Le pacte numérique familial

Un accord simple pour ralentir, vérifier et demander de l'aide sans honte.

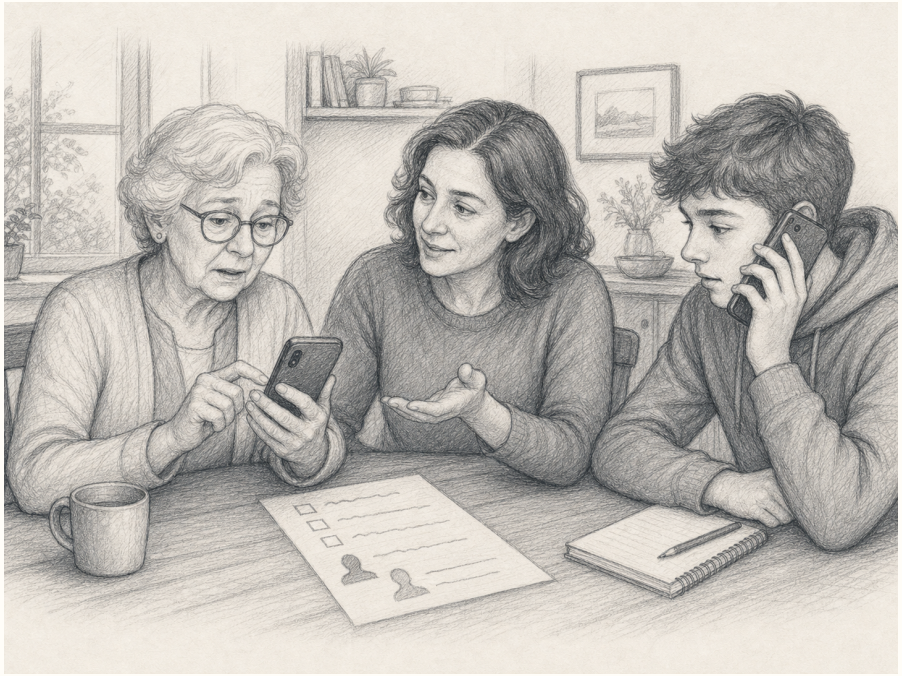
À quoi sert ce document ?

Le pacte ne donne à personne le droit de surveiller les autres. Il précise qui appeler, comment vérifier et ce qui doit rester privé.

Trois usages

1. Compléter le pacte ensemble.
2. Jouer le scénario fictif en dix minutes.
3. Garder la version simplifiée près des contacts utiles.

> Ne jamais inscrire ici : mot de passe, code bancaire, code de récupération ou numéro complet de carte.



L'aide ajoute un regard. Elle ne prend pas la place de la personne.

Notre pacte - personnes et règle de pause

À remplir ensemble. Chaque personne peut proposer une modification avant de signer.

1. Nos deux contacts

Premier contact _____

Téléphone habituel _____

Deuxième contact _____

Téléphone habituel _____

Ces numéros sont enregistrés avant tout incident. Un message reçu ne peut pas les remplacer.

2. Notre règle de pause

Notre formulation, lue à voix haute :

_____

Exemple : « Aucun paiement, code ou logiciel pendant un contact inattendu. Nous raccrochons et nous vérifions. »

Notre phrase d'aide

_____

Exemple : « Je vérifie avec toi, sans te juger. »

3. Nos engagements communs

- ☐ Toute personne peut demander un deuxième regard avant de répondre.
- ☐ Nous commençons par aider. Nous parlerons des habitudes après la mise en sécurité.
- ☐ Aucun paiement, code ou logiciel n'est accepté pendant un contact inattendu.
- ☐ Nous vérifions par un canal déjà connu, jamais par celui fourni dans la demande.

Notre pacte - vérifier sans surveiller

Un canal indépendant est un moyen de contact déjà connu avant la demande douteuse.

4. Nos canaux de vérification

- ☐ Ancien numéro déjà enregistré
- ☐ Appel vidéo lancé depuis un contact connu
- ☐ Autre membre du foyer ou proche présent
- ☐ Lieu ou rendez-vous connu

Autre canal _____

5. Ce qui reste privé

- ☐ Chacun garde ses mots de passe, codes bancaires et codes de récupération.
- ☐ L'aidant ne prend pas le contrôle de l'appareil sans besoin précis et accord clair.
- ☐ La personne concernée saisit elle-même ses secrets et peut interrompre l'aide.
- ☐ Les captures et notes sont limitées à ce qui est utile pour comprendre ou signaler.

6. Accord du foyer

Nom du foyer ou du groupe _____

Date du premier essai _____

Date de révision _____

Signatures ou prénoms

Personne 1 _____

Personne 2 _____

Personne 3 _____

Scénario d'entraînement - le nouveau numéro

Situation entièrement fictive. Durée : 10 minutes. Aucun vrai paiement, code ou compte n'est utilisé.

« Coucou maman, mon téléphone est cassé. C'est mon nouveau numéro. J'ai besoin de 480 € pour une facture avant 18 h. Ne m'appelle pas, je suis en réunion. »

Les trois rôles

Nora reçoit le message. Alex joue le proche de confiance. Sam observe les gestes sans intervenir.

Nora est jouée par _____

Alex est joué par _____

Sam est joué par _____

Déroulé

1. Sam lit seulement le message ci-dessus.
2. Nora dit à voix haute ce qu'elle fait.
3. Alex aide sans prendre le téléphone.
4. Sam ajoute une relance : « C'est urgent, ne préviens personne. »
5. Le jeu s'arrête dès qu'un canal connu a permis de vérifier.

Si une personne se sent mal à l'aise, elle dit « pause » et l'exercice s'arrête.

Le chemin attendu

1 Stopper. Ne rien payer, ne donner aucun code et ne rien installer.

2 Interrompre. Raccrocher ou fermer la conversation, même si la personne insiste.

3 Appeler. Contacter le premier proche de confiance sur son numéro habituel.

4 Vérifier. Rappeler la personne supposée demander de l'aide par un canal déjà connu.

5 Prévenir. Avertir les autres proches si l'identité familiale est utilisée.

6 Réagir. Conserver les éléments utiles et demander de l'aide si une action a déjà été faite.

Observer et débriefer sans noter les personnes

On évalue le pacte, pas la valeur ni l'intelligence de la personne qui joue.

Grille de l'observateur

- [ ] La personne a interrompu la demande pressante.
- [ ] Elle n'a envoyé ni argent, ni code, ni document.
- [ ] Elle a quitté la conversation d'origine.
- [ ] Elle a utilisé un numéro ou un canal déjà connu.
- [ ] Le proche a aidé sans juger ni prendre l'appareil.
- [ ] La famille a décidé qui prévenir ensuite.

Un point manquant devient une amélioration du pacte. Il ne donne lieu à aucune sanction.

Questions de débrief

Quel détail a créé le plus d'urgence ?

Quelle phrase a rendu la pause plus facile ?

Le canal de vérification choisi était-il vraiment indépendant ?

Le proche a-t-il aidé sans décider à la place ?

Quelle seule amélioration faisons-nous avant le prochain essai ?

Si une donnée, un accès ou un paiement a déjà été transmis : dites-le immédiatement, conservez les éléments utiles et utilisez un contact officiel. En cas de danger physique immédiat, appelez les secours.

Diagnostic et assistance 17Cyber - 17cyber.gouv.fr

Cyber Guide Famille - cybermalveillance.gouv.fr - Cyber Guide Famille

Hypertrucage : se protéger et signaler - cnil.fr - Hypertrucage

Notre règle simple pour demander de l'aide

Cette page reprend le pacte avec des phrases courtes. Elle n'est pas une version FALC labellisée.

Quand un message me presse

- [ ] Un message me presse. Je peux m'arrêter.
- [ ] Je ne paie pas tout de suite.
- [ ] Je ne donne pas de code.
- [ ] Je ferme le message ou je raccroche.
- [ ] J'appelle une personne de confiance.
- [ ] Nous vérifions avec un numéro que nous connaissons déjà.

Si j'ai déjà cliqué ou payé

Je le dis tout de suite.
Je ne cache pas l'erreur.
Nous cherchons de l'aide ensemble.

Les personnes qui m'aident

Premier prénom _____

Téléphone _____

Deuxième prénom _____

Téléphone _____

La personne qui m'aide :
m'écoute ;
ne me gronde pas ;
ne demande pas mes mots de passe ;
me laisse tenir mon téléphone.

Notre phrase pour faire une pause

_____