Échantillon / A07

Configurer le téléphone d'une personne âgée

Gratuit : deux des huit tâches, complètes

Pour qui va préparer l'iPhone ou l'Android d'un père, d'une mère, d'un grand-parent ou d'un autre proche âgé, en sa présence. Chaque tâche donne les noms des boutons que vous verrez à l'écran et un moyen de vérifier que tout fonctionne.

Le téléphone de la personne, chargé et connecté au Wi-Fi, et la personne elle-même. Le code de déverrouillage et l'accès à son compte Apple ou à son compte Google, qu'elle saisit elle-même. Son numéro de mobile actif, pour WhatsApp. Du temps, sans se presser, de préférence en deux séances, et la feuille d'exercices imprimée.

Inclus dans le guide complet

01 Avant de commencer : ce que la personne veut et ses comptes
02 Texte plus grand et un écran plus simple (dans cet échantillon)
03 Appels : contacts, favoris et audition
04 Urgences : SOS, fiche médicale et contacts (dans cet échantillon)
05 WhatsApp et appels vidéo avec la famille
06 Sécurité : code, mises à jour et arnaques
07 Aide à distance, avec consentement
08 Essai et passage de relais

Les noms des boutons suivent les pages officielles en français, consultées en novembre 2026 : sur iPhone, iOS 27 (pour Accès d'aide, iOS 26, la version la plus récente du guide) ; chez Samsung, une page France de 2022 et, pour le SOS d'urgence, une page de Samsung Suisse de 2023. Ils peuvent changer selon le modèle, la marque et la version du système ; si vous n'en trouvez pas un, utilisez la recherche des Réglages ou des Paramètres, ou ouvrez la source officielle indiquée dans la tâche.

Tâche 02

Texte plus grand et un écran plus simple

Régler ce qui s'affiche et sa taille, jusqu'à ce que la personne lise sans effort.

01 iPhone : Réglages, « Apparence », « Taille du texte », puis faites glisser le curseur. Dans « Apparence », activez aussi « Texte en gras ». Si ce n'est pas assez, dans « Zoom de l'écran », choisissez « Police plus grande » puis « Utiliser Agrandi » : tout s'agrandit, pas seulement le texte. D'autres options se trouvent dans « Accessibilité », « Affichage et taille du texte ».

02 Android : ouvrez Paramètres et recherchez « Taille de la police » ; déplacez le curseur. Faites de même avec « Taille d'affichage », qui agrandit le reste de l'écran. Dans « Accessibilité », « Taille d'affichage et texte », activez « Texte en gras ».

03 Rangez ensemble l'écran d'accueil : ne laissez en vue que les apps de la liste de la tâche 01 et placez les autres dans un dossier ou sur une autre page. Demandez-lui toujours avant de déplacer une app qu'elle sait déjà trouver.

04 Si la personne a des troubles cognitifs et que l'iPhone habituel la déroute, il existe Accès d'aide : une interface à part, avec des éléments plus grands et seulement les apps choisies ensemble. Le chemin : Réglages, « Accessibilité », « Accès d'aide », « Configurer l'accès d'aide » ; un code propre est demandé. Pour quitter, appuyez trois fois sur le bouton latéral (ou le bouton principal), touchez « Quitter l'accès d'aide » et saisissez ce code.

Confirmez le résultat

La personne lit un message et le nom d'un contact sans approcher le téléphone de son visage et trouve seule les apps de la liste.

Si quelque chose ne se passe pas comme prévu

Certaines apps n'utilisent pas la taille de police du système. Accès d'aide se décide avec la personne, pas à sa place. Créez le compte Apple de récupération que propose la configuration : sans lui, en cas d'oubli du code Accès d'aide, il faut réinitialiser l'iPhone.

Apple : ajuster les réglages du texte et de l'affichage de l'iPhone · Google : modifier les paramètres du texte et de l'affichage · Apple : configurer « Accès d'aide » sur iPhone

Tâche 04

Urgences : SOS, fiche médicale et contacts

Préparer l'appel à l'aide et rendre visibles les informations utiles aux secours.

01 iPhone, fiche médicale : app Santé, touchez sa photo, « Fiche médicale », puis « Démarrer » ou « Modifier ». Ne remplissez que ce qu'elle veut partager. Sous « Contacts d'urgence », touchez « Ajouter un contact d'urgence ». Enfin, activez « Afficher en mode verrouillé ».

02 iPhone, SOS : expliquez-lui le geste sans l'essayer : maintenir enfoncés le bouton latéral et un bouton de volume jusqu'à la fin du compte à rebours. Dans Réglages, « Appel d'urgence », « Appel avec 5 appuis » est facultatif : décidez ensemble, car des appuis involontaires lancent aussi le compte à rebours. Après l'appel, l'iPhone envoie sa position par SMS aux contacts d'urgence, sauf si elle annule.

03 Android : sur un Galaxy, Paramètres, « Sécurité et urgences » : remplissez « Informations médicales » et « Contacts d'urgence », puis activez « Afficher sur l'écran de verrouillage ». Ailleurs, app Sécurité, « Vos infos » : idem, puis « Accès aux infos d'urgence », « Afficher si l'écran est verrouillé ». 5 appuis sur le bouton Marche/Arrêt : sur un Galaxy, « SOS d'urgence », parfois déjà activé ; ailleurs, « SOS Urgence », « Démarrer la configuration », puis « Appuyer de manière prolongée pour lancer les actions » (confirmation avant l'appel).

04 Téléphone verrouillé, montrez-lui ces informations : iPhone, « Urgence », « Fiche médicale » ; Galaxy, « Appel d'urgence », « Voir les informations médicales » ; autres Android, balayez vers le haut, « Urgence », « Afficher les informations d'urgence ». En France, comme dans toute l'UE, le numéro d'urgence est le 112.

Confirmez le résultat

La fiche médicale s'affiche écran verrouillé, il y a un contact d'urgence et elle sait dire, avec ses mots, comment demander de l'aide.

Si quelque chose ne se passe pas comme prévu

Ne testez pas en appelant le 112. Appel parti par erreur : ne raccrochez pas, attendez et dites que vous n'avez pas besoin d'aide. L'écran verrouillé montre ces informations à qui prend le téléphone. Sur Android, SOS Urgence ne fonctionne ni en mode Avion ni avec l'économiseur de batterie.

Apple : configurer et consulter une fiche médicale · Apple : utiliser SOS pour contacter les secours · Samsung : utiliser l'appareil Galaxy en cas d'urgence · Google : obtenir de l'aide en cas d'urgence avec un téléphone Android

Dans le kit complet

Cet échantillon contient 2 des 8 tâches. Les 6 autres préparent les comptes, les appels, WhatsApp, la sécurité et l'aide à distance, et se terminent par un essai fait par la personne :

01 Avant de commencer : ce que la personne veut et ses comptes

Les questions qui viennent avant les réglages, le compte qui doit être le sien et que faire du code de déverrouillage.

03 Appels : contacts, favoris et audition

Des contacts aux noms clairs, les favoris, les appareils auditifs reliés au téléphone et un essai pour décrocher.

05 WhatsApp et appels vidéo avec la famille

Installer et enregistrer WhatsApp, passer et recevoir le premier appel vidéo, et mettre les groupes en sourdine sans perdre le contact avec la famille.

06 Sécurité : code, mises à jour et arnaques

Un code qu'elle connaît, les mises à jour automatiques, la règle qui déjoue les arnaques et les contacts à enregistrer avant tout filtre.

07 Aide à distance, avec consentement

Le téléphone perdu que l'on retrouve, la position partagée seulement avec son accord et le partage d'écran qui vous permet de guider à distance.

08 Essai et passage de relais

Un essai où elle fait tout, la feuille imprimée, les rappels de médicaments et ce qu'il faut revoir une semaine plus tard.

Kit complet : 4,90 €, TVA incluse. Inclut le guide, la liste de vérification et la feuille d'exercices, avec version éditable dans le navigateur.

https://ioutlet.fr/ressources-numeriques/telephone-senior/