

GUIDE DE GESTION DES MOTS DE PASSE

Direction des Ressources Technologiques

2025-05-09

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Est-de-
l'Île-de-Montréal

Québec 



OBJECTIF

Ce document s'adresse à l'ensemble du personnel du CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal afin d'aider sur la gestion, la création et la mémorisation des mots de passe.

CONTEXTE

Le CIUSSS-EMTL de Montréal doit appliquer la nouvelle règle de Santé Québec de passer de 8 à 12 caractères. Les mots de passe sont importants. Ils constituent la première ligne de défense contre l'accès non autorisé à l'information sous la responsabilité du CIUSSS-EMTL .

EXPLICATION DE LA NOUVELLE RÈGLE DE PASSAGE DE 8 À 12 CARACTÈRES

Les mots de passe faibles peuvent créer d'importantes failles de sécurité, pouvant entraîner des accès non autorisés, des vols d'identité, des pertes financières, des violations de données et des atteintes à la réputation. Pour ces raisons, Santé Québec exige désormais un mot de passe de 12 caractères. Un mot de passe de 12 caractères augmentera le niveau de sécurité et ainsi rendra plus difficile sa divulgation.

Voici quelques conseils et méthodologies pour vous aider dans la création et la mémorisation de vos mots de passe :

1^{ÈRE} MÉTHODE : PHRASE DE PASSE

Une phrase de passe est une forme plus sécurisée de mot de passe. Les utilisateurs ont recours à des phrases pour générer leur propre mot de passe. En général, une phrase de passe est plus longue et contient des espaces. Une phrase de passe peut aussi contenir des symboles et n'a pas besoin d'être grammaticalement correcte.

Exemples:

1. Le Rosier que j'ai planté à l'automne se porte bien
2. Le chat noir dort sur le canapé vert !
3. Internet explorer est pas mal du tout finalement!
4. Jy suis monter en haut

2^{ÈME} MÉTHODE MNÉMOTECHNIQUE

Cette méthode consiste à créer un mot de passe en se basant sur quelque chose de facile à mémoriser, souvent en utilisant des éléments comme des dates, des lieux, ou des événements pour générer son mot de passe facilement. On utilisera alors des symboles et des chiffres pour substituer des lettres de l'alphabet et ainsi complexifier le mot de passe.

Exemple:

Le chat noir dort sur le canapé vert

Ce qui donnerait --> **L3Ch@tN0irD0rt\$urL3C@np3V3rt!**

Voici l'explication:

1. "**L3**": Pour le mot "**Le**" dont le chiffre "**3**" remplace la lettre "**e**"
2. "**Ch@t**": Pour le mot "**chat**" donc "**@**" remplace la lettre "**a**"
3. "**N0ir**": Pour le mot "**noir**" dont le chiffre "**0**" (zéro) remplace la lettre "**o**"
4. "**D0rt**": Pour le mot "**dort**" dont le chiffre "**0**" (zéro) remplace la lettre "**o**"
5. "**\$ur**": Pour le mot "**sur**" dont "**\$**" remplace la lettre "**s**"
6. "**L3**" Pour le mot "**Le**" dont le chiffre "**3**" remplace la lettre "**e**"
7. "**C@np3**" : pour le mot "canapé" avec "**@**" à la place de la lettre "**a**" et un "**3**" à la place de la lettre "**e**"
8. "**V3rt**" : pour le mot "**vert**" avec le chiffre "**3**" à la place de la lettre "**e**"

RECOMMANDATIONS

Voici un aperçu des critères et des bonnes pratiques en matière de mots de passe :

CRITÈRES OBLIGATOIRES

- Longueur minimale de **12 caractères**;
- Inclure au moins trois (3) des quatre critères suivants :
 - Lettre majuscule;
 - Lettre minuscule;
 - Chiffre;
 - Caractère spécial (ex. : #,!,@,\$,%=?,&,*,-,_).
- L'expiration du mot de passe est de 90 jours
- Ne pas utiliser de mots de passe évidents, comme « password » ou « 123456 »;
- Ne pas utiliser les mêmes caractères répétés de façon successive (ex. :aaa, 111);
- Ne pas réutiliser les douze (12) derniers mots de passe

BONNES PRATIQUES

- Ne réutilisez pas les mots de passe sur plusieurs comptes, ils doivent être uniques;
- Ne pas utiliser des mots de passe contenant des informations personnelles comme des noms de personnes, animaux, date de naissance ou de produits;
- Éviter l'utilisation de vos anciennes phrases et anciens mots de passe;
- Éviter de l'écrire sur un post-it ou un carnet accessible par n'importe qui;
- Ne pas communiquer votre mot de passe ou le partager, il doit rester confidentiel;
- PERSONNE ne doit vous le demander, il doit rester SECRET à vous-même.
- Ne pas sauvegarder son mot de passe dans l'historique ou votre navigateur;
- Ne pas afficher son mot de passe sur un ordinateur partagé;
- Éviter d'utiliser des mots de passe faciles à deviner (chiffre, nom de votre enfant, nom de votre animal...).

*Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Est-de-
l'Île-de-Montréal*

Québec 