

Samtalestarter

Materialepakke

Sådan starter du samtaler i dine eksisterende fællesskaber

Materialepakken hjælper dig med at skabe en tryg ramme, hvor man i fællesskab kan blive klogere på digital svindel, dele erfaringer, starte samtaler og udføre konkrete forebyggende handlinger.

Denne materialepakke er en hjælp til at **starte samtaler i et eksisterende fællesskab**

Tak fordi du har valgt at blive samtalestarter i Sammen mod svindel.

Denne pakke hjælper dig med at **starte samtaler i dine eksisterende fællesskaber.**

Det handler om at afklare, hvor du vil starte samtalen, med hvem og hvordan.
Måske er det på et fast mødetidspunkt i den forening, hvor du er frivillig, at du kan sætte digital svindel på dagsordenen. Måske er det et perfekt tema at tage op med venner og familie. Eller måske skal du blot have et par samtalekort med til den næste sammenkomst i dit frivillige fællesskab.

Du skal ikke være IT-ekspert eller kende alle de tekniske begreber. Din rolle som samtalestarter er at guide samtalen på vej, dele råd og vejledning og være med til at bryde det tabu, som kan være forbundet med digital svindel.

Svindlernes metoder ændrer sig hurtigt. Derfor ligger alle guides online, hvor du altid kan downloade den nyeste version.

www.tryghed.dk/botrygt/sammen-mod-svindel

Indhold

Problemet: digital svindel **s. 2**

Processen **s. 3**

Gode råd til at starte samtalen **2. 4**

Tjekliste **s. 6**

Botrygt

Problemet: kort om digital svindel

Sidste år blev tre ud af fire danskere udsat for forsøg på digital svindel. Alle kan blive ramt. Svindel er ofte svært at gennemskue, og når det lykkes, rammer det både privatøkonomien og vores grundlæggende tryghed.

Selvom de fleste af os er enige om, at vi må tage et fælles ansvar, er der noget, som holder os tilbage. Over halvdelen af os taler nemlig aldrig eller meget sjældent om digital sikkerhed.

Derfor er det afgørende, at vi bryder tavsheden.
Når vi taler åbent om svindel og deler vores erfaringer, opbygger vi sammen et stærkere forsvar.

Husk, at du ikke skal være ekspert i digital svindel, men at du kan bruge disse informationer, hvis folk i dine fællesskaber spørger ind til problemet.



3 ud af 4

af os har inden for det seneste år oplevet et forsøg på digital svindel.

Undersøgelse af Forbrugerrådet Tænk og TrygFonden 2025



83%

af os mener, at vi har et fælles ansvar for at hjælpe hinanden med at undgå digital svindel.

Undersøgelse af Forbrugerrådet Tænk og TrygFonden 2025



54%

af os taler aldrig eller kun sjældent om digital sikkerhed og svindel

Undersøgelse af Forbrugerrådet Tænk og TrygFonden 2025

Bo trygt

Inviter



Du kan starte samtaler ved køkkenbordet, i din ugentlige klub på det lokale aktivitetscenter eller i din forening.

Uanset hvor og hvornår kan du invitere til en samtale om digital svindel ved fx at bruge samtalekort. Desuden kan du invitere til, at I sammen gennemgår de fem simple guides, der klæder fællesskabet på mod digital svindel. Det fungerer bedst at have samtalerne i en gruppe af 5-8 personer.

Planlæg



Når du planlægger punktet på dagsordenen eller et helt møde, handler det om at skabe klarhed hos deltagerne inden I mødes.

Det er en god ide at informere fællesskabet om, hvad formålet er, og hvilke guides I skal igennem sammen.

Du kan tage udgangspunkt i én af de fem guides, når du planlægger. Her får de en forståelse af problemet, nogle gode samtaler om digital svindel samt en hjælp til at lave nogle handlinger sammen, som opbygger deres forsvar mod digital svindel.

Afhold og saml op

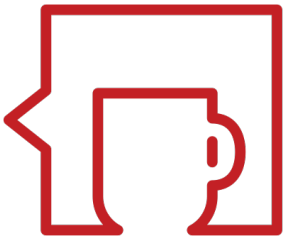


Det vigtigste er at åbne samtalen op, så alle føler sig inkluderede. Her kan du bruge de fire gode råd på næste side. Vær opmærksom på, at nogle er mindre trygge ved at dele åbent i en større gruppe. Inviter derfor til, at deltagerne kan snakke med hinanden eller dig, hvis de har brug for at dele mere personlige historier eller stille spørgsmål, de ikke var trygge ved i den store gruppe.

Hvis/når du ser nogle af dem, der deltog i dit møde igen, så spørg ind til, hvordan det går med at bruge det, I lærte sammen. Og om det evt. har startet samtaler med venner og familie. På den måde kan du sprede ringe i vandet og få flere mennesker til at forholde sig til, hvordan vi sikrer os mod digital svindel.

Bo trygt

Gode råd til at starte samtalen



Når du har inviteret til et møde, hvor du er samtalestarter, er det vigtigste, at du skaber et rum, hvor alle bliver inkluderede og har lyst til at styrke deres forsvar mod digital svindel sammen. Du skal ikke have alle de tekniske svar, men i stedet give deltagerne lyst og mod til at tale åbent sammen.

For at hjælpe dig godt på vej er her fire gode råd.

1

Vær tydelig omkring, hvad der skal ske og hvorfor

Fortæl kort, hvorfor I er samlet, og hvad formålet er. Gør det klart fra begyndelsen, at ingen skal til eksamen, og at målet er at dele erfaringer, gennemføre handlinger sammen og hjælpe hinanden. Sig for eksempel: *"I dag taler vi åbent om digital svindel. Vi er her for at lære af hinandens oplevelser i et trygt fællesskab."*

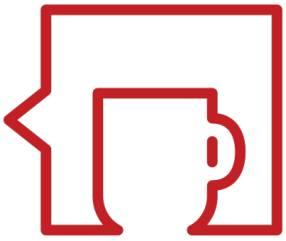
2

Brug guiden, så I lærer hinanden og hinandens erfaringer at kende

De fem guides er bygget op med spørgsmål, cases og quizzer, der gør det muligt at dele erfaringer med hinanden. Følg guiden, så I indleder med en kort runde, hvor alle byder ind på et let og genkendeligt spørgsmål. Det er for eksempel: *"Har du, eller nogen, du kender, oplevet at få misbrugt personlige oplysninger?"* Det bryder isen og viser hurtigt, at alle sidder med lignende erfaringer.

Bo trygt

Gode råd til at starte samtalen



3

Giv alle mulighed for at snakke og lad deltagerne tale selv

Planlæg et vejledende program uden helt faste tidsangivelser, så der er plads til, at samtalen får frit løb om de emner, der fylder mest for deltagerne. En god samtale tager den tid, gruppen har brug for, og det er vigtigere at dvæle ved en god pointe end at nå igennem alle spørgsmål.

Som samtalestarter skal du lytte mest og tale mindst. Brug åbne spørgsmål, der begynder med ord som *hvad*, *hvordan* eller *hvilke tanker*. Hvis samtalen går i stå, kan du spørge: *"Hvad gør du selv, hvis en mail virker lidt for god til at være sand?"* Giv plads til små pauser, så deltagerne når at tænke sig om.

4

Anerkend det, der bliver sagt og vær nysgerrig

Mange føler skyld eller skam, hvis de har været tæt på eller er blevet snydt. Mød altid deltagernes historier med opbakning og forståelse frem for løftede pegefingre. Vis aktiv lytning ved at nikke og opsummere: *"Det er en virkelig god pointe, du rejser der, for svindlerne bliver hele tiden mere udspekulerede."*

Bo trygt

Tjekliste

Har du:

- [ ] Inviteret og informeret om mødet
- [ ] Lavet et vejledende program til dig selv
- [ ] Bedt deltagerne om at medbringe deres telefon, tablet eller computer
- [ ] Printet de udvalgte guides til gennemgang
- [ ] Printet handlingsark til alle i gruppen

Samtalekort

Som supplement til de fem guides er her et sæt samtalekort om digital svindel. Kortene er tænkt som en hjælp til at starte samtalen med mennesker i dine lokale fællesskaber.



Bo trygt