Hasła, menedżer haseł i bezpieczna zmiana

Jedno konto — jedno d?ugie, niepowtarzalne has?o. Szczególnie chro? poczt?, która cz?sto umo?liwia odzyskanie innych kont.

LCPD / DATPOL · aktualizacja: 24.10.2026 · materia? do dopasowania do procedur organizacji.

Tworzenie i przechowywanie

Jako standard organizacyjny proponujemy minimum 16 znaków lub d?u?sz? fraz? z niepowi?zanych s?ów i zatwierdzony mened?er. Nie u?ywaj nazwy firmy, daty urodzenia ani wzoru Lato2026 zmienianego na Jesien2026. Nie kopiuj przyk?adów z poradników jako w?asnego has?a.

Kiedy zmieniać

Natychmiast po podejrzeniu ujawnienia, wpisaniu na fa?szywej stronie lub informacji o wycieku. Zmie? has?o fabryczne przy uruchomieniu i tymczasowe po przekazaniu konta. Nie narzucaj rutynowej zmiany co 30 dni bez powodu: NIST odradza arbitralne zmiany okresowe. Wyj?tek wynikaj?cy z systemu lub polityki wymaga uzasadnienia.

Jak zmienić bezpiecznie

Otwórz znany adres z zak?adki na zaufanym urz?dzeniu, nie link z alarmuj?cego maila. Ustaw unikatowe has?o, zapisz w mened?erze, sprawd? MFA i odzyskiwanie. Przy podejrzeniu przej?cia IT powinno tak?e odwo?a? sesje i tokeny oraz przejrze? regu?y poczty. Sama zmiana has?a mo?e nie wystarczy?.

Sprawdź w praktyce

- Nie wysy?am hase? w SMS ani zg?oszeniu.
- Nie zapisuj? hase? na monitorze lub w arkuszu.
- Nie powtarzam has?a prywatnie i s?u?bowo.
- Chroni? kody odzyskiwania.

Sytuacja z pracy

Mail nakazuje piln? zmian? has?a. Otwierasz aplikacj? ze swojej zak?adki i potwierdzasz komunikat z IT.

Źródła i dalsza lektura

- CERT Polska — bezpieczne has?a
- CERT Polska — kompleksowo o has?ach
- NIST SP 800-63B-4

BHP w IT na LCPD: zasady i szybkie dzia?ania

W podręczniku BHP w IT

Wszystkie tematy i rozdzia?y

Poprzedni temat: Zacznij tutaj: BHP prze?o?one na IT

Nast?pny temat: MFA, passkeys i niezamówione kody logowania

Wersja #2
Utworzono 2026-10-24 07:56:51 UTC przez Administrator DATPOL
Zaktualizowano 2026-10-24 07:56:52 UTC przez Administrator DATPOL