.org/>

Pour avoir des idées repas et m'aider à faire ma liste de courses.  
(C'est un site où il faut s'inscrire).

**Cook&Be**



<https://www.cookandbe.com/>

Pour m'aider à manger plus équilibré, pour trouver des recettes et faire du sport.

**MANGER BOUGER**  
PROGRAMME NATIONAL NUTRITION SANTÉ



<https://www.mangerbouger.fr/>

## Ma santé

Pour m'informer sur la santé.  
Pour me rassurer sur la manière dont se passent les examens médicaux.  
Pour avoir des réponses à des questions que je trouve gênantes.



<https://santebd.org/>

Pour aller sur le site de la sécurité sociale.



<https://www.ameli.fr/>

Pour prendre un rendez vous chez un médecin.



<https://www.doctolib.fr/>

## Pour apprendre et découvrir

Pour voir des vidéos pour s'amuser.  
Pour trouver des tutos pour apprendre.  
Pour regarder des clics de musique.  
Pour trouver des informations et de l'actualité.



<https://www.youtube.com/>

Pour connaître le programme télé.



<https://www.programme-tv.net/>

Aujourd'hui, c'est presque indispensable d'aller sur internet.

On y va pour travailler, partager, discuter, jouer ou apprendre.  
On y va aussi par obligation.

Maintenant, presque tout se fait par internet, par exemple :

- commander ses billets de train,
- réserver des vacances,
- faire sa déclaration d'impôts ou sa déclaration à la CAF.

Mais tout le monde ne sait pas, ou ne peut pas y aller.  
Cela s'appelle la fracture numérique :

- Cela peut être à cause du manque d'argent ou du manque de matériel.
- Cela peut être parce qu'il n'y a pas de connexion.
- Cela peut être parce qu'on ne se sait pas se servir d'un ordinateur ou d'internet.

Ce guide a été écrit pour aider les personnes qui ont des difficultés avec internet et pour les rassurer.

Il est écrit de manière à être le plus accessible possible.  
Il sert aussi à informer sur les dangers d'internet et savoir comment s'en protéger.

Ce guide ne remplace pas une formation mais il donne des conseils et des liens vers des sites qui peuvent aider.

