Adopter les bonnes pratiques en matière de cybersécurité

> Protégez vos données d'aujourd'hui pour sécuriser votre activité de demain

- **Formation continue**
- **Numérique**
- **Durée :** 7 heures
- **Modalité :** Présentiel - Distanciel / Visio
- **Tarif :** 210 €

Objectifs

- IDENTIFIER les principales données sensibles traitées et les risques associés
- SÉCURISER vos mots de passe, comptes en ligne et appareils
- PROTÉGER et SAUVEGARDER vos données
- RÉAGIR efficacement en cas de suspicion de piratage ou de fraude

Tout savoir sur l'accompagnement

Contenu

Identifier les menaces et arnaques numériques

- Les données sensibles et leur cadre légal (RGPD, CNIL)
- Reconnaître et éviter les pièges
- Le risque « salarié »
- Les signaux d'alerte

Sécuriser les accès et les comptes

- Bonnes pratiques pour des mots de passe sûrs et uniques
- Gestionnaire de mots de passe et double authentification
- Gestion des situations de fuite ou piratage

Naviguer et communiquer en toute sécurité

- Sécurisation ses messageries
- Navigation web sécurisée
- Prévention de la fraude bancaire

Protéger votre ordinateur, appareils mobiles et réseaux
- Mises à jour, antivirus et parefeu
- Sécurisation de son Smartphone

Sécuriser et sauvegarder vos données
- Sauvegardes régulières et automatisées sur différents supports
- Chiffrement des données
- Contrôle des accès aux données sensibles

Réagir efficacement en cas d'incident
- Réflexes clés face à un piratage, rançongiciel ou fraude
- Récupération de compte ou données, contact des services concernés, dépôt de plainte
- Mise en place d'un plan d'actions « avant / pendant / après »

Organisation et modalités

Pour qui :
Créateur ou repreneur d'entreprise, dirigeant d'entreprise, salarié, demandeur d'emploi, personne à titre individuel

Accès :
- **Prérequis :** maîtriser l'environnement informatique et être à l'aise avec la navigation sur internet
- Sous 48 heures avant le 1er jour de la formation sous réserve :
  - D'un entretien de positionnement
  - Des effectifs minimum et maximum pouvant être accueillis

Déroulement :
- Formation en présentiel ou à distance en visio
- Groupe de 12 personnes en moyenne
- Alternance d'apports théoriques et de mises en pratique

Accessibilité :
- Formation adaptée et accessible aux besoins des personnes en situation de handicap : **condition d'accueil, accès et coordonnées du référent handicap.**
- Une assistance technique et fonctionnelle est disponible par mail pour répondre à vos questions

Modalités d'évaluation :
- Acquis : questionnaire réalisé en début et fin de formation par l'organisme de formation
- Cas pratique tout au long de la formation

Tarifs et financement

- 210 € net de taxes
- Financement : Prise en charge possible

Contact & réservations

Vous souhaitez + d'informations ? Vous souhaitez vous inscrire en ligne ? Découvrez les prochaines sessions pour cette formation directement sur notre site web : **https://formation.cma-occitanie.fr/catalogue/adopter-les-bonnes-pratiques-en-matiere-de-cybersecurite-for-01338**

Les informations de cette fiche proviennent du site **www.cma-occitanie.fr** et sont données à titre indicatif ; elles peuvent être actualisées sans préavis. La date de dernière mise à jour de cette fiche est le : 10/11/2026. Date d'impression de ce document : 22/11/2026.

Siret : 130 027 931 00455. Consulter nos conditions générales de vente sur notre site internet.

Téléphone : 3006