FORMASUITE

PROGRAMME DE LA FORMATION

Cybersécurité – sensibilisation des salariés en 1 journée

Le 26/11/2026

OBJECTIFS DE LA FORMATION

À l'issue de la formation, le participant sera capable de mettre en œuvre les compétences suivantes :

- Identifier les principales menaces cyber auxquelles une entreprise et ses salariés peuvent être confrontés.
- Reconnaître une tentative de phishing ou d'ingénierie sociale.
- Adopter les bonnes pratiques concernant les mots de passe et l'authentification.
- Sécuriser l'utilisation quotidienne de sa messagerie, de son ordinateur et de son smartphone.
- Identifier les risques liés au télétravail, au Wi-Fi et aux supports amovibles.
- Protéger les informations et données de l'entreprise.
- Réagir correctement en cas de suspicion d'incident ou de cyberattaque.

CONTENU

AVANT LA FORMATION

- Entretien téléphonique avec le formateur afin de personnaliser votre formation.
- Le programme de formation ci-dessous pourra donc être modifié gratuitement en fonction de vos attentes.

Jour 1
Matin

1. Comprendre les risques cyber pour l'entreprise

- Qu'est-ce que la cybersécurité ?
- Pourquoi toutes les entreprises sont concernées.
- Les principales menaces :
  - phishing ;
  - ransomware ;
  - logiciels malveillants ;
  - vol d'identifiants ;
  - usurpation d'identité ;
  - fraude au président ;
  - fraude au changement de RIB.
- Les conséquences possibles d'une cyberattaque :
  - interruption d'activité ;
  - perte ou vol de données ;
  - conséquences financières ;
  - atteinte à l'image de l'entreprise ;
  - conséquences sur les clients et partenaires.
- Le rôle du salarié dans la sécurité de l'entreprise.

CONTACTEZ NOUS

Du Lundi au Vendredi
de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00
Par téléphone au **05 31 60 07 07**
Par email : serviceclient@formasuite.fr
Responsable Pédagogique : Yannick Lacave

FORMASUITE
12 rue Courbet 82000 Montauban
SIRET : 842 016 594 00017
N° de déclaration d'activité : 76820087382

2. Reconnaître le phishing et l'ingénierie sociale

- Comment fonctionne une attaque de phishing ?
- Identifier un e-mail suspect.
- Vérifier l'adresse réelle de l'expéditeur.
- Repérer les faux liens et fausses pièces jointes.
- Les techniques utilisées pour créer un sentiment d'urgence.
- SMS frauduleux, QR codes et appels téléphoniques.
- Faux dirigeants, faux fournisseurs et faux services informatiques.
- Que faire avant de cliquer ?
- Que faire après avoir cliqué par erreur ?

Mise en situation : analyse collective de plusieurs e-mails afin d'identifier lesquels sont frauduleux.

3. Sécuriser ses mots de passe et ses comptes

- Les erreurs les plus fréquentes concernant les mots de passe.
- Construire un mot de passe robuste.
- Pourquoi éviter de réutiliser le même mot de passe.
- Utilisation d'un gestionnaire de mots de passe.
- Comprendre l'authentification multifacteur (MFA).
- Que faire lorsqu'un mot de passe est compromis ?
- Sécuriser ses comptes professionnels.

Exercice : identifier les bonnes et mauvaises pratiques d'authentification.

4. Protéger son poste de travail et son smartphone

- Verrouiller son poste lorsqu'on s'absente.
- Importance des mises à jour de sécurité.
- Installation de logiciels et applications.
- Téléchargements et pièces jointes.
- Utilisation des clés USB et supports externes.
- Sécurisation du smartphone professionnel.
- Séparation des usages professionnels et personnels.
- Risques liés au partage d'un ordinateur ou d'un compte.

Après-midi

5. Télétravail, mobilité et Wi-Fi

- Les risques spécifiques au travail à distance.
- Utilisation des réseaux Wi-Fi publics.
- Partage de connexion.
- Utilisation du VPN de l'entreprise.
- Confidentialité des informations dans les lieux publics.
- Transport et protection du matériel professionnel.
- Vol ou perte d'un ordinateur ou smartphone : les bons réflexes.

6. Protéger les données de l'entreprise

- Identifier les informations sensibles et confidentielles.
- Données clients, salariés, fournisseurs et partenaires.

- Partage de documents et droits d'accès.
- Vigilance avant l'envoi d'un e-mail.
- Utilisation des services cloud et outils de partage.
- Sauvegarde des données.
- Notions essentielles relatives aux données personnelles et au RGPD.
- Vigilance concernant l'utilisation d'outils numériques externes.

7. Intelligence artificielle et nouveaux risques cyber

- Utilisation de ChatGPT et des outils d'IA générative en entreprise.
- Quelles informations ne pas communiquer à une IA publique ?
- Risques de divulgation de données confidentielles.
- Phishing et fraude renforcés par l'intelligence artificielle.
- Faux contenus et deepfakes.
- Adopter de bonnes pratiques lors de l'utilisation professionnelle de l'IA.

8. Comment réagir face à un incident ?

- Les signes pouvant révéler une compromission.
- Ordinateur au comportement inhabituel.
- Message ou connexion suspecte.
- Mot de passe compromis.
- Perte ou vol d'un équipement.
- Mauvais destinataire d'un e-mail.
- Clic sur un lien frauduleux.
- Pourquoi ne pas cacher une erreur.
- Qui prévenir dans l'entreprise ?
- Les premières actions à effectuer.
- Importance de la rapidité du signalement.

Mise en situation : « J'ai cliqué sur un faux e-mail et renseigné mon mot de passe : que dois-je faire ? »

FIN DE LA FORMATION

- Débrief de la formation avec le formateur pour consolider vos connaissances.

PREREQUIS

Aucun

PUBLIC VISE

Tout public

- Formation individuelle ou collective (garantie à partir du premier inscrit)
- Formation assurée au sein de vos locaux ou dans une salle de formation dans la ville de votre choix
- Dates de votre choix sans surcoût
- Entretien téléphonique préalable avec notre formateur afin de personnaliser votre formation
- Inscription à réaliser 15 jours avant le démarrage de la formation
- Horaires : de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h
- Nombre de participants : de 1 à 20 participants (au delà nous consulter)
- **Formation accessible à toutes personnes porteuses de handicap. Locaux adaptés.**

DUREE

CONTACTEZ NOUS

Du Lundi au Vendredi
de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00
Par téléphone au **05 31 60 07 07**
Par email : serviceclient@formasuite.fr
Responsable Pédagogique : Yannick Lacave

FORMASUITE
12 rue Courbet 82000 Montauban
SIRET : 842 016 594 00017
N° de déclaration d'activité : 76820087382

PROGRAMME DE LA FORMATION

7 heures

PEDAGOGIE

Montée en compétence assurée par l'association d'un contenu théorique et pratique. Etude de cas concrets en rapport avec votre quotidien professionnel.

Suivi de l'exécution :

- Feuilles de présences signées des participants et du formateur par demi-journée
- Attestation de fin de formation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action et les résultats de l'évaluation des acquis de la formation.

Appréciation des résultats :

- Recueil individuel des attentes du stagiaire
- Questionnaire d'auto-évaluation des acquis en début et en fin de formation
- Évaluation continue durant la session
- Remise d'une attestation de fin de formation
- Questionnaire d'évaluation de la satisfaction en fin de formation

Moyens et supports pédagogiques :

- Evaluation des besoins et du profil du participant
- Apport théorique et séquences pédagogiques regroupées en différents modules
- Cas pratiques
- Questionnaire et exercices
- Tests de contrôle de connaissances et validation des acquis à chaque étape
- Retours d'expériences
- Séquences pédagogiques regroupées en différents modules,
- Remise d'un support pédagogique
- Echanges interactifs
- Intervention d'un formateur expert dans son domaine

Modalités d'évaluation et de suivi :

- Grille d'évaluation (test de positionnement)
- Entretien téléphonique avec le formateur avant la formation
- Travaux pratiques
- Tests de contrôle de connaissances et validation des acquis à chaque étape
- Echange avec le formateur par visioconférence (webinar), téléphone et mail
- Exercices corrigés, études de cas réels, mise en application concrète et utile
- Évaluation pour valider vos acquis en fin de formation

Profil du formateur :

- Chaque formation est sous la responsabilité du directeur pédagogique de l'organisme de formation.
- Le bon déroulement est assuré par le formateur désigné par l'organisme de formation.
- Formateur référent : M.Lacave Téléphone : 05 31 60 07 07

Une attestation de formation sera délivrée au stagiaire.

CONTACTEZ NOUS

Du Lundi au Vendredi
de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00
Par téléphone au **05 31 60 07 07**
Par email : serviceclient@formasuite.fr
Responsable Pédagogique : Yannick Lacave

FORMASUITE
12 rue Courbet 82000 Montauban
SIRET : 842 016 594 00017
N° de déclaration d'activité : 76820087382

FORMASUITE

PROGRAMME DE LA FORMATION

CONTACTEZ NOUS

Du Lundi au Vendredi
de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00
Par téléphone au **05 31 60 07 07**
Par email : serviceclient@formasuite.fr
Responsable Pédagogique : Yannick Lacave

FORMASUITE
12 rue Courbet 82000 Montauban
SIRET : 842 016 594 00017
N° de déclaration d'activité :
76820087382