

Cybersécurité pratique pour non-techniciens

Introduction

© 2026 Juan José Rea — Tous droits réservés

La promesse de ce livre

Vous n'avez pas besoin de devenir spécialiste pour réduire fortement vos risques. Vous avez besoin d'un ordre de priorité, de quelques barrières fiables et d'un plan lorsque quelque chose se passe mal.

Ce livre vous aide à protéger ce qui concentre le plus de pouvoir dans votre vie numérique : la messagerie principale, le téléphone, les comptes financiers, les documents irremplaçables et les moyens de récupération. Il vous apprend ensuite à reconnaître les demandes qui cherchent à vous faire agir trop vite, à conserver des copies restaurables et à coordonner une réaction simple.

Comment utiliser ce guide

Vous pouvez le lire dans l'ordre ou commencer par l'urgence du moment. Chaque chapitre se termine par trois actions prioritaires et une fiche réflexe. Les encadrés « Limite » indiquent ce qu'une protection ne sait pas faire. Les encadrés « Vérification » transforment un réglage supposé en résultat observable.

Si vous manquez de temps, commencez par les chapitres 1 à 5, puis 9 et 14. Ce parcours protège les accès essentiels, prépare les sauvegardes et donne un ordre d'action en cas d'incident.