



# Mini guide des bonnes pratiques numériques

## Les mots de passe

Utiliser des mots de passe **solides**, **différents** pour chaque compte avec des minuscules, des majuscules, des chiffres et des caractères spéciaux (@ # \*€ /%).

Les conserver à l'abri des regards indiscrets; pouvoir les retrouver en toute circonstance.

Votre mot de passe le plus important à sécuriser : celui de **votre compte email**.



Privilégier la double identification pour les comptes les plus importants.

## Sauvegarder vos données personnelles

**Sauvegarder** vos contacts, vos photos, vos courriers, vos mots de passe. Personne n'est à l'abri d'un vol, de la perte d'un smartphone, de la chute d'un PC portable.

## Mises à jour

Installer régulièrement les mises à jour système sur vos appareils et vos logiciels.

## Achats par Internet

Vérifier que la connexion est **sécurisée**. (cadenas vert et **https://**)

Privilégier les numéros de carte bancaire virtuelle.

## Arnaques

Savoir détecter les mails douteux et **ne pas cliquer** sur leurs liens. Dans le doute, ne rien faire.

L'ordinateur s'affole, prétend qu'il est infecté, qu'il faut appeler un numéro : tout éteindre, **ne jamais appeler**. Demander à un proche ou une association bienveillante.

## Sécurité et vie privée

**Protéger l'accès** à vos appareils (ordi, tablette, smartphone) avec un mot de passe (compte *utilisateur*).

Penser à vous **déconnecter** de votre compte mail ou Facebook si vous utilisez un autre appareil que le votre. Vérifier vos **paramètres de confidentialité** sur les réseaux sociaux. C'est vous qui décidez qui peut accéder à vos publications.

Choisir ce que vous publiez et ce que vous *likez*, partagez ou commentez.

Essayer des **moteurs de recherche** comme Qwant ou DuckDuckGo qui respectent votre **vie privée**.

Préférer les **logiciels libres** aux solutions commerciales (Firefox, Thunderbird, LibreOffice, VLC, etc).

Ne pas abuser de la **géolocalisation** : qui a vraiment besoin de savoir où vous êtes?



**Nettoyer** régulièrement vos claviers, souris, smartphones avec un produit approprié.



## Écologie

Éteindre son ordi et sa tablette après usage.  
Ne pas abuser de la vidéo et de la HD.



Besoin de renouvellement d'ordi : penser au recyclé, à l'occasion.

Une question, un doute? Besoin d'aide et de conseils : **n'hésitez pas à nous solliciter**. Nous sommes là pour ça. Vous êtes à l'aise avec ces notions : venez nous rejoindre et partager vos connaissances avec ceux qui en ont besoin.

Pour nous rencontrer : «troquet numérique» ouvert à tous, le mercredi à 17h, à la Rotonde (entrée dans la cour).

Site : <https://adn56.net> • email : [contact@adn56.net](mailto:contact@adn56.net) • téléphone : 07 69 38 17 87