



SeniorNetTyresö

# Digitala Bryggan

2023 09 22

*Eva Blommegård, lösenord*  
*Christer Gilén, Bitwarden*

# Syfte med presentationen

Skapa förståelse.

Visa på vikten av ett bra lösenord.

# Syfte med presentationen



# Vad är ett lösenord?

**Hemlig teckenkombination.**

Synonymer: Inloggningskod, säkerhetskod, password, lösen, pin-kod, passerord, personlig kod, kodord, passord med flera

# Lösenord

Används för att logga in på  
olika typer av digitala tjänster.

# Syfte med lösenord

Autenticering, d.v.s.  
visa att du är du.

Skydda din information.

# Autenticering

”Kontroll av *uppgiven identitet*”



# Uppgiven identitet

Visar ett användar-id

tillsammans med ett lösenord

att du är du????

# Alternativa metoder för autentisering

Biometriska metoder t ex:

- ansiktsigenkänning
- fingeravtryck

Inte helt säkra metoder.

# Alternativ metod



Fler och fler konton ersätter lösenord med BankID.

# Vad är BankID och andra e-legitimationer

Den är kopplad till din identitet.

En bank eller utgivare ansvarar för att fastställa din identitet.

Alltid säkrare än lösenord.

# Rätt lösenord???

[https://sakerhetskollen.se/sakerhetsguider/  
valj-ratt-losenord](https://sakerhetskollen.se/sakerhetsguider/valj-ratt-losenord)



**(Bildspel på 1 minut)**

# Diskussion vid ditt bord.

Diskutera hur du hanterar  
och skapar dina lösenord.

**OBS!** Utan att avslöja  
dina lösenord

# E-postkonto

Extra viktigt att ha ett bra lösenord på e-postkontot.

Varför?

# Diskussion vid ditt bord.

**Varför är det extra viktigt  
att skydda e-posten?**

**Gäller även sociala medier  
(facebook t ex).**





# WEBMAIL - LOGGA IN

E-post

Lösenord

Kom ihåg mig

LOGGA IN

Glömt ditt lösenord?

[Återställ via e-post](#)

# E-postkonto

Vi återställer ofta  
andra konton via  
vårt e-postkonto.

# Skapa ett säkert/säkrare lösenord

Långt

Stora o små bokstäver

Specialtecken

# Varför ett långt lösenord?

Ju fler tecken desto  
svårare att forcera

# Hur lång tid tar det att hacka?

Enbart 8 siffror går nästan  
omedelbart att hacka.

8 små bokstäver tar ca 5  
sekunder.

Källa: Stöldskyddsföreningen

Antal tecken	Tid att hacka
6 tecken	30 sek
7 tecken	30 min
8 tecken	29 tim
9 tecken	71 dygn
10 tecken	11 år
11 tecken	646 år
12 tecken	37 millennier

# Samma lösenord?

Använd inte samma lösenord  
till flera olika inloggningar  
eller tjänster.

# 2FA

## Tvåfaktorsautentisering

Synonymer:

- Tvåstegsverifiering
- Multifaktoraautenticering



# 2FA

## Tvåfaktorsautentisering

Dubbelkoll för säker inloggning

Identitetskontroll görs med hjälp av två skilda former av information.

Ett extra krav utöver ditt lösenord som visar på att du verkligen är du för att kunna logga in.

# Skapa ett säkert/säkrare lösenord

## Kombinera

- siffror
- stora o små bokstäver
- specialtecken

# Skapa ett säkert/säkrare lösenord

Med hjälp av en personlig fras som många inte känner till. T.ex.

”Astrid ramlade i vattnet 1972”  
blir  
Astridramladeivattnet1972

# Skapa ett säkert/säkrare lösenord

Ta första bokstaven/siffran

i varje ord i en mening.

”Astrid ramlade i vattnet 1972”  
blir

Ariv1972

# Skapa ett säkert/säkrare lösenord

Sätt ihop några slumpvis

valda ord t.ex

stolblommavittvin

# Skapa ett säkert/säkrare lösenord

Använd inte detaljer som kan kopplas till dig som person. T.ex.

- personnummer
- adress
- del av namn

# Skapa ett säkert/säkrare lösenord BankID

BankIDs tangentbord har både siffror och bokstäver.

Skapa en mening i stället för en sifferkombination!

Skapa ett säkert/säkrare  
lösenord BankID, forts

REDANFREDAG

blir

73326373324 (11 tecken)



# Hur komma ihåg eller förvara lösenorden?

Memorera?

Skriva ner?

# Hur komma ihåg eller förvara lösenorden?

Spara inte i Google,

Microsoft m fl webbläsare.

Källa Internetstiftelsen: <https://internetkunskap.se/artiklar/sakerhet-pa-natet/spara-inte-losenord-i-webblasaren/>

# Lösenordshanterare

**En av flera är**

**Bitwarden**

**Skapa alltid  
unika lösenord!**

**Lämna aldrig ut  
dina lösenord  
till någon annan!**

# Lär dej mer på:

Säkerhetskollen.se  
(Stöldskyddsföreningen)

Säkerhetsguider

<https://sakerhetskollen.se/sakra-mina-losenord-och-prylar>

# Lär dej mer på:

Internetkunskap.se  
(Internetstiftelsen)

Säkerhet på nätet.

<https://internetkunskap.se/sakerhet-pa-natet/>

# Lär dej mer på:

Karl-Emil Nikka

Säkerhetsprofil.  
IT-säkerhetspecialist

<https://nikkasystems.com/>



# Bra källor

INTERNET   
STIFTELSEN

