dep_A5_medNum_1reseauxsociaux_.qxp_Mise en page 1 16/01/2025 09:40 Page 1

FAMILLES RURALES, QUI SOMMES-NOUS ?

Familles Rurales est une association nationale reconnue d'utilité publique qui agit en faveur des familles sur tout le territoire, en milieu rural et périurbain.
Avec 121 000 familles adhérentes, 1 850 associations locales, 69 fédérations départementales et 11 fédérations régionales, 25 000 bénévoles et 17 000 salariés, c'est le premier Mouvement familial associatif de France, mais aussi un acteur incontournable de l'économie sociale et solidaire et de l'éducation populaire. Familles Rurales est agréé association de défense des consommateurs.

Pour répondre aux défis actuels du numérique, Familles Rurales propose et anime sur tout le territoire des ateliers numériques. + de 200 associations Familles Rurales et près de 400 aidants numériques interviennent partout en France pour vous accompagner, individuellement ou en atelier collectif vers le numérique.

QUE FAIRE EN CAS DE PROBLÈME ?

CYBER MALVEILLANCE .GOUV.FR
Assistance et prévention en sécurité numérique

Le site de référence :
cybermalveillance.gouv.fr

PHAROS

Pour signaler un contenu ou un comportement illicite sur Internet :
internet-signalement.gouv.fr (PHAROS)

30 18

Victime ou témoin
de cyber-harcèlement ?
Contactez le 3018

CNIL.
COMMISSION NATIONALE INFORMATIQUE & LIBERTÉS

Le guide de la CNIL pour signaler une publication gênante sur les réseaux sociaux : bit.ly/3INFJtb

Besoin d'aide ?

Rendez-vous
dans l'un
des ESPACES
NUMÉRIQUES
du réseau
Familles Rurales :
webdesfamilles.fr

bitly

Familles rurales
Vivre mieux !

Association loi 1901,
reconnue d'utilité publique

www.famillesrurales.org
www.webdesfamilles.fr

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

anct agence nationale de la cohésion des territoires

FONDATION afnic pour la solidarité numérique
Sous l'égide de Fondation de France

Mise en page : Fédération nationale | Batiber - Adobestock - Avril 2024



CYBER MALVEILLANCE « TOUS CONCERNÉS ! »

Se protéger sur les réseaux sociaux

Astuces - Exemples - Conseils

Familles rurales
Vivre mieux !

dep_A5_medNum_1reseauxsociaux_.qxp_Mise en page 1 16/01/2025 09:40 Page 3

Attention aux fausses adresses !

« Je me suis fait pirater mon compte Facebook après avoir renseigné mon identifiant et mon mot de passe sur un site ressemblant à Facebook. »

Marie
retraitée



Il existe une procédure sur Facebook permettant de récupérer l'accès à son compte avec un ancien mot de passe.

Changez immédiatement les mots de passe de vos autres comptes.

Utilisez des mots de passe robustes (longs et complexes) et différents pour chaque site.

Beaucoup de sites utilisent des adresses URL presque similaires.
Par exemple, « facebook.com » peut devenir « face-book.com » ou encore « faceboook.com »

Les réseaux sont publics !

*« Aujourd'hui, ma candidature à un poste d'animateur a été refusée.
Le directeur m'a dit que c'était à cause d'une publication sur Twitter... »*

Rayan
étudiant



Faites le ménage dans vos publications !
En cas de publication gênante par un autre utilisateur, signalez le contenu au réseau social pour suppression par la CNIL.

Souvenez-vous que ce qui est posté en « public » est visible par tout le monde. Vous avez la main sur toutes vos publications !

Maitrisez votre e-réputation !

Ne diffusez pas d'informations personnelles ou de propos qui pourraient vous nuire ou nuire à autrui.

À qui avons-nous affaire ?

*« Sur Instagram, mon fils discute régulièrement avec des personnes qu'il n'a jamais rencontrées.
Je suis inquiète pour sa sécurité. »*

Sarah
maman



Discutez avec votre enfant des risques qu'il peut rencontrer en ligne.
Une personne mal intentionnée peut se cacher derrière n'importe quel profil.

Vous pouvez inciter votre enfant à utiliser un pseudonyme.
Cela ne l'empêchera pas d'échanger avec ses amis !

Prenez le temps de vérifier avec lui les paramètres de confidentialité de son compte Instagram.

Rappelez à votre enfant de ne jamais partager d'informations personnelles (âge, adresse, numéro de téléphone) et de faire preuve de discernement.

Précieux mot de passe…

« J'ai créé la page Facebook de l'association depuis mon compte personnel. J'ai donné mon mot de passe à d'autres membres, et depuis je n'ai plus accès à mon compte. »

Camille
bénévole



Si vous vous souvenez d'un ancien mot de passe, vous pouvez essayer de récupérer l'accès à votre compte Facebook.

Vous pouvez désigner d'autres membres de l'association comme administrateurs de la page : ils pourront se connecter à partir de leur propre compte.

Un mot de passe est avant tout confidentiel et personnel !