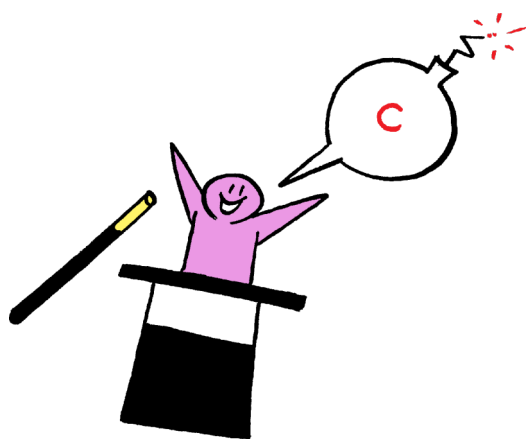


# Comment se protéger (un peu) du complotisme ?

Tout le monde peut croire à des idées complotistes... C'est plus facile pour notre cerveau. Pendant le confinement, les gens ont passé beaucoup de temps sur internet, pour essayer de comprendre cette catastrophe qui nous arrive. Avec la peur, l'émotion, il est parfois difficile de faire le tri dans les informations... Voilà quelques conseils pour éviter les plus gros pièges. Mais attention, il y en a d'autres...



## Une solution magique... attention !

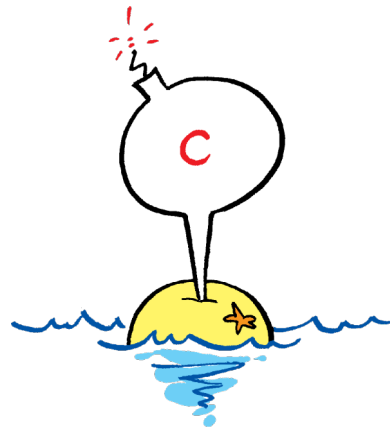
Si on vous promet quelque chose d'incroyable : « Ce régime va vous faire perdre du poids en 2 jours », « Boire de l'eau toutes les 15 minutes va vous protéger du COVID », c'est sûrement faux !

Demandez-vous pourquoi personne n'a trouvé cette solution avant.

---

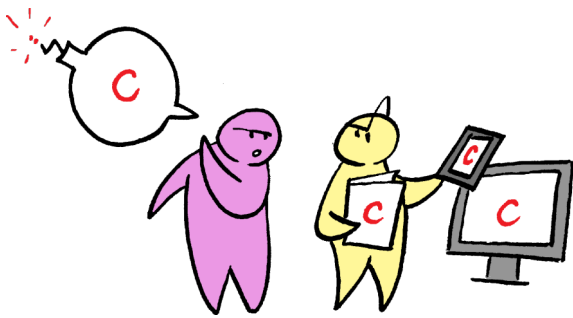
## Une information seulement sur un site

Si une explication existe seulement sur un site... et que vous ne la trouvez pas ailleurs en faisant des recherches, c'est étrange ! Si elle était vraie, des médias en parleraient.



## On va vous dire la vérité

Attention aux vidéos qui vous disent : « Je vais vous dire la vérité »... Les complotistes se filment souvent, regardant la caméra pour donner l'impression qu'ils parlent directement à la personne... et annoncent : « On vous ment »... Ils expliquent aussi comment penser en déclarant ce qui est bien ou mal, mais la réalité est souvent plus compliquée.



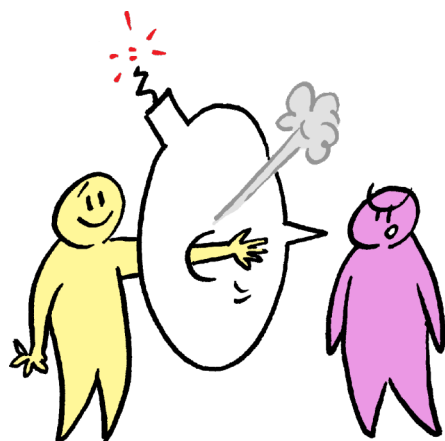
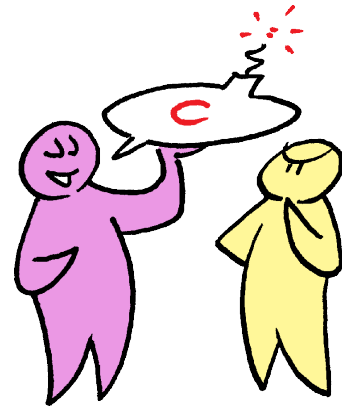
## Les secrets que tout le monde connaît

Selon les complotistes, ils ont une information secrète, sur des choses secrètes que des gens veulent garder secrètes. Oui, mais... ces informations sont partout sur internet !

---

## Des explications trop simples

Nous vivons dans un monde compliqué... Nous n'avons pas toutes les informations pour le comprendre. Si on vous donne des explications simples à tous les problèmes, qui vous permettent de tout comprendre... c'est étrange !



---

## Si un proche est complotiste...

Il est très difficile de sortir de cette façon de voir le monde, d'accepter que ce qu'on croyait savoir est faux. Dire à une personne complotiste « *ce n'est pas vrai, c'est n'importe quoi* », cela ne marche pas. Beaucoup de complotistes ont perdu des amis à cause de leurs croyances. L'important est de rester en relation, pour pouvoir les accompagner quand ils doutent et être là s'ils ont besoin.

---

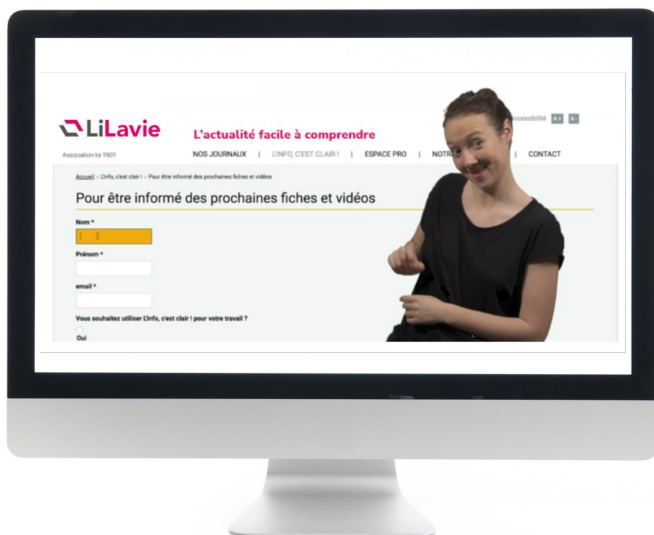
## S'interroger sur l'information

Se protéger du complotisme demande des efforts... Tout n'est pas toujours faux...

Par exemple, une partie des complotistes critique le gouvernement qui a déclaré que les Français n'avaient pas besoin de masques, puis qui a obligé tout le monde à en porter... C'était un mensonge et une erreur, mais il n'est pas possible de dire, comme le font certains complotistes, que le masque est dangereux, que les personnes qui le portent sont des moutons qui obéissent au gouvernement. Le masque n'est pas dangereux et il sauve des vies.

Faire la différence entre le vrai et le faux est compliqué. Il faut se poser les bonnes questions : d'où vient l'information ? Qui la partage ? Est-ce qu'elle a été partagée par d'autres ? Si oui, par qui ? Est-ce une personne ou un site sûrs ? Ces faits ont-ils été vérifiés ? Quelles sont les autres explications possibles ?





Retrouvez ce dossier en langue  
des signes et en version audio  
sur notre site internet :

[www.lilavie.fr](http://www.lilavie.fr)

Pour aider à mieux comprendre l'actualité,  
**découvrez nos journaux en français simplifié !**

Journaux envoyés 2 fois par semaine, par mail.

 **ViteLu** Sourds

Pour les **personnes sourdes**

 **ViteLu** Lilas

Pour les adultes en  
**situation de handicap mental**

 **ViteLu** Nymphéa

Pour les personnes en **apprentissage  
du français**, en difficulté avec l'écrit...

 **ViteLu** Séquoia

Pour les **personnes âgées**, en EHPAD,  
en résidence autonomie, à domicile...

Essayez nos journaux, pendant 3 semaines  
**gratuitement et sans engagement !**

[www.lilavie.fr](http://www.lilavie.fr)

Avec le soutien de la  
fondation  
 **free**

 **LiLavie**

69 rue du Pont de Mayenne - 53000 LAVAL  
Tél : 02 43 53 18 34 - Mail : asso.lilavie@orange.fr  
Site : [www.lilavie.fr](http://www.lilavie.fr)

Directrice de publication : A. Jeanneau  
Illustrateur : Domas