

CYBERSÉCURITÉ : NOS CONSEILS POUR SÉCURISER VOS DONNÉES

Gardez en mémoire, que votre banque, votre assureur ou la MMJ ne vous demandera jamais de communiquer vos informations personnelles (RIB...) par mail ou par téléphone.



L'HAMEÇONNAGE (OU PHISING)

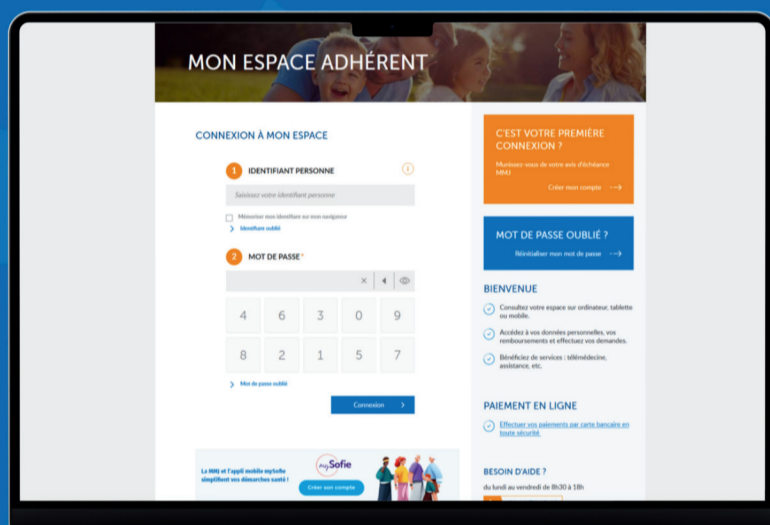
L'hameçonnage, ou phishing en anglais, est une **technique frauduleuse** destinée à tromper l'internaute pour **l'inciter à communiquer des données personnelles** et/ou bancaires en se faisant passer pour un tiers de confiance. Si vous recevez un appel téléphonique ou un message (SMS, emails) qui vous semble **suspicieux** ou **frauduleux**, il est recommandé de :



- **Toujours vérifier les coordonnées** de votre interlocuteur
- Ne **jamais cliquer sur un lien** ou **ouvrir une pièce jointe**
- Ne **jamais communiquer par téléphone ou mail** vos informations personnelles
- Ne jamais **répondre** ou **transférer un mail ou message douteux**
- **Utiliser un canal alternatif** : si vous recevez un email urgent de votre banque, alors appelez votre banque pour confirmer.

GESTION DE VOTRE MOT DE PASSE

- Changer régulièrement vos **mots de passe de vos comptes personnels**, y compris celui de **votre espace adhérent MMJ** (rdv sur espace-adherent.mmj.fr/mon-compte).
- Évite d'utiliser **le même mot de passe** : En cas d'intrusion sur un service, cela **expose l'ensemble de vos données** personnelles en ligne.



LE SAVIEZ-VOUS ?

Un caractère spécial multiplie par 100 la complexité d'un mot de passe.



- Utiliser des **mots de passe complexes** et facile à mémoriser - **12 caractères** minimum, avec **majuscules, minuscules et caractères spéciaux (?\$#!)**
- Activer la **double authentification** chaque fois que c'est possible pour **renforcer la sécurité** de votre compte.
- Utiliser un **gestionnaire de mot de passe** (Nordpass, Bitwarden, Lastpass) pour **mémoriser** et **gérer** l'ensemble de vos mots de passe.

QUE FAIRE EN CAS D'USURPATION?



- **Effectuer rapidement un changement de tous vos mots de passe**
- Vous pouvez réaliser un **dépôt de plainte** sur le site cybermalveillance.gouv.fr
- En cas d'utilisation de vos **données personnelles**, conservez toutes les preuves et déposez **plainte au commissariat de police** ou **par écrit au procureur de la république** du tribunal judiciaire dont vous dépendez.
- Vous pouvez vous rendre également sur la **CNIL** pour adresser une réclamation -



Plus d'information sur www.mmj.fr