

MOT DE PASSE

ne plus jamais se faire pirater.

INTRODUCTION : Le mot de passe, premier rempart (et souvent le plus fragile)

Un pirate informatique n'a pas besoin d'être un génie pour accéder à vos données. Il lui suffit de tester des combinaisons simples ou de profiter d'un mot de passe déjà volé ailleurs.

Les erreurs les plus fréquentes :

- Utiliser le même mot de passe pour tous ses comptes.
- Choisir des codes évidents : date de naissance, prénom des enfants, "123456".
- Ne jamais modifier ses mots de passe, même après plusieurs années.
- Partager son mot de passe avec un proche "juste pour dépanner".

Un mot de passe robuste est long, unique et difficile à deviner, mais il doit aussi être pratique à retenir.

Les bons réflexes pour des mots de passe vraiment sûrs

Nos ordinateurs, téléphones et comptes en ligne contiennent une partie essentielle de notre vie : photos, documents, conversations, dossiers médicaux, informations bancaires... Et tout cela ne tient bien souvent qu'à un mot de passe.

Problème : beaucoup d'utilisateurs continuent d'utiliser des codes trop simples, réutilisés partout, ou notés sur un post-it. Résultat : les piratages de comptes explosent.

Chez Info-Doc, nous constatons tous les jours que des utilisateurs, même prudents, se retrouvent victimes d'attaques faute de mots de passe suffisamment robustes.

Pourquoi un "bon" mot de passe change tout



Heureusement, il existe des astuces simples pour ne plus jamais se faire piéger :

- ✓ Créez des phrases de passe plutôt que de simples mots (ex. une petite phrase avec chiffres et symboles).
- ✓ Utilisez un gestionnaire de mots de passe pour ne pas tout retenir par cœur.
- ✓ Activez la double authentification (2FA) quand c'est possible.
- ✓ Changez immédiatement un mot de passe dès qu'un service subit une fuite de données.
- ✓ Bannissez les codes évidents, même pour les comptes que vous jugez "peu importants".

MOT DE PASSE

ne plus jamais se faire pirater.

Info-Doc : apprendre à sécuriser vos accès numériques



Un mot de passe solide, c'est comme fermer correctement la porte de sa maison : un geste simple qui évite bien des ennuis. Adopter de bons réflexes ne demande pas forcément des outils compliqués, mais juste quelques habitudes à prendre. Avec Info-Doc, vous apprenez à protéger vos comptes en ligne de manière claire, pratique et durable.

■ L'équipe Info-Doc est là pour vous aider à reprendre la main sur votre sécurité numérique, en toute sérénité.

Chez Info-Doc, notre mission n'est pas seulement de "réparer" après un piratage, mais de vous apprendre à prévenir les problèmes. Concrètement, nous vous aidons à :

- Créer des mots de passe adaptés à vos usages, sans que ce soit un casse-tête.
- Installer et comprendre un gestionnaire de mots de passe.
- Activer les options de sécurité sur vos comptes (2FA, alertes de connexion).
- Vérifier si vos données n'ont pas déjà été compromises.
- Acquérir des réflexes simples pour ne plus jamais tomber dans les pièges.

Notre accompagnement se fait à votre rythme, sans jargon technique, avec une approche pédagogique tournée vers l'autonomie.

En conclusion : un petit effort, une grande tranquillité

L'équipe Info-Doc.