

Fiche Pratique N°15 : Remplacez WhatsApp, Messenger et Telegram par Element, SimpleX ou Session (messaging sans numéro de téléphone et sans pistage) V1.0

Objectif : Remplacer WhatsApp, Facebook Messenger, Telegram, iMessage ou Signal par des messageries qui ne nécessitent **pas de numéro de téléphone**, respectent votre vie privée, chiffrent vos conversations et ne collectent pas vos métadonnées.

Public visé : Débutant à Intermédiaire

Temps estimé : 15 à 25 minutes

Niveau de difficulté : ★★☆☆☆ (Facile)

1. Pourquoi quitter WhatsApp, Messenger, Telegram et Signal ? (Le problème)

Service	Problème principal
WhatsApp	Appartient à Meta (Facebook). Collecte vos métadonnées (avec qui vous parlez, quand, pendant combien de temps). Numéro de téléphone obligatoire. Sauvegardes iCloud/Google Drive non chiffrées.
Facebook Messenger	Collecte massive de données. Pas de chiffrement de bout en bout par défaut. Numéro de téléphone ou compte Facebook requis.
Telegram	Chiffrement non activé par défaut (seuls les "chats secrets" sont chiffrés). Les messages normaux sont stockés en clair sur les serveurs. Numéro de téléphone obligatoire.
iMessage	Propriétaire, chiffré mais Apple peut techniquement y accéder. Verrouillé dans l'écosystème Apple. Numéro de téléphone ou email Apple requis.
Signal	Chiffrement excellent, mais numéro de téléphone obligatoire (problème majeur pour l'anonymat). Signal connaît votre numéro et votre opérateur téléphonique sait que vous utilisez Signal.

Fiche Pratique N°15 : Remplacez WhatsApp, Messenger et Telegram par Element, SimpleX ou Session (messageries sans numéro de téléphone et sans pistage) V1.0

Le risque : Vos conversations (ou au moins vos métadonnées) sont analysées, stockées sur des serveurs américains, et peuvent être exploitées à des fins publicitaires ou réquisitionnées par des autorités étrangères (Cloud Act).

Le bénéfice : Une messagerie où **personne ne peut lire vos messages** (pas même le fournisseur), qui ne connaît pas votre numéro de téléphone, et qui ne collecte aucune métadonnée (ou le minimum possible).

2. Les solutions recommandées (sans numéro de téléphone)

Solution	Identifiant requis	Chiffrement E2EE par défaut	Métadonnées protégées	Appels audio/vidéo	Idéal pour
Element (Matrix)	Email (ou compte sur serveur)	✓ Oui	✗ Non (visibles par l'admin serveur)	✓ (bêta)	Groupes, communautés, remplacement de Slack/WhatsApp
SimpleX	Aucun (pas même un identifiant aléatoire)	✓ Oui	✓ Oui (aucune donnée liée à une identité)	✓ Oui (vidéo en développement)	Anonymat maximal , conversations ultra-sensibles, résistance quantique
Session	Identifiant généré (chaîne de caractères)	✓ Oui	✓ Oui (réseau P2P onion)	✗ Non (prévu)	P2P, anonymat si SimpleX est trop radical

Note sur Signal : Techniquement bon, mais **le numéro de téléphone est un identifiant unique**. Votre opérateur téléphonique sait que vous

Fiche Pratique N°15 : Remplacez WhatsApp, Messenger et Telegram par Element, SimpleX ou Session (messaging sans numéro de téléphone et sans pistage)

V1.0

utilisez Signal, et Signal peut théoriquement être forcé de révéler les numéros associés à certains comptes.

3. Comparatif détaillé des trois solutions

Critère	Element (Matrix)	SimpleX	Session
Identifiant requis	Email (ou compte serveur)	Aucun (pas d'identifiant)	Identifiant généré (chaîne fixe)
Modèle réseau	Fédéré (serveurs Matrix)	Relais décentralisés (pas d'identifiant)	P2P (réseau d'entropie)
Stockage des messages	Sur le serveur (chiffrés)	Local seulement (supprimés des relais)	Local seulement
Métadonnées protégées	❌ Non (visibles par admin serveur)	✅ Oui (aucune identité associée)	✅ Oui (via onion routing)
Appels audio/vidéo	✅ (bêta)	✅ Oui (vidéo parfois instable)	❌ Non (prévu)
Résistance quantique	❌ Non	✅ Oui (double-ratchet PQ)	❌ Non
Groupes	✅ Illimités	✅ (limités, en amélioration)	✅ (10 participants par défaut)
Open-source	✅	✅	✅
Audit indépendant	Oui	✅ Oui (Trail of Bits 2022, 2024)	Oui (mais polémique sur forward secrecy)
Spam protection	Modérée	Excellente (contact sur invitation uniquement)	Bonne
Auto-hébergeable	✅ (serveur Matrix)	✅ (vos propres serveurs relais)	⚠️ Complexe (nœud)

Fiche Pratique N°15 : Remplacez WhatsApp, Messenger et Telegram par Element, SimpleX ou Session (messageries sans numéro de téléphone et sans pistage) V1.0

4. Solution A : Element (Matrix) – La messagerie décentralisée pour les groupes

Pourquoi Element ?

- **Pas de numéro de téléphone** : vous créez un compte avec un email (ou directement sur un serveur public).
- **Chiffrement de bout en bout** par défaut pour les conversations privées.
- **Fédéré** : vous choisissez votre serveur (ou créez le vôtre).
- **Groupes, salons, threads** : idéal pour les associations, collectifs, familles (remplace Slack, Discord, WhatsApp groups).
- **Partage de fichiers** (jusqu'à 100 Mo+ selon le serveur).
- **Appels audio et vidéo** chiffrés (bêta).

Comment faire ? (Pas à pas)

Étape 1 : Téléchargez Element

- **Ordinateur** : element.io/download → téléchargez pour Windows/Mac/Linux (ou version web).
- **Android** : Aurora Store ou F-Droid → recherchez "Element".
- **iPhone** : App Store (Apple reste un tiers).

Étape 2 : Choisissez un serveur (homeserver)

Serveur	Caractéristiques
matrix.org	Serveur public par défaut, très fiable
matrix.tchncs.de	Allemagne, privé, régulièrement audité
envs.net	Allemagne, petite structure
chat.privacytools.io	Instance de PrivacyTools
matrix.feneas.org	Instance open-source

Fiche Pratique N°15 : Remplacez WhatsApp, Messenger et Telegram par Element, SimpleX ou Session (messaging sans numéro de téléphone et sans pistage) V1.0

Étape 3 : Créez un compte

- Cliquez sur "Créer un compte".
- **Entrez un email** (facultatif mais utile pour la récupération). Utilisez un email jetable pour l'anonymat maximal.
- **Choisissez un nom d'utilisateur** (ex: @monpseudo:matrix.org).
- **Créez un mot de passe fort** (stockez-le dans Bitwarden).

Étape 4 : Commencez à discuter

- **Discuter avec un contact** : icône ✉ → "Commencer une conversation" → entrez son identifiant Matrix.
- **Créer un groupe** : "Créer une nouvelle pièce" → donnez un nom → ajoutez des membres.
- **Rejoindre un salon public** : recherchez #nomdusalon:matrix.org.

Limites d'Element

- Les métadonnées sont visibles par l'administrateur du serveur (qui sait avec qui vous parlez, mais pas quoi).
- Solution : Utilisez un serveur de confiance ou auto-hébergez.

5. Solution B : SimpleX – L'anonymat ultime (recommandé pour les conversations sensibles)

Pourquoi SimpleX ?

Aucun identifiant : Pas de numéro, pas d'email, pas même un nom d'utilisateur unique. L'application génère des **identifiants temporaires** différents pour chaque contact. Chaque conversation est complètement isolée.

Fiche Pratique N°15 : Remplacez WhatsApp, Messenger et Telegram par Element, SimpleX ou Session (messaging sans numéro de téléphone et sans pistage) V1.0

- **Métadonnées invisibles** : Comme il n'y a pas d'identité, aucune métadonnée ne peut être associée à une personne.
- **Messages éphémères** : Ils ne persistent que sur les appareils et sont supprimés des serveurs relais après réception.
- **Résistance quantique** : Protocole double-ratchet résistant aux futures attaques quantiques.
- **Appels audio et vidéo** : Disponibles (la vidéo peut être instable selon les versions, mais s'améliore régulièrement).
- **Open-source** et audité par Trail of Bits (2022, 2024).

Citation : "SimpleX Chat is everything Signal should have been and more. Its features, usability, and focus on privacy set a new standard for secure communication."

Comment faire ? (Pas à pas)

Étape 1 : Téléchargez SimpleX

- **Ordinateur** : simplex.chat → téléchargez pour Windows/Mac/Linux.
- **Android** : Aurora Store ou F-Droid → recherchez "SimpleX Chat".
- **iPhone** : App Store (Apple reste un tiers).

Étape 2 : Créez un compte (sans aucune donnée personnelle)

- Lancez l'application.
- **Aucun champ à remplir** : SimpleX génère automatiquement une paire de clés et un **identifiant temporaire**.
- **Pas de mot de passe** : L'identité est stockée localement. Sauvegardez le fichier de configuration (l'application vous propose de le faire).

🔒 **Sécurité** : Contrairement à Session, SimpleX n'utilise **aucun identifiant fixe**. Chaque contact voit un identifiant différent. C'est le summum de l'anonymat.

Étape 3 : Commencez à discuter

Fiche Pratique N°15 : Remplacez WhatsApp, Messenger et Telegram par Element, SimpleX ou Session (messaging sans numéro de téléphone et sans pistage) V1.0

- **Contactez quelqu'un** : Cliquez sur "Nouvelle conversation" → choisissez "Inviter" → partagez le **lien d'invitation** (valable une fois, généré pour ce contact uniquement).
- **Rejoindre une conversation** : Votre contact doit coller le lien dans son application.

Étape 4 : Configurez vos serveurs relais (optionnel, pour les plus techniques)

Par défaut, SimpleX utilise des serveurs relais publics. Vous pouvez utiliser vos propres serveurs pour un contrôle total :

- Installez `simplex-relay` sur un VPS.
- Configurez l'application pour pointer vers votre serveur.

Limites de SimpleX

- Pas de nom d'utilisateur public : vous devez échanger un lien d'invitation par un autre canal (email, SMS, en personne).
- La vidéo peut être instable selon les retours (mais les mises à jour récentes ont amélioré le sujet).

6. Solution C : Session – La messagerie P2P (alternative à SimpleX)

Pourquoi Session ?

- **Pas de numéro, pas d'email** : juste un identifiant généré.
- **Réseau P2P** : pas de serveur central, donc pas d'administrateur qui peut voir vos métadonnées.
- **Tout est chiffré** : messages, fichiers, métadonnées.
- **Protection anti-fingerprinting** : tous les utilisateurs sont identiques aux yeux du réseau.

Fiche Pratique N°15 : Remplacez WhatsApp, Messenger et Telegram par Element, SimpleX ou Session (messaging sans numéro de téléphone et sans pistage) V1.0

Comment faire ? (Pas à pas)

Étape 1 : Téléchargez Session

- **Ordinateur** : getsession.org → téléchargez pour Windows/Mac/Linux.
- **Android** : Aurora Store ou F-Droid → recherchez "Session".
- **iPhone** : App Store.

Étape 2 : Créez un compte

- Lancez l'application → "Créer un compte".
- **Aucun champ** : Session génère un identifiant unique (longue chaîne de caractères).
- **Notez cet identifiant** : c'est votre identifiant Session. Vous pouvez le partager pour que d'autres vous contactent.

Étape 3 : Commencez à discuter

- **Contactez quelqu'un** : "Nouvelle conversation" → collez son identifiant Session.
- **Groupes** : Créez des groupes (jusqu'à 10 participants par défaut).

Limites de Session

- **Pas d'appels audio/vidéo** (promis pour plus tard).
- **Polémique sécurité** : Une version antérieure a supprimé le forward secrecy (corrigé depuis, mais des experts restent réservés).

7. Tableau récapitulatif pour choisir selon votre besoin

Si vous voulez...	Choisissez...
Des groupes structurés (comme Discord) et une expérience proche de Slack	Element (Matrix)
L'anonymat le plus absolu (aucune donnée, même pas un identifiant fixe)	SimpleX

Fiche Pratique N°15 : Remplacez WhatsApp, Messenger et Telegram par Element, SimpleX ou Session (messaging sans numéro de téléphone et sans pistage) V1.0

Si vous voulez...	Choisissez...
Une messagerie P2P simple (ni serveur, ni identifiant fixe)	Session
Des appels vidéo stables et du chiffrement solide	Element (bêta) ou SimpleX (à tester)
Une messagerie pour toute votre famille (simple à prendre en main)	Element (interface connue)
Une alternative radicale à Signal (sans numéro, sans métadonnées)	SimpleX (meilleur choix)

8. À savoir avant de se lancer

Crainte fréquente	La réalité
"Mes contacts ne sont pas sur ces applis."	C'est vrai au début. Commencez par vos contacts les plus proches. Faites-les glisser un à un.
"SimpleX n'a pas de nom d'utilisateur, c'est trop contraignant."	C'est le prix de l'anonymat ultime. Échangez un lien d'invitation par Signal (compte jetable) ou en personne.
"Est-ce vraiment sans aucune donnée ?"	SimpleX : oui. Même pas d'identifiant, même pas de session persistante. C'est unique au monde.
"Et si je perds mon appareil SimpleX ?"	Si vous n'avez pas sauvegardé le fichier de configuration, vos contacts sont perdus. Sauvegardez-le impérativement.

9. Challenge 7 jours

Challenge : Pendant 7 jours, utilisez **SimpleX** pour vos conversations sensibles, et **Element** pour vos groupes familiaux ou associatifs.

Fiche Pratique N°15 : Remplacez WhatsApp, Messenger et Telegram par Element, SimpleX ou Session (messaging sans numéro de téléphone et sans pistage) V1.0

Vous allez constater :

- Aucune publicité, aucun traceur.
- Personne (pas même le fournisseur) ne peut lire vos messages.
- Avec SimpleX, vous n'avez laissé **aucune donnée** : ni numéro, ni email, ni identifiant.

10. En résumé (ce que vous gagnez)

Action	Bénéfice
Utiliser Element	Messagerie décentralisée, chiffrée, groupes illimités, appels bêta – sans numéro
Utiliser SimpleX	Anonymat absolu : zéro identifiant, zéro métadonnée, résistance quantique
Utiliser Session	Messagerie P2P sans serveur central, alternative à SimpleX
Quitter WhatsApp / Messenger	Plus de collecte Meta, plus de métadonnées revendues
Quitter Telegram	Plus de stockage en clair des messages
Quitter Signal	Plus de lien avec votre numéro de téléphone (principale faiblesse de Signal)

Conclusion générale

Si vous...	Choisissez...
Avez besoin de groupes structurés et d'appels	Element (Matrix)
Voulez l'anonymat le plus strict (aucune donnée)	SimpleX (meilleur choix)
Préférez une messagerie P2P simple	Session

À retenir : La messagerie ne devrait pas exiger votre numéro de téléphone. SimpleX et Element vous libèrent de cette exigence. SimpleX

Fiche Pratique N°15 : Remplacez WhatsApp, Messenger et Telegram par Element, SimpleX ou Session (messaging sans numéro de téléphone et sans pistage)
V1.0

pousse l'anonymat à son paroxysme : **aucune identité, aucune métadonnée, résistance quantique.**