

## Évitez de vous isoler

- La solitude est un facteur qui augmente votre insécurité. Participez à la vie associative et créez autour de vous un groupe de personnes susceptibles de vous assister au quotidien.
- Les personnes les plus dépendantes peuvent avoir recours à une société de télésurveillance.
- Lorsqu'une situation vous semble inhabituelle, n'hésitez pas à contacter votre mairie, la police municipale ou les forces de l'ordre. Elles sont là pour vous aider et vous conseiller.

## Si vous êtes victime

- N'opposez aucune résistance, votre vie est plus précieuse que vos biens
- En cas d'agression, criez pour attirer l'attention des autres passants.
- Tentez de mémoriser le maximum de détails sur votre agresseur et contactez au plus vite les services de police ou gendarmerie

## Numéros utiles

Police / Gendarmerie : 17

Pompiers : 18

SAMU : 15



Groupement de Gendarmerie  
Départementale  
des Hautes-Pyrénées

## Séniors

### Comment se prémunir contre la délinquance

Les seniors peuvent être exposés aux agissements des délinquants, qui agissent le plus souvent par ruse. Il convient donc d'être vigilant et de respecter quelques conseils



## Les gestes de prudence

- Fermez à clé votre maison même lorsque vous êtes à l'intérieur. Ne laissez jamais la clé dans la serrure d'une porte vitrée.
- De nuit, évitez de laisser les fenêtres ouvertes surtout si elles donnent directement sur la rue.
- En cas d'absence, ne laissez jamais vos clés sous le paillason ou sous un pot de fleurs.
- N'inscrivez que votre nom sur la boîtes aux lettres, évitez les termes "veuf, veuve, madame, mademoiselle".
- En journée, même si vous êtes dans votre jardin ou autre, ne laissez pas de portes ou de fenêtres accessible ouvertes

## Une visite à votre domicile ....

- Si vous ne connaissez pas la personne qui se présente, n'ouvrez pas votre porte.
- Si votre visiteur se déclare comme agent du gaz, EDF, police, gendarmerie, demandez lui sa carte professionnelle. Ne laissez jamais la personne seule dans la maison.
- Ne vous laissez pas attendrir par des propos qui n'auront que pour but de détourner votre vigilance.
- Ne jamais donner d'argent à un inconnu ou laisser la porte ouverte pour aller en chercher.

## Vos déplacements à l'extérieur

- N'apposez pas de mot d'absence sur votre porte, et ne donnez pas l'information sur les réseaux sociaux ou sur le répondeur de votre domicile.
- Ne transportez pas d'importantes sommes d'argent ou de bijoux trop voyants.
- Lors de retrait d'argent, ne laissez jamais une personne s'approcher ou vous regarder faire votre code.
- Si vous avez le sentiment d'être suivi, entrez dans un lieu animé.
- Lorsque vous vous déplacez à pied, évitez les lieux isolés et sombres. Marchez avec votre sac fermé et tenu en bandoulière du côté opposé à la chaussée.

## Les arnaques sur internet

- Ne communiquez jamais vos mots de passe.
- Ne jamais répondre à un courriel d'établissement bancaire vous demandant vos numéros de carte bancaire ou vos identifiants bancaire.
- Méfiez vous des sites de rencontre.
- N'envoyez jamais d'argent par internet à une personne se faisant passer pour une de vos connaissances. Assurez vous de l'identité de votre interlocuteur.
- N'ouvrez pas les pièces jointes de messages trop attractifs