Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

MINISTERE DE L'INTERIEUR,
DE L'OUTRE-MER
ET DES COLLECTIVITES
TERRITORIALES

Seniors, pour votre sécurité, ayez **les bons réflexes !**



LES SENIORS ÉTANT TROP SOUVENT LES VICTIMES DE LA LÂCHETÉ ET DE LA RUSE DE CERTAINS AGRESSEURS, CETTE BROCHURE A ÉTÉ CRÉÉE POUR VOUS APPORTER QUELQUES CONSEILS PRATIQUES.

DES RÈGLES SIMPLES DE VIE EN SOCIÉTÉ PERMETTENT DE SE PRÉMUNIR CONTRE LES ACTES MALVEILLANTS.

LES COLLECTIVITÉS LOCALES, LES PARTENAIRES ASSOCIATIFS MAIS AUSSI LES POLICIERS ET LES GENDARMES SONT VOS INTERLOCUTEURS PRIVILÉGIÉS. N'HÉSITEZ PAS À LEUR FAIRE PART DES SITUATIONS QUI VOUS SEMBLENT INHABITUELLES. ILS SONT LÀ POUR VOUS ÉCOUTER, VOUS CONSEILLER ET VOUS AIDER.

L'ISOLEMENT EST UN FACTEUR D'INSÉCURITÉ. ADHÉREZ À LA VIE LOCALE ET ASSOCIATIVE DE VOTRE COMMUNE. RENCONTREZ D'AUTRES PERSONNES SUSCEPTIBLES DE VOUS ASSISTER DANS VOS DÉMARCHES QUOTIDIENNES.

Les bons gestes lorsque vous êtes chez vous

DES GESTES SIMPLES

Garder le contact avec des personnes qui pourraient vous aider en cas de difficulté est important :

- pensez à garder à proximité de votre téléphone les numéros d'appel utiles ; vous pouvez également les mémoriser dans votre téléphone ;
- la nuit, un téléphone installé près de votre lit vous évitera des déplacements inutiles (gardez à votre portée une lampe de poche) ;
- il existe des sociétés de téléassistance, n'hésitez pas à faire appel à leurs services pour vous aider.

Signalez au commissariat de police ou à la brigade de gendarmerie tout fait suspect pouvant laisser présager la préparation ou la commission d'un cambriolage.

SE PROTÉGER DES CAMBRIOLAGES

La dissuasion des cambrioleurs commence par une bonne protection de votre domicile :

- équipez votre porte d'un système de fermeture fiable, d'un viseur optique, d'un entrebâilleur ;
- installez des équipements techniques adaptés (volets, grilles, éclairage automatique intérieur/extérieur, alarmes ou protection électronique…). Demandez conseil à un spécialiste ;
- changez les serrures lorsque vous emménagez ou lorsque vous perdez vos clés.



Utilisez efficacement les équipements de protection :

- la porte d'entrée est utile si elle est fermée à double tour, même lorsque vous êtes chez vous ;
- ne laissez pas une clé sur la serrure intérieure d'une porte vitrée ;
- de nuit, en période estivale, évitez de laisser les fenêtres ouvertes, surtout si elles sont accessibles depuis la voie publique ;
- ne laissez jamais vos clés sous le paillasson, dans la boîte à lettres, dans le pot de fleurs… confiez-les à une personne de confiance ;
- ne laissez pas traîner dans le jardin une échelle, des outils, un échafaudage…

L'absence de renseignements handicape les malfaiteurs :

- n'inscrivez pas vos nom et adresse sur votre trousseau de clés ;
- sur votre boîte à lettres ou votre porte, ne précisez que votre nom sans faire mention du prénom. De même, il n'est pas utile de préciser les mentions «veuf» pour les hommes, «madame», «mademoiselle» ou «veuve» pour les femmes.

Placez en lieu sûr et éloigné des accès, vos bijoux, carte bancaire, sac à main, clés de voiture et ne laissez pas d'objets de valeur qui soient visibles à travers les fenêtres. Attention, les piles de linge sont les cachettes les plus connues ! Photographiez vos objets de valeur pour faciliter les recherches. Notez le numéro de série et la référence des matériels, conservez vos factures ou expertises pour les objets de très grande valeur.

EN CAS D'ABSENCE DURABLE

- Avisez vos voisins ou le gardien de votre résidence.
- Faites suivre votre courrier ou faites-le relever par une personne de confiance : une boîte à lettres débordant de plis révèle une longue absence.
- Votre domicile doit paraître habité, demandez que l'on ouvre régulièrement les volets le matin.
- Créez l'illusion d'une présence, à l'aide d'un programmateur pour la lumière, la télévision, la radio…
- Ne laissez pas de message sur votre répondeur téléphonique qui indiquerait la durée de votre absence. Transférez vos appels sur votre téléphone portable ou une autre ligne.
- Dans le cadre des opérations «Tranquillité vacances» organisées durant les vacances scolaires, signalez votre absence au commissariat de police ou à la brigade de gendarmerie ; des patrouilles seront organisées pour surveiller votre domicile.

EN CAS DE CAMBRIOLAGE

- Ne touchez à rien !
- De chez un voisin, prévenez immédiatement par téléphone le commissariat de police ou la brigade de gendarmerie.
- Si les cambrioleurs sont encore sur place, ne prenez pas de risques inconsidérés ; privilégiez le recueil d'éléments d'identification (véhicule, langage, vêtements…).
- Avant l'arrivée de la police ou de la gendarmerie, protégez les traces et indices à l'intérieur comme à l'extérieur :
  - ne touchez à aucun objet, porte ou fenêtre ;
  - interdisez l'accès des lieux à toute personne, sauf en cas de nécessité.
- Déposez plainte au commissariat ou à la brigade de votre choix. Munissez-vous d'une pièce d'identité.
- Faites opposition auprès de votre banque pour vos chéquiers et cartes de crédit dérobés.
- Déclarez le vol à votre assureur.

SOLLICITEZ L'AIDE DES FORCES DE L'ORDRE

SE PRÉMUNIR CONTRE LE VOL À LA FAUSSE QUALITÉ

- Si une personne se présente à l'interphone ou frappe à votre porte, utilisez le viseur optique et l'entrebâilleur.
- Soyez vigilant lorsque des employés du gaz, de l'électricité, de la poste, des opérateurs pour des lignes internet ou téléphoniques, des policiers ou gendarmes se présentent chez vous. Même si la personne est en uniforme, demandez-lui de présenter une carte professionnelle, un ordre de mission ou un justificatif d'intervention. Si vous avez un doute, ne la laissez pas entrer.
- Vous pouvez lui proposer un autre rendez-vous afin de vous laisser le temps de procéder aux vérifications nécessaires.
- Si vous effectuez un contre-appel, utilisez les numéros de téléphone que vous avez en votre possession (figurant généralement sur les avis d'échéance et les factures) et non pas ceux donnés par la personne qui se présente ou vous appelle.
- Si vous faites entrer une personne chez vous, essayez de solliciter la présence d'un voisin. Accompagnez-la dans tous ses déplacements à l'intérieur de votre domicile.
- Ne divulguez en aucun cas l'endroit où vous cachez vos bijoux, votre argent ou tout autre objet de valeur.
- Ne vous laissez pas abuser en signant un papier dont le sens ou la portée ne vous semblent pas clairs. Sachez que pour tout démarchage à domicile, vous disposez d'un délai de rétractation de 7 jours.



Opération « Tranquillité seniors »

DANS LE CADRE DES OPÉRATIONS «TRANQUILLITÉ SENIORS», LES COLLECTIVITÉS LOCALES, LES PARTENAIRES ASSOCIATIFS MAIS AUSSI LES POLICIERS ET LES GENDARMES SONT LÀ POUR VOUS AIDER. DES PATROUILLES SERONT ORGANISÉES LORSQUE LES CIRCONSTANCES LE JUSTIFIERONT. ELLES POURRONT ÊTRE EFFECTUÉES PAR DES POLICIERS OU DES GENDARMES EN ACTIVITÉ, DES RÉSERVISTES OU ENCORE DES CITOYENS VOLONTAIRES.

INFO ESCROQUERIES 0811 020 217

LES DANGERS D'INTERNET

- Protégez votre ordinateur en installant un logiciel antivirus, un logiciel anti-espion, un pare-feu, régulièrement mis à jour.
- Réalisez vos achats uniquement sur les sites de confiance, dont l'adresse au moment de la transaction commence par « https ».
- L'apparition d'icones en bas du navigateur (cadenas et clés) est un gage de sécurité.
- Ne répondez jamais à un courriel d'un établissement bancaire vous demandant les identifiants de connexion de votre compte en ligne, vos coordonnées bancaires.
- Si vous avez un doute sur la provenance d'un courriel, ne l'ouvrez pas.
- Si vous êtes victime d'une escroquerie sur internet : signalez-le en priorité à votre banque, puis déposez plainte à votre commissariat de police ou à votre brigade de gendarmerie.



Pour signaler un courriel ou un site internet d'escroqueries : www.internet-signalement.gouv.fr

Les bons gestes lorsque vous sortez de chez vous

LE VOL DE VOTRE TÉLÉPHONE PORTABLE

- Soyez vigilant lorsque vous utilisez votre téléphone dans un lieu public.
- Ne le prêtez pas à un inconnu.
- En cas de vol, portez plainte. N'oubliez pas de vous munir du numéro d'identification de votre téléphone (code IMEI à 15 chiffres). Avisez immédiatement votre opérateur de téléphonie qui suspendra votre ligne.
- Transmettez la plainte à votre opérateur qui bloquera l'utilisation de votre téléphone grâce au code IMEI.

LES PICKPOCKETS ET LE VOL À L'ARRACHÉ DU SAC À MAIN

- Faites vous accompagner par un parent ou un ami lorsque vous allez percevoir votre pension ou tout autre revenu et dissimulez aussitôt vos espèces.
- Ne transportez pas sur vous d'importantes sommes d'argent et n'arborez pas de bijoux trop voyants. Les valeurs que vous détenez seront mieux protégées dans les poches intérieures munies de fermetures que dans les poches latérales ou arrière de vos vêtements.
- Marchez toujours face aux voitures, hors des zones d'ombre et plus près du mur que de la route, en tenant votre sac du côté opposé à la chaussée. Portez-le fermé et en bandoulière plutôt qu'à la main.
- Si un individu vous suit, n'hésitez pas à vous rapprocher des autres passants ou à entrer dans un lieu animé. En cas d'agression, criez au secours.



- Soyez particulièrement vigilant en cas de mouvement de foule (heure de pointe, entrée et sortie de grands magasins, *etc*.), moments d'action privilégiés par les pick-pockets.
- Méfiez-vous des deux roues qui empruntent le trottoir et dont le passager arrière pourrait avoir des intentions malveillantes.

LE VOL AU DISTRIBUTEUR DE BILLETS

- Dans la mesure du possible, retirez votre argent au guichet de votre banque.
- Si vous utilisez un distributeur automatique de billets, ne vous laissez pas distraire par un ou plusieurs individus qui attendent derrière vous.
- Ne laissez jamais votre code secret près de votre carte bancaire ou dans votre portefeuille. Récupérez vos tickets de retrait et d'achat.
- En cas de difficulté avec un distributeur, méfiez-vous des personnes vous proposant leur aide. Ne reformulez jamais votre code secret devant elles et surtout ne leur donnez pas ce code. Celui-ci vous est personnel et confidentiel.
- Si votre carte est « avalée » par le distributeur, patientez quelques instants pour être sûr qu'elle ne ressorte pas, puis, signalez-le immédiatement à votre établissement bancaire. Conservez sur vous le numéro de téléphone du centre d'opposition des cartes bancaires.

EN CAS D'AGRESSION

- N'opposez aucune résistance, votre vie est plus précieuse que vos biens.
- Si un agresseur tente d'arracher votre sac, ne résistez pas, surtout si ce dernier est à scooter ou à rollers, vous risqueriez d'être traîné au sol et gravement blessé.
- Appelez au secours en criant aussi fort que vous le pouvez. Si vous disposez d'un sifflet, n'hésitez pas à l'utiliser ; il attirera plus facilement l'attention des passants.
- Notez le signalement de votre agresseur : âge apparent, taille, corpulence, couleur de la peau, couleur et coupe de cheveux, signes particuliers, tenue vestimentaire.
- Si vous le pouvez, relevez les caractéristiques du véhicule utilisé (couleur, type, marque, numéro d'immatriculation), direction de fuite, *etc*.
- Alertez immédiatement la police ou la gendarmerie en composant le 17 ou le 112.
- Déposer plainte est un droit. C'est aussi un devoir qui permet aux professionnels de la police et de la gendarmerie de connaître un fait sanctionné par le Code pénal. Ils pourront ainsi en rechercher les auteurs qui seront déférés à la justice.





Les bons gestes lorsque vous vous déplacez





PIÉTON

- Empruntez les passages piétons. Traversez lorsque le feu est au rouge pour les automobilistes, et au vert pour les piétons ; regardez à votre gauche puis à votre droite.
- Traversez lorsque vous vous êtes assuré que la voie est libre. Marchez sans hésitation, ni précipitation. Le cas échéant, attirez l'attention en levant un bras, un parapluie ou tout autre objet.
- Ne vous engagez pas derrière un obstacle qui masque la vue. Soyez particulièrement vigilant avec les camions, les poids lourds, les vélos ou cyclomoteurs ; le conducteur peut manquer de visibilité et ne pas vous voir quand vous traversez.
- N'hésitez jamais à demander l'assistance d'un passant, d'un policier ou d'un gendarme pour traverser.
- Méfiez-vous des autobus qui roulent dans les couloirs aménagés à contresens de la circulation.
- Attention aux tramways. Pour traverser une voie, redoublez de vigilance, le feu rouge clignotant signale l'arrivée d'une rame dans un sens comme dans l'autre.
- La nuit, équipez-vous d'un gilet réfléchissant.



AUTOMOBILISTE

- Sachez adapter votre conduite à votre âge : faites vérifier régulièrement votre vue, votre ouïe et vos reflexes.
- Attention aux médicaments qui peuvent entraîner une baisse de vigilance (les médicaments concernés portent un pictogramme désignant le risque pour la conduite : voir ci-contre).
- Effectuez un stage de sensibilisation et de remise à niveau afin de vous mettre à jour avec la signalisation et le code de la route.
- Optez pour une voiture avec une direction assistée et une boîte de vitesses automatique.
- Évitez les carrefours trop complexes, les heures de pointe et la conduite de nuit.





© Bruno Bernier - Fotolia.com

Numéros utiles

Numéro d'urgence : 112
Police / Gendarmerie : 17
Pompiers : 18
SAMUS : 15
Mon commissariat de police :.....
Ma brigade de gendarmerie : .....
Mon médecin : .....
Ma mairie : .....
Mon gardien d'immeuble :.....
Mes voisins : .....
Carte de crédit perdue ou volée :
0 892 705 705
Opposition chéquier : 0 892 683 208
Info escroqueries : 0 811 020 217
Téléphone portable perdu ou volé :
SFR 10 23
Orange 0 800 100 740
Bouygues Telecom 0 800 29 10 00



www.interieur.gouv.fr

En cas d'urgence, composez le 17 ou le 112

Les coordonnées de votre commissariat de police
ou de votre brigade de gendarmerie :