

**Prérequis**

Pour les formations en visio, merci de vous munir d'un ordinateur, d'une caméra et d'une connexion internet de qualité

**Durée**

3,5 heures sur une 1/2 journée

**Tarif 150€ net de TVA**

Prise en charge totale par votre FAF (sous conditions)



05 57 81 43 50

contact@oriffpl-nouvelleaquitaine.fr

**99%***

Taux de satisfaction

* Note basée sur l'année 2026

100%**

Taux de recommandation

** Note basée sur l'année 2026

Objectifs de la formation

- Identifier les principales menaces cyber et leurs impacts sur une TPE;
- Appliquer les bonnes pratiques essentielles pour sécuriser les mots de passe, les appareils et les connexions;
- Mettre en place une stratégie simple de sauvegarde et de protection des données clients conforme au RGPD;
- Réagir efficacement en cas d'incident de cybersécurité à partir d'un plan d'actions adapté à son activité TPE.

Méthodes pédagogiques

- Apports théoriques illustrés : exemples concrets, cas vécus, démonstrations;
- Interactions et mises en pratique : quiz, analyse de mails frauduleux, choix d'actions à mettre en place.

Modalités d'évaluation

Quiz d'évaluation des connaissances

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Locaux accessibles aux personnes à mobilité réduite (rampes d'accès, ascenseur...)

Si vous avez des besoins spécifiques liés à votre handicap merci de contacter notre référent handicap afin d'échanger avec lui sur l'adaptation et les aménagements personnalisés de la formation (matériel, supports...)

Référent handicap : Michel MARTIN KARMANN

Tel : 05.57.81.43.50 – Mail : arapl-martin@araplaquaine.fr

Prochaines sessions : dates à retrouver sur notre site internet

Nombre de places limité à 15 participants

PROGRAMME

Accueil - 15 minutes

Présentation de la formation
Tour de table des participants
Quiz introductif

Notions de base et contexte - 30 minutes

Chiffres clés sur les cyberattaques en France.
Revue de presse.
Principales menaces en 2025

- Phishing / hameçonnage;
- Piratage de comptes;
- Ransomware / rançongiciels;
- Escroqueries aux faux fournisseurs / président.

Impacts sur votre activité.
Témoignage d'une TPE (vidéo).
Principes de Cybersécurité : DICP

Bonnes pratiques essentielles au quotidien - 1h15

Règles d'authentification et gestion des mots de passe

- Bonnes pratiques;
- Gestionnaire de mots de passe;
- Authentification à deux facteurs.

Messagerie professionnelle

- Principes de vigilance face aux arnaques;
- Mesures techniques.

Poste de travail et appareils mobiles

- Mises à jour systèmes;
- Antivirus;
- Compte utilisateur / compte administrateur;
- Protéger l'accès physique.

Réseaux et connexions

- Réseau filaire;
- Réseau Wifi;
- Télétravail et nomadisme;
- Usages Cloud;
- Protéger son smartphone.

Pause - 15 minutes

Organisation et protections de vos données - 1h00

Règles de sauvegardes à mettre en place

- Les différents types de sauvegarde;
- Méthode 3-2-1;
- Test de restauration.

Protection des données clients (RGPD simplifié)

- Identifier les données personnelles / données sensibles;
- Principe de minimisation;
- Durées de conservation & bases légales;
- Sous traitance;
- Gestion des droits des personnes;
- Règles liées à la prospection commerciale;
- Règles pour son site internet;
- Registre simple des traitements.

Réaction en cas d'incidents.

Temps d'échange : chaque participant identifie trois actions simples à mettre en place.

Conclusion et ressources utiles - 30 minutes

Quiz interactif.

Les 10 bonnes pratiques à retenir.

Ressources utiles :

- cybermalveillance.gouv.fr
- ANSSI / CNIL
- Campus Régional de Cybersécurité et de Confiance Numérique de Nouvelle Aquitaine

Questions / réponses.

Questionnaire de satisfaction



MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

• Formation dispensée en présentiel.

Formation organisée dans les locaux de l'ORIFF PL NA, 51 boulevard Wilson 33200 Bordeaux

• Formation dispensée en distanciel.

24 à 48h avant la formation, une convocation vous sera envoyée avec le lien de connexion.

Le jour de la formation, merci de vous munir d'un ordinateur, d'une caméra et d'une connexion internet de qualité.

• Les inscriptions sont possibles jusqu'à 5 jours avant le démarrage de la formation

En cas de financement OPCO, l'accord de prise en charge doit être transmis avant le début de la formation.