

Mémo — l'hygiène numérique au quotidien

“ **Référentiel BTS — BC3 / C3.5 et C3.6.** Page de synthèse, conçue pour être imprimée et affichée au cabinet.

“ **L'essentiel :** douze gestes. Ils ne demandent ni budget ni compétence technique, et couvrent la majorité des incidents réels.

Les douze gestes

Mon poste

1. **Je verrouille ma session** dès que je quitte mon poste — même pour deux minutes, même à l'atelier.
2. **Je laisse les mises à jour se faire.** Je ne repousse pas indéfiniment le redémarrage.
3. **Je ne branche pas de clé USB** dont je ne connais pas l'origine.

Mes accès

4. **Un compte par personne.** Je n'utilise pas celui d'un collègue et je ne prête pas le mien.
5. **Un mot de passe long et unique par service,** rangé dans le gestionnaire — pas sur un post-it.
6. **Ma carte CPS ne quitte pas ma poche** et ne reste jamais dans le lecteur quand je pars.

Mes échanges

7. **Données de santé nominatives = MSSanté.** Jamais de mail personnel, jamais de messagerie grand public.
8. **Je vérifie le destinataire** avant d'envoyer un document. Deux secondes qui évitent une violation de données.
9. **Je ne parle pas d'un patient à voix haute** à l'accueil, au téléphone en salle d'attente, ou en atelier porte ouverte.

Ma vigilance

10. **Message urgent, inattendu, qui demande un identifiant ou un paiement : je ralentis.** Je reviens au canal connu.
11. **Tout changement de RIB se vérifie par téléphone** au numéro que je connais déjà.
12. **Au moindre doute, je le dis tout de suite.** Signaler vite n'est jamais une faute ; se taire aggrave tout.

Les quatre choses que la structure doit avoir

À vérifier une fois, puis chaque année :

- ☐ Une **sauvegarde 3-2-1**, dont une copie **déconnectée, testée** dans les 12 derniers mois.
- ☐ Une **liste des comptes** à jour, avec désactivation systématique au départ d'un salarié.
- ☐ Une **fiche réflexe incident** affichée, avec les numéros à appeler.
- ☐ Un **mode dégradé papier** prêt : planning imprimé chaque soir, formulaires, coordonnées.

Les trois numéros à avoir sous la main

À compléter par l'établissement :

	Nom	Téléphone
Prestataire informatique / éditeur		

	Nom	Téléphone
Responsable sécurité / dirigeant		
Assureur (garantie cyber)		

Ressources publiques : **cybermalveillance.gouv.fr** (diagnostic et assistance), **cnil.fr** (notification de violation de données), **cyberveille-sante.gouv.fr** (CERT Santé).

À retenir

Si vous ne deviez en retenir que trois :

1. **Je verrouille ma session.**
2. **Un mot de passe unique par service, dans un gestionnaire.**
3. **Je ralentis devant l'urgence, et je signale au moindre doute.**

Revision #2

Created 2026-09-15 17:24:27 UTC by Antoine

Updated 2026-09-15 17:24:27 UTC by Antoine