

CONTRÔLER

vos données personnelles

INTRODUCTION : Le numérique simplifie nos vies... mais expose aussi nos informations

Cartes de fidélité, inscriptions en ligne, achats sur Internet, messageries, applications, réseaux sociaux... notre quotidien numérique génère une immense quantité de données personnelles. Et souvent, sans nous en rendre compte, ces données peuvent être collectées, stockées, revendues, voire piratées.

Chez Info-Doc, nous constatons chaque jour que de nombreux utilisateurs, quel que soit leur âge, ne savent pas exactement ce que leurs appareils enregistrent, partagent ou exposent. C'est pourquoi nous avons à cœur de vous aider à reprendre le contrôle sur vos informations personnelles, de manière claire, concrète et adaptée à votre niveau.

Il n'existe pas une seule manière d'utiliser le numérique, ni une seule manière d'être exposé. Certains utilisent leur ordinateur uniquement pour gérer leurs démarches administratives. D'autres passent beaucoup de temps sur leur smartphone ou leur tablette. Certains stockent leurs documents sur un disque dur, d'autres dans le cloud...

Notre accompagnement tient compte de vos habitudes pour vous proposer des solutions de protection simples mais efficaces, comme :

- ✓ Vérifier les réglages de confidentialité de vos comptes
- ✓ Limiter les applications qui accèdent à vos données
- ✓ Comprendre ce que vos appareils enregistrent en arrière-plan
- ✓ Éviter les inscriptions inutiles ou les autorisations excessives

Une approche adaptée à chaque utilisateur, chaque appareil, chaque usage



CONTRÔLER

vos données personnelles

Protéger ses données : bien plus que cocher la bonne case

La protection des données personnelles ne se résume pas à un antivirus ou à un mot de passe compliqué. Elle repose sur une série de petits réflexes à adopter, que nous vous transmettons lors de nos interventions :

- ♥ Créer des mots de passe sûrs et variés
- ♥ Comprendre les conditions d'utilisation avant de valider un service
- ♥ Reconnaître les arnaques qui visent à voler vos informations
- ♥ Gérer les sauvegardes de vos documents en toute sécurité
- ♥ Effacer les données sensibles avant de vendre ou donner un appareil

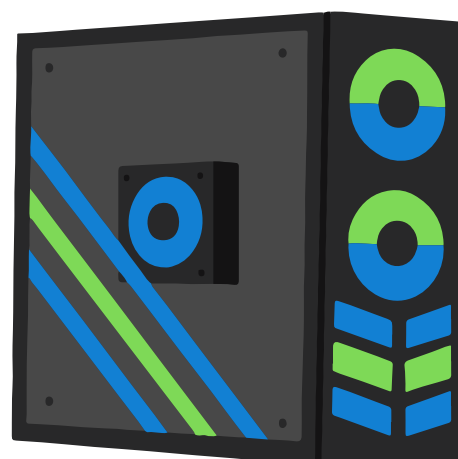
Nous prenons le temps de vous montrer comment faire, étape par étape, et de vous aider à prendre des décisions éclairées.

Ce qui compte pour nous chez Info-Doc, ce n'est pas seulement de "faire à votre place", mais de vous expliquer pourquoi c'est important, et comment vous pouvez garder la main.

- Pas de discours technique ou alarmiste
- Une aide concrète et digne de confiance
- Des conseils adaptés à votre niveau
- Des réglages effectués avec vous, pas sans vous
- Une pédagogie orientée vers l'autonomie, pas vers la dépendance

L'objectif : que vous puissiez naviguer, stocker et communiquer sereinement, sans avoir à craindre que vos données soient exposées ou utilisées à votre insu.

Vous accompagner pour comprendre... et agir en toute autonomie



CONTRÔLER

vos données personnelles

Faire appel à Info-Doc pour sécuriser vos données personnelles, c'est bénéficier :

- 💡 D'un interlocuteur professionnel qui apprend à connaître vos usages

- 💡 D'un suivi possible dans la durée, si vos besoins évoluent

- 💡 D'une approche bienveillante, loin des discours culpabilisants

Nous intervenons sans jugement, avec discrétion et confidentialité, pour vous aider à retrouver la maîtrise de vos outils numériques.

Une aide concrète, et digne de confiance

Conclusion : Mieux comprendre pour mieux protéger



Nos données personnelles sont précieuses. Et dans un monde numérique en constante évolution, il est essentiel d'en comprendre les enjeux pour mieux les protéger.

Info-Doc vous aide à y voir clair, à faire les bons choix, et à utiliser vos appareils en toute confiance.

Qu'il s'agisse de vous, d'un proche ou d'un parent peu à l'aise avec la technologie, un accompagnement humain et patient peut faire toute la différence.

L'équipe Info-Doc est là pour vous aider à reprendre la main sur votre vie numérique 🖥️

L'équipe Info-Doc.