

SICHER IM NETZ - CHECKLISTE

Wir BestAger

Digitale Sicherheit ist weniger Technik als Aufmerksamkeit und ein paar gute Routinen. Diese Kurzliste ist dein schneller Check für Alltag, Einkauf und Notfälle.

So nutzt Du diese Liste: durchgehen, die Punkte umsetzen und alle paar Monate kurz prüfen.

1) STOPP MOMENT IM ALLTAG

- Nimm dir Zeit bevor du klickst bezahlst oder Daten eingibst
- Reagiere nicht unter Druck auch wenn eine Nachricht dringend wirkt
- Öffne wichtige Seiten selbst im Browser statt über Links in Nachrichten

2) GERÄTE GRUNDSICHER MACHEN

- Aktiviere automatische Updates für Handy Tablet und Computer
- Installiere Apps nur aus offiziellen App Stores
- Aktiviere Gerätesuche und Fernsperre für den Verlustfall
- Mache ein Backup deiner wichtigsten Daten

3) PASSWÖRTER UND ANMELDUNG

- Nutze lange unterschiedliche Passwörter für wichtige Konten
- Verwende einen Passwort Manager
- Aktiviere Zwei Faktor Anmeldung bei E Mail Banking und Social Media
- Nutze Passkeys wo angeboten

4) PHISHING UND BETRUG ERKENNEN

- Prüfe Absender und Schreibweise sehr genau
- Klicke nicht auf Links in verdächtigen Mails SMS oder Messenger Nachrichten
- Gib keine Zugangsdaten ein wenn du über einen Link auf eine Seite gekommen bist
- Gib am Telefon keine Daten bekannt lege auf
- Lass niemanden per Fernzugriff auf dein Gerät

Wir BestAger Newsletter – Abonnent:innen bekommen regelmässig

- viel Wissen, spannende Interviews und News
- kostenlose Ratgeber und Checklisten
- Einladungen zu Netzwerktreffen
- spezielle 50+ Angebote



5) SICHER EINKAUFEN UND BEZAHLEN

- Prüfe Impressum und Erreichbarkeit bevor du bei unbekanntem Shops bestellst
- Sei vorsichtig bei extrem günstigen Preisen oder Zeitdruck Angeboten
- Nutze einen seriösen Shop Check bevor du bezahlst
- Bevorzuge Zahlungsarten mit Käuferschutz
- Speichere Bestellbestätigung und Belege sofort ab

6) WENN DOCH ETWAS PASSIERT IST

- Ändere Passwörter und starte bei E Mail und Banking
- Informiere Bank oder Kreditkartenanbieter und lasse Zugänge sperren
- Sichere Beweise wie Mails Screenshots und Zahlungsbelege
- Melde den Vorfall bei Watchlist Internet
- Hole dir Hilfe bei der Internet Ombudsstelle bei Online Kauf oder Abo Problemen

7) WICHTIGE DATEN UND NOTIZEN

- Notfallkontakt
- Bank Sperrnummer
- Kreditkarten Sperrnummer
- Mobilfunk Anbieter Hotline für SIM Sperre

SEMINAR SICHER IM NETZ OHNE TECHNIK STRESS

Im Rahmen von Wir BestAger bietet Ulrike Ischler (Gründerin Wir BestAger und Digitale Senior:innen Trainerin) Seminare für Menschen 50 plus die Internet und Smartphone aktiv nutzen und mehr Sicherheit wollen

- Du lernst typische Betrugsmaschen zu erkennen und Warnsignale früh zu sehen
- Du weißt danach was im Ernstfall zu tun ist und welche Stellen helfen können
- Du übst Informationen im Netz besser zu bewerten und seriöse Quellen zu erkennen
- Du bekommst eine Mini Einführung wie KI Tools dir Dinge verständlich erklären können

Hier findest zu weitere Infos zum Seminar
[Link zu "Sicher im Netz"](#)

