



Protéger sa vie privée en ligne

Fiche à emporter — reprenez le contrôle de vos données

YGGDRASIL • ATELIER MÉDIATION NUMÉRIQUE

01 Les bons outils

Besoin	Outils conseillés
Navigateur	Firefox + uBlock Origin, ou Brave
Recherche	DuckDuckGo, Brave Search, Startpage
Mots de passe	Bitwarden ou KeePassXC
VPN	Mullvad, ProtonVPN (jamais gratuit)
Alias e-mail	SimpleLogin, AnonAddy, Hide My Email
E-mail chiffré	Proton Mail (Suisse)

02 Mots de passe & 2FA

- 16 caractères minimum, aléatoires
- Un mot de passe UNIQUE par site
- Généré et stocké dans un gestionnaire

Méthode 2FA	À retenir
Appli TOTP	Aegis / Raivo — recommandé
Clé physique	YubiKey — le plus sûr
SMS	vulnérable au SIM swap

03 Sécuriser ses appareils

- Smartphone : coupez localisation/Bluetooth inutiles
- Révoquez les permissions d'apps superflues
- Ordinateur : chiffrez le disque (BitLocker / FileVault)
- Mises à jour automatiques activées
- DNS chiffré : NextDNS ou Cloudflare 1.1.1.1
- Wi-Fi public : toujours un VPN — WPA3 chez vous

04 Repérer le phishing

- ! Domaine douteux (amaz0n, rn au lieu de m)
- ! Urgence : « compte suspendu sous 24h »
- ! Lien différent du texte affiché
- ! Pièce jointe non sollicitée (.exe, .zip)
- ! Demande d'identifiants, CB ou code SMS

Réflexe : en cas de doute, tapez l'adresse du site vous-même.

05 Votre plan d'action en 3 niveaux

DÉBUTANT

- Bitwarden + mots de passe uniques
- 2FA (TOTP) sur les comptes clés
- uBlock Origin sur le navigateur
- Vérifier confidentialité réseaux sociaux

INTERMÉDIAIRE

- Passer à Firefox ou Brave
- DuckDuckGo ou Brave Search
- VPN de confiance (Proton, Mullvad)
- Alias e-mail pour s'inscrire

AVANCÉ

- DNS chiffré (NextDNS)
- Chiffrement complet du disque
- Tor pour la navigation sensible
- Minimiser son empreinte numérique

Pour aller plus loin : privacyguides.org eff.org ssd.eff.org

La vie privée est un droit, pas un luxe.