

# SENIOREN SIND AUF ZACK



Polizeipräsidium  
Osthessen



## Sicher im Internet

Infos | Check-Liste | Erste Hilfe

[www.auf-zack.de](http://www.auf-zack.de)

# Sicher im Internet

Das Internet bietet auch älteren Menschen viele Möglichkeiten: Einkaufen, Bankgeschäfte erledigen, aktuelle Nachrichten lesen oder interessante Themen recherchieren – und das alles bequem vom Schreibtisch aus.

Gerade für Senioren, die nicht mehr so mobil sind, ist dies praktisch. Allerdings ist es wichtig, dabei einige Sicherheitsmaßnahmen zu beachten.

## Check-Liste

- Installieren Sie auf Ihrem PC eine Firewall und einen Virenschanner. Viele Betriebssysteme bieten eine Firewall, die Sie lediglich aktivieren müssen.
- Halten Sie Ihre Software immer auf dem aktuellen Stand, zum Beispiel über automatische Updates.
- Gehen Sie sorgsam mit Ihren persönlichen Daten um. Überlegen Sie sich genau, wo im Netz Sie welche Daten eingeben.
- Nutzen Sie bei der Eingabe sensibler Daten, zum Beispiel Ihrer Kontodaten, unbedingt eine verschlüsselte Verbindung. Die Adresszeile im Browser beginnt dann mit „https“.
- Achten Sie darauf, sichere Passwörter zu verwenden. Sichere Passwörter umfassen mindestens acht, besser zehn Zeichen: Groß- und Kleinbuchstaben, kombiniert mit Zahlen und Sonderzeichen. Sie sollten auf den ersten Blick sinnlos zusammengesetzt sein. Nehmen Sie für jede Anwendung ein anderes Passwort und ändern Sie dieses regelmäßig. Speichern Sie Ihre Passwörter nicht auf dem PC.
- Seien Sie vorsichtig, wenn Sie E-Mails von Unbekannten erhalten. Öffnen Sie nur E-Mail-Anhänge, wenn Sie den Absender kennen.
- Geben Sie niemals die Zugangsdaten zum Online-Banking ein, wenn Sie dazu per Mail aufgefordert werden. Kein Geldinstitut oder sonstiger Diensteanbieter im Internet versendet E-Mails, in denen nach PINs, TANs oder Kennwörtern gefragt wird.
- Wenn Sie Online-Banking betreiben: Geben Sie die Internet-Adresse Ihrer Bank immer per Hand in die Adresszeile Ihres Browsers ein.
- Nutzen Sie für Aktivitäten im Internet, bei denen Sie persönliche Kennwörter verwenden, keine allgemein zugängliche Hardware (wie z. B. Rechner im Hotel oder Internetcafe) und keine unverschlüsselten Funknetze.
- Installieren Sie auf Ihrem PC nur Software aus vertrauenswürdigen Quellen.
- Prüfen Sie Downloads vor der Anwendung durch aktuelle Schutzprogramme.

SENIOREN SIND  
AUF

ZACK

[www.auf-zack.de](http://www.auf-zack.de)



Polizeipräsidium  
Osthessen