

# Paramètres Instagram

**Instagram offre de très nombreuses possibilités de configurations. Dans ces conditions, il est parfois difficile d'y voir clair et de choisir les paramètres les mieux adaptés. Notre Check-list vous aidera à protéger au mieux votre compte et les informations que vous y publiez.**

Nous nous sommes efforcés de rédiger, à l'attention des particuliers, la Check-list la plus universelle possible. Mais, dans certains cas particuliers, les différents paramètres et possibilités de configuration peuvent différer. La Check-list fait référence aux paramètres Instagram disponibles au **11 janvier 2024**, telles qu'elles s'affichent dans le navigateur d'un ordinateur de bureau.

Fondamentalement, les paramètres décrits ici peuvent être repris automatiquement dans l'application Instagram. Selon le smartphone et le système d'exploitation, certains paramètres supplémentaires non considérés ici peuvent être présents dans l'application.

Pour afficher les paramètres de votre compte Instagram, cliquez sur les trois barres en bas à gauche, puis sélectionnez « Paramètres » dans le menu.

## Espace Comptes - Profile

Vous trouverez ici tous leurs comptes, comme Instagram, Facebook et Horizon.

## Espace Comptes - Expériences partagées

Rubrique	Recommandation
Partage sur plusieurs profils	Au besoin
Connexion avec les comptes	Définir quels comptes peut se connecter à d'autres comptes.

## Espace Comptes - Comptes

Vous pouvez à tout moment ajouter des comptes à cet aperçu des comptes ou en supprimer.

## Espace Comptes - Informations personnelles

Rubrique	Recommandation
Coordonnées	Utiliser une adresse de messagerie gratuite, sans élément permettant de vous identifier (ex. ferrari397@gmail.com).
Date de naissance	Affichage de la date de naissance
Confirmation d'identité	Instructions pas à pas pour la vérification de vos informations.

Propriété et contrôle du compte

Commémoration – Au besoin  
Désactivation ou suppression – Si vous souhaitez désactiver ou supprimer un compte.

## Espace Comptes - Mot de passe et sécurité

Rubrique	Sous-rubrique	Recommandation
Connexion et récupération	Changer de mot de passe	Gérez vos mots de passe en dehors de Instagram, à l'aide par exemple d'un gestionnaire de mots de passe.
	Authentification à deux facteurs	Activer
	Informations de connexion enregistrées	Informations sur les connexions enregistrées.
Contrôles de sécurité	Lieux de connexion	Liste générée automatiquement par Meta.
	Alertes de connexion	Activer pour tous les comptes.
	E-mails récents	E-mail reçu
	Contrôle de la sécurité	Ici, vous pouvez vérifier la sécurité de vos comptes.

## Espace Comptes - Vos informations et autorisations

Rubrique	Recommandation
Accéder à vos informations	Vous êtes redirigé vers votre compte Facebook pour y consulter vos informations.
Télécharger vos informations	Vous pouvez demander à tout moment une copie de vos informations.
Transférer une copie de vos informations	Vous pouvez transférer une copie des informations que vous avez créées ou partagées sur Facebook ou Instagram vers un autre service.
Historique de recherche	Au besoin
Votre activité en dehors des technologies Meta	Si possible, ne reliez vos activités avec les technologies Meta.
Gérer les contacts	Si possible, ne pas synchroniser vos listes de contacts avec Instagram.
Gérer les cookies	Au besoin

## Espace Comptes - Préférences publicitaires

Au besoin

## Espace Comptes - Paiements

Rubrique	Recommandation
Paiements des publicités	Au besoin
Meta Pay	Nécessaire pour certains jeux et activités. Le cryptage et la sécurité sont conformes aux normes courantes.

## Espace Comptes - Meta Verified

Un abonnement Meta-Verified vous permet d'accéder à des avantages supplémentaires et à une protection accrue pour votre compte. Ce paramètre doit être réglé en fonction de vos besoins.

## Modifier profil

Ici, vous pouvez modifier votre photo de profil, créer une fiche descriptive, donner des indications sur le sexe et faire des réglages sur les propositions de compte.

## Applications et sites web

Vous voyez ici toutes les applications et site web qui sont liés à votre compte Instagram.

## Notifications par e-mail

Au besoin

## Notifications push

Au besoin

## Ce que vous voyez

Les indications «J'aime» peuvent être réglées ici.

## Qui peut voir votre contenu

Si vous ne souhaitez pas partager votre profil avec le public, définissez ici votre compte en mode privé.

## Moyens d'intéragir avec vous

Rubrique	Sous-rubrique	Recommandation
Message		Au besoin

Statut en ligne		Ne pas activer
Story	Vues	Au besoin
	Réponse	Au besoin
	Enregistrement	Au besoin
	Partage	Ne pas activer
Commentaires		Au besoin
Mentions	Autoriser les @mentions de	Personne
	Comptes restreints	Vous avez la possibilité de restreindre les interactions indésirables avec d'autres profils.
	Qui peut vous identifier	Personne
	Approuver les identifications manuellement	Approuver manuellement les messages dans lesquels tu es identifié(e)
Mots et expressions offensants	Masquer les commentaires	Activer
	Filtrage avancé des commentaires	Ne pas activer
	Masquer les invitations par message	Activer

## Supervision

Au besoin

## Aide

Vous pouvez obtenir de l'aide et des informations concernant le statut de votre compte.

## Abonnements

Vous pouvez visualisez la liste de vos abonnements.