

A night scene in a snowy mountain landscape. The sky is dark with many stars and a full moon. In the foreground, a blue tent is pitched on a snow-covered slope. A person is sitting next to a small fire, providing light and warmth. The overall atmosphere is serene and quiet.

SÉCURITÉ DE POCHE

PORTABLE



# ME AND MY SHADOW



CC-BY-NC-SA

TACTICAL  
TECHNOLOGY  
COLLECTIVE



Informez-vous sur  
[MYSHADOW.ORG/FR](http://MYSHADOW.ORG/FR)

## EXPLOREZ



Choisissez avec attention votre téléphone:

- Informez-vous sur les différents systèmes d'exploitation et leur compatibilité avec les applications-clés en matière de sécurité.
- Les batteries amovibles permettent d'éteindre réellement votre téléphone.
- Les téléphones pour lesquels l'appareil en lui-même et le processeur (CPU) ont été fabriqués par deux entreprises différentes offrent un plus de sécurité.



## CONTRÔLEZ

Vérifiez vos paramètres et changez-les lorsque cela est nécessaire:

- Localisation, Contacts, photos, appareil photo, et micro.
- Mot de passe: créer un mot de passe fort pour protéger votre téléphone.
- Chiffrement: si le téléphone n'est pas chiffré par défaut, chiffrez-le.
- Mettez en place un blocage de la carte SIM.
- Désactivez le débogage par USB de manière à ce que vos données ne puissent pas être copiées sans votre permission.

## AJOUTEZ DES COMPLÉMENTS

- Utilisez un VPN
- Utilisez une application sûre de messagerie telle que Signal.

- ❑ Utilisez Orbot pour vous connecter via le réseau anonyme Tor. Renseignez-vous sur la légalité ou non de l'usage de Tor dans votre pays
- ❑ Installez un moteur de recherche respectueux de la vie privée comme Duck Duck Go.
- ❑ Supprimez régulièrement votre historique Wifi.
- ❑ Éteignez le Bluetooth/NFC lorsque vous ne l'utilisez pas.
- ❑ Installez un antivirus libre, Avira ou Avast, qui peut bloquer les logiciels malveillants connus, localiser le téléphone et effacer les données à distance si votre téléphone est volé ou perdu.

## EFFECTUEZ LA MAINTENANCE



- ❑ Vérifiez régulièrement les permissions des applications.
- ❑ Supprimez les applications inutiles.
- ❑ Faites régulièrement des sauvegardes de vos données et nettoyez votre téléphone.
- ❑ Laissez parfois votre téléphone à la maison, pour casser un peu les habitudes (et leur lot de données).
- ❑ Soyez attentifs à de possibles spam et virus – ne cliquez pas sur des liens au hasard.
- ❑ Choisissez l'option "désactiver l'affichage des annonces personnalisées" dans votre compte Google (Paramètres des annonces), et cochez "réinitialiser l'identifiant publicitaire" (Google Play).
- ❑ Désactivez la localisation. Pensez au fait que cela vous empêchera de faire usage du GPS sur les cartes (Paramètres Google > services > localisation)
- ❑ Désactivez et effacez votre historique de localisation (Paramètres Google > services > localisation > historique google de localisation)