Fiche participant — Atelier smartphone : reprendre les clés V1.1

20 nov, 2026 · @Gabriel

Votre téléphone est une maison : chaque application est un invité à qui vous prêtez des clés.
Cochez au fur et à mesure.
Tout est réversible ;
si un menu n'a pas exactement ce nom, tapez-le dans la loupe des Paramètres ou des Réglages.

Les cinq gestes

Geste	Android	iPhone
1. Autorisations	Paramètres › Sécurité et confidentialité › Confidentialité › Gestionnaire d'autorisations	Réglages › Confidentialité et sécurité
2. Localisation	Paramètres › Localisation › Autorisations des applications	Réglages › Confidentialité et sécurité › Service de localisation
3. Suivi publicitaire	Paramètres › Confidentialité (ou Google) › Annonces › Supprimer l'identifiant publicitaire	Réglages › Confidentialité et sécurité › Suivi : désactiver
4. Ménage	Appui long sur l'icône › Désinstaller ; application Exodus Privacy	Appui long sur l'icône › Supprimer l'app ; Rapport de confidentialité des apps
5. Verrouillage	Paramètres › Sécurité › Verrouillage de l'écran	Réglages › Face ID (ou Touch ID) et code

La question à se poser pour chaque autorisation : cette application en a-t-elle vraiment besoin pour me rendre service ?
Non → Refuser.
Parfois → Seulement pendant l'utilisation.
Doute → Demander à chaque fois.

Ce que j'ai fait ce soir :

- ☐ Micro et appareil photo revus
- ☐ Contacts et photos revus (accès limité pour les photos)
- ☐ Localisation « seulement pendant l'utilisation », ou jamais
- ☐ Position approximative pour la météo et les actualités
- ☐ Identifiant publicitaire supprimé (Android) ou suivi refusé (iPhone)
- ☐ Publicités personnalisées et statistiques désactivées
- ☐ Cinq applications inutiles désinstallées
- ☐ Code de 6 chiffres et verrouillage automatique après 1 minute

- ☐ Contenu des notifications masqué sur l'écran verrouillé
- ☐ Mises à jour lancées

À faire chez soi

- ☐ Copier ses photos sur un ordinateur ou un disque, pas seulement dans le cloud (fiches N°19d / 19e, N°29)
- ☐ Choisir une personne de confiance qui connaîtra le code du téléphone
- ☐ Finir les mises à jour sur le Wi-Fi
- ☐ Sur iPhone : revenir dans une semaine au Rapport de confidentialité des apps

Pour aller plus loin, fiches gratuites du guide utiles au téléphone :

Thème	Fiches
Ce soir, en détail	N°52 confidentialité du téléphone · N°19d / 19e sauvegarde Android / iPhone · N°51 héritage numérique
Outil d'autonomie	N°24 cartes hors connexion (Organic Maps, Magic Earth) · N°49 messages sans réseau (Meshtastic) · N°29 photos vers l'ordinateur sans cloud (Syncthing)
Sécuriser	N°16 gestionnaire de mots de passe · N°18 double authentification · N°6 DNS · N°47 arnaques par SMS
Naviguer	N°2 navigateur mobile · N°17 moteur de recherche · N°14a liens partagés · N°42 applications sans compte Google
Communiquer	N°15 messageries sans numéro · N°96 groupe sur Session · N°10 e-mail éthique · N°22 Mastodon
Libérer ses données	N°9 synchronisation cloud · N°95 remplacer Dropbox · N°50 récupérer ses données · N°53 IA · N°3 YouTube sans publicité
Sans rien installer	N°46 les 20 gestes de base

Un faux SMS (colis, amende, compte bloqué) ?
Ne cliquez pas, allez vous-même sur le site officiel, et signalez le message au 33700 (fiche N°47).

Le guide : guide.gabriel-ananda.org — licence libre CC BY-SA, à partager et adapter en citant la source.

> *« L'objectif n'est pas la perfection, c'est la progression. »*