TEBO
Landkreis Gifhorn

Sicher im Netz 2026

Ein Überblick zu den Risiken
… und einige Lösungen

Arne Dörnenburg

Müden am 17.03.2026

Das TEBO Ehrenamts-Projekt

TEBO Landkreis Gifhorn

- Wer/Wie/Was: seit 2022, Ausbildung durch KVHS, ca. 30 TEBO
- Angebot: Vorträge + Kurse, siehe: TeboWeb. Ggf. Hausbesuche
- Internetseite: https://www.tebo-gifhorn.de
- Finanzierung: Fördermittelgeber, Spenden

Förderung durch: LANDKREIS GIFHORN STIFTUNG + bagso DigitalPakt Alter Erfahrungsort

Zusammenarbeit mit:

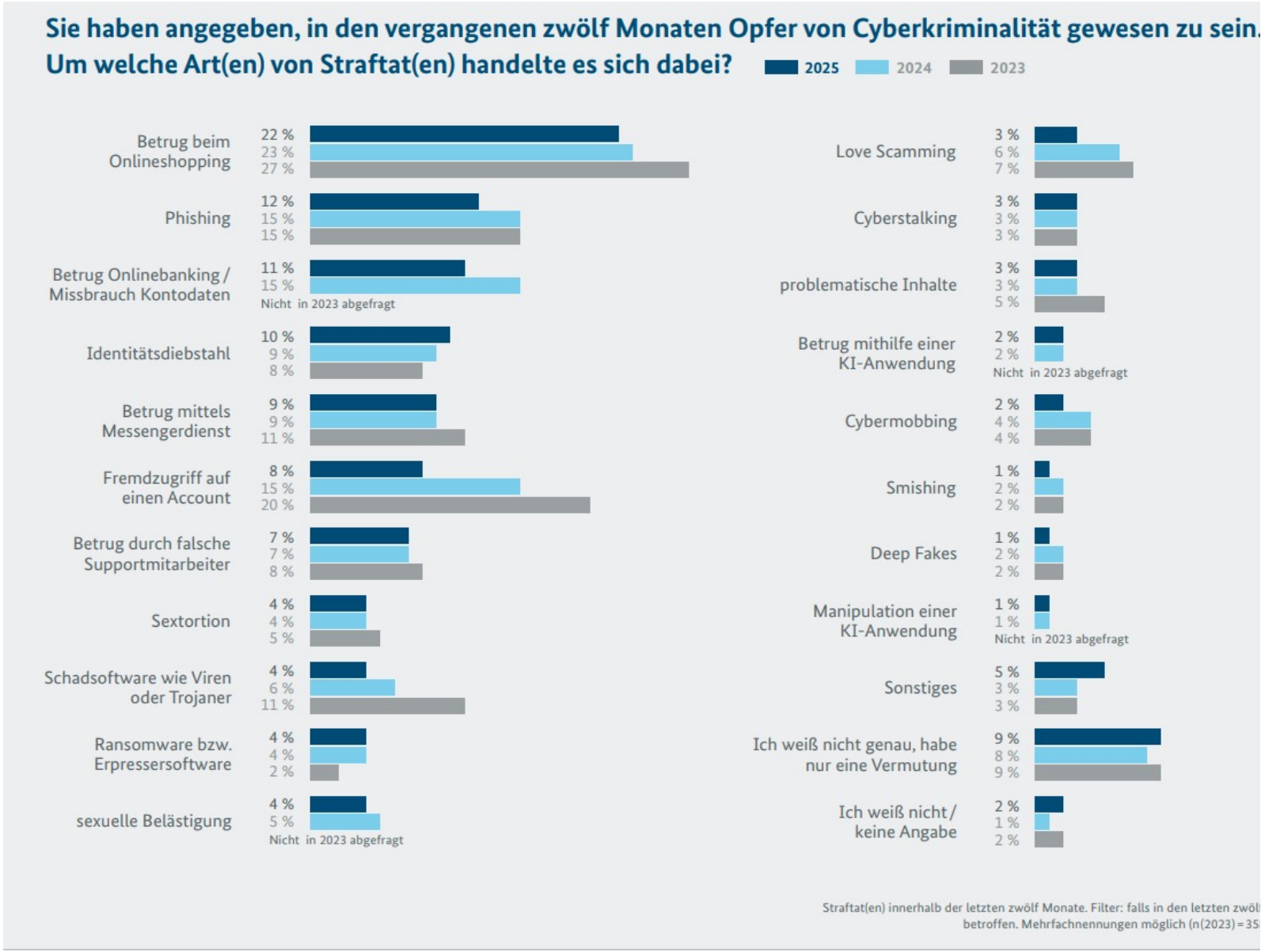
LANDKREIS GIFHORN ... natürlich stark !

SENIORENBEIRAT STADT GIFHORN

KREISSENIORENBEIRAT LANDKREIS GIFHORN

Woher kommen die Bedrohungen?

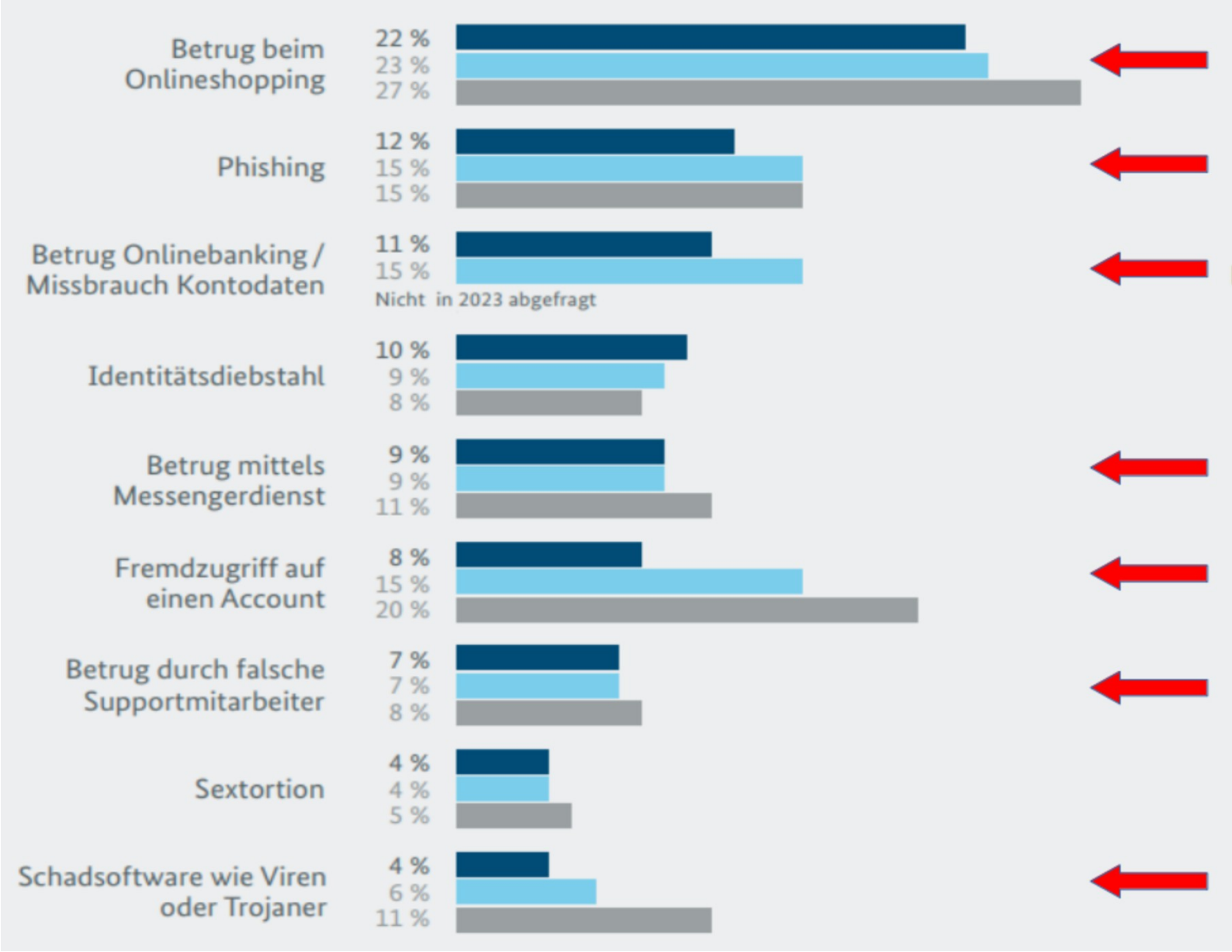
TEBO Landkreis Gifhorn



Quelle: www.bsi.bund.de

Woher kommen die Bedrohungen?

TEBO Landkreis Gifhorn



Quelle: www.bsi.bund.de

Unsere Themen

TEBO Landkreis Gifhorn

- Warum wir betroffen sind ...
- Betrug per Telefon
- Betrug per Mail, SMS, QR, Zeitschriften
- Betrug beim Online-Einkauf: Fake-Shops, Bezahlverfahren
- Betrug beim Online-Banking
- Smartphone und Schutz
- Passworte, 2-Faktor-Authentifizierung (2FA)
- Schadsoftware, Virenschutz
- Praktische Handlungstipps

Warum (auch) ältere Menschen betroffen sind

TEBO Landkreis Gifhorn

- Viele Menschen über 60 sind mit Werten wie Höflichkeit, Hilfsbereitschaft und Vertrauen gegenüber Autoritäten aufgewachsen
- Genau diese Eigenschaften werden von Betrügern ausgenutzt
  - Zeitdruck erzeugen („Sie müssen sofort handeln“)
  - Auslösen von Angst („Ihr Konto ist in Gefahr“)
  - Vorspiegeln von Autorität („Hier spricht die Polizei“)
  - Aufbau von Vertrauen („Ich helfe Ihnen doch nur“)

- Was kann ich tun?
  - **Wichtig:** Selbstschutz ist keine Unhöflichkeit
  - Ich darf misstrauisch sein
  - Ich darf jederzeit auflegen oder um Bedenkzeit bitten

TEBO
Landkreis Gifhorn

Betrug durch Täuschung

„Früher stand der Trickbetrüger vor der Haustür.

Heute sitzt er irgendwo auf der Welt
– aber klingelt digital.“

Betrug durch Täuschung

„Früher stand der Trickbetrüger vor der Haustür.

Heute sitzt er irgendwo auf der Welt
– aber klingelt digital.“

ChatGPT 5.2

Betrug durch Täuschung (Scam)

TEBO Landkreis Gifhorn

- Bekannt: Enkeltrick (WhatsApp / Neue Nummer / dringend überweisen)
- Microsoft Support ruft an
- Telefon: “angeblicher Mitarbeiter“ (Bank, Polizei, Behörde)
- Schockanrufe oder „Polizeianruf“
- Erpressung (intime Bilder) ► Nicht antworten/Passwort ändern

- Was kann ich tun?
  - **Bitte unbedingt auflegen, Kontakt abbrechen!**
  - „Enkel“ ► Bisherige Nr. **an**rufen, **nicht** zurückrufen, **nicht** überweisen
  - Nie Konto- oder Zugangsdaten (Online/Offline) preisgeben!
  - **Nie** Geld an Fremde senden
  - Banken bitten nie am Telefon um persönliche Daten/PIN/Passwort
  - Polizeibeamte fordern nie auf, Bargeld/Schmuck herauszugeben

KI gestützte Betrugsformen [NEU]

- Sogenanntes „Identitäts-Deepfake“
  - Stimmen-/Video-Imitation
  - Perfekte Texte durch KI

- Was kann ich tun?
- **Wie beim „normalen“ Telefonbetrug**
  - Unbedingt auflegen
  - Auf **anderem Weg** beim angeblichen Anrufer sofort rückfragen

Betrug per .....

Betrug per Mail

TEBO Landkreis Gifhorn

DKB

Aktion erforderlich: Bitte aktualisieren Sie Ihre Anmeldeinformationen

Sehr geehrte Kunde,

Mit dieser Mitteilung teilen wir Ihnen mit, dass Ihr Online-Banking-Profil aus Sicherheitsgründen deaktiviert wurde.
Die neuen Regelungen verlangen von Kontoinhabern in regelmäßigen Abständen eine kurze „Bestätigung" ihrer aktuellen Angaben als Maßnahme gegen unbefugte „Kontonutzung" und „Geldwäsche".
Um unsere Dienste weiterhin wie gewohnt nutzen zu können und eine drohende Schließung Ihres Kontos und Ihrer Karte zu vermeiden, tun Sie dies bitte umgehend.

Konto Aktualisieren >

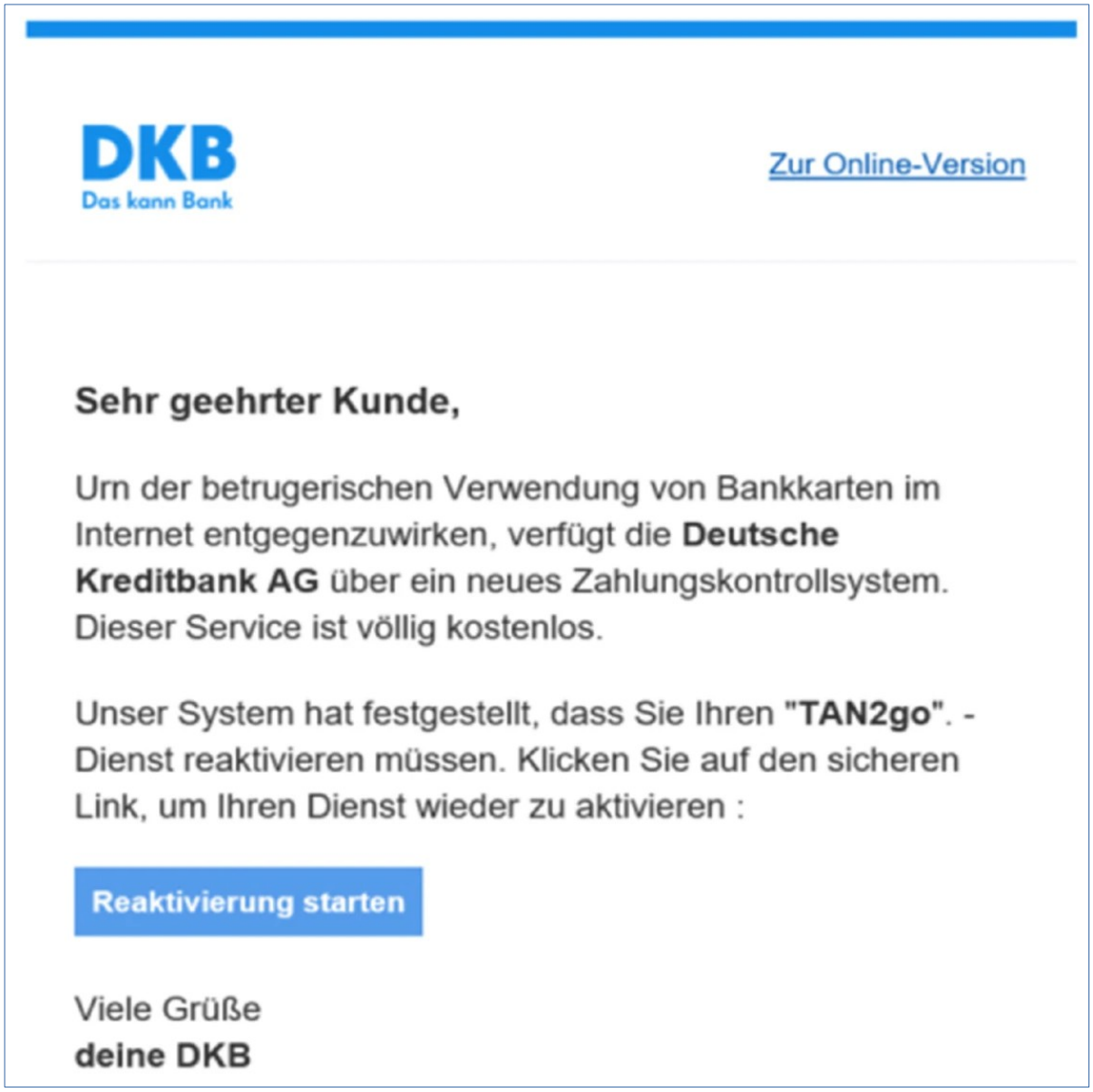
Wichtig: Wenn Sie diese E-Mail ignorieren, haben Sie nur eingeschränkten Zugriff auf Funktionen.

Mit freundlichen Grüßen ,
Ihre DKB

Quelle: www.dkb.de

Betrug per Mail

TEBO Landkreis Gifhorn



DKB
Das kann Bank

Zur Online-Version

Sehr geehrter Kunde,

Urn der betrugerischen Verwendung von Bankkarten im Internet entgegenzuwirken, verfügt die **Deutsche Kreditbank AG** über ein neues Zahlungskontrollsystem. Dieser Service ist völlig kostenlos.

Unser System hat festgestellt, dass Sie Ihren **"TAN2go"**. - Dienst reaktivieren müssen. Klicken Sie auf den sicheren Link, um Ihren Dienst wieder zu aktivieren :

Reaktivierung starten

Viele Grüße
deine DKB

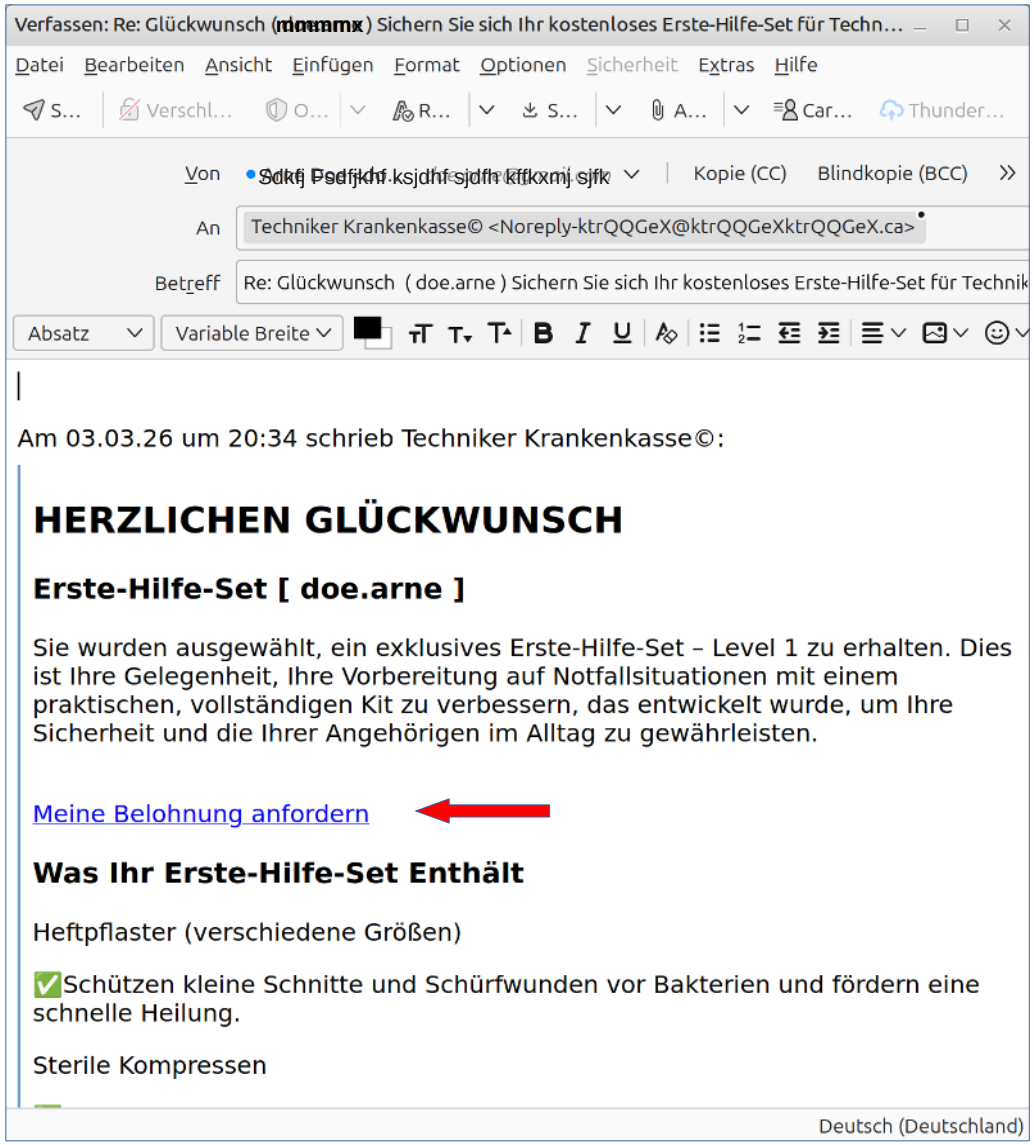
Quelle: www.dkb.de

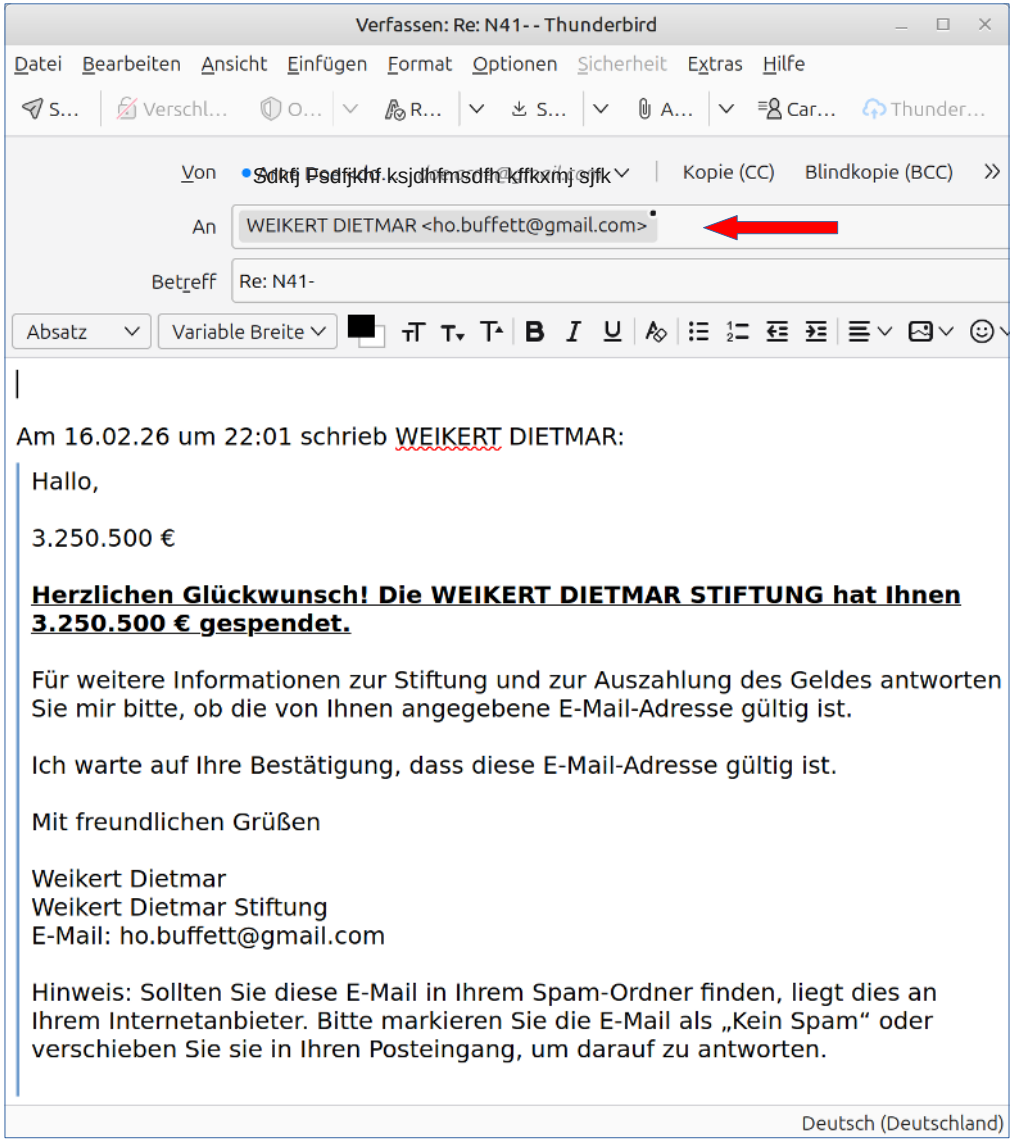
Sehr geehrter Kunde,
die Aktualisierung der DKB-APP steht aus bitte nachholen:
https://dkb-sicherheit.com/?tkn=b69a

Auch: www.commerzbank.de

Betrug per Mail

TEBO Landkreis Gifhorn

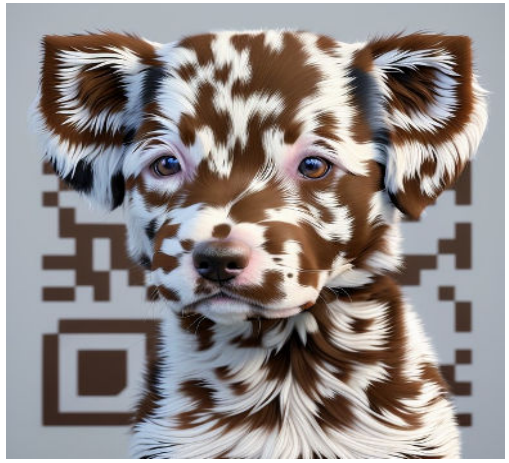




Phishing, Smishing, Quishing, ...

TEBO Landkreis Gifhorn

- Betrugsmaschen um Daten (TelNr, Adresse, …)
  und Geld abzugreifen (Kreditkarte, Pin, Logindaten)



- Begriffe
  - Phishing: E-Mail Betrug
  - SMS-, QR-Code-, Telefon-Betrug
  - Gewinnspiele, Zeitschriften

- Was kann ich tun?
  - Nie Links in Emails/SMS klicken, immer original Seite aufrufen
  - Links prüfen: Leicht verändert? zB: login-dkb.de statt dkb.de (??)
  - **Nie** 2FA-Codes weitergeben
  - **Nie** direkt zahlen, offizielle App/Website prüfen
  - Immer sparsam mit persönlichen Daten

- Training/Info:
  - https://phishingquiz.withgoogle.com/
  - verbraucherzentrale.de, phishingradar

Bilder: pixabay.com

TEBO
Landkreis Gifhorn

Online Einkauf

Online einkaufen

TEBO Landkreis Gifhorn

- Fake-Shops: Geld kassieren, ohne Ware zu liefern
- Veraltet: fehlendes Impressum/Datenschutzerklärung, keine AGB, nur eine Bezahlmethode, fehlende Gütesiegel
- Veraltet: “Gütesiegel geben hier besondere Sicherheit“ Jein ►(Erklärung...). Die kann ich mir aber auch kopieren

- Professionell wirkende Shops, Lebensdauer oft < 1 Tag
- Extrem günstige Preise, nur Vorkasse, Zeitdruck (andere Interessenten: „jetzt kaufen, sonst weg“)
- Angebliche Insolvenzen / Geschäftsaufgaben

- Was kann ich tun?
- Frage Dich: Ist es zu schön um wahr zu sein?
- https://www.verbraucherzentrale.de/fakeshopfinder

Bezahlverfahren im Netz

TEBO Landkreis Gifhorn

Rechnung	+ Sicherste Bezahlmethode: ich erhalte und prüfe die Ware, bevor ich bezahle + Widerrufsrecht
Lastschrift, Nachnahme	+ Rückbuchbar, Widerrufsrecht - Kontodaten angeben, Ware nicht prüfbar
Kreditkarte	+ 2FA, viele mit Käuferschutz - alle Daten angeben, Rückabwicklung schwierig
PayPal, GooglePay, ApplePay, Klarna	+ Keine Kontodaten angeben, Käuferschutz (PayPal, Klarna)
WERO	+ Echtzeit, Bank-zu-Bank - Kein Käuferschutz
Vorkasse	- Keine Möglichkeit, Geld zurückzufordern, falls Ware mangelhaft / nicht ankommt - Kein Geld zurück, Ware nicht prüfbar

Smartphone

Smartphone

- **<u>Smartphone-Schutz</u>**
  - **MUSS**: Muster, PIN, Passwort, Biometrie
  - Updates
- **Schadsoftware**
  - Nur aus offiziellen Stores laden
  - Virenschutz: ja/nein...
- **Öffentliches WLAN**
  - Wenn: Bei WLAN kein Passwort erforderlich ist
  - Dann: Keine Bankgeschäfte oder sensible Infos
- **Vor Spam Anrufen/Nachrichten schützen**
  - Drittanbieter-Sperre (Mobilfunkanbieter)
  - Spamschutz auf Smartphone aktivieren
  - Apps: Truecaller / CleverDialer

Bilder: pixabay.com

Smartphone

- Im Folgenden „Live-Anpassung“ der Smartphones
  - **Bildschirm-Zugangs-Sperre einrichten**
  - Evtl.: Spamfilter für Nachrichten

- Alle, die mit ihrer Bildschirm-Sperre „unglücklich“ sind
  oder gar keine haben, können jetzt gemeinsam mit uns die Sperre einrichten bzw. anpassen

- Unterstützung durch die **TEBOs**

Smartphone: Zugangs-Sperre einrichten

TEBO Landkreis Gifhorn

Android

- Einstellungen 
- Sperrbildschirm
- Art der Sperre (Typ)

iOS

- Einstellungen 
- Face-ID + Code oder
- Touch-ID + Code

Smartphone: Spamfilter für Nachrichten

TEBO Landkreis Gifhorn

Android

- Öffne die App „Messages“ („Nachrichten“)
- Tippe oben rechts auf das „Kontobild“
- Tippe auf „Messages-Einstellungen“
- Sicherheit und Datenschutz → „Spamschutz“ einschalten

iOS

- Spamfilter für Nachrichten ist ab iOS 26 standardmäßig aktiv
- Öffne die App „Nachrichten“
- Tippe oben rechts auf „Filter“ → „Filter verwalten“
- Aktiviere oder deaktiviere „Spam filtern“
- Optional: „Unbekannte Absender überprüfen“: Nachrichten filtern

Passworte

TEBO Landkreis Gifhorn

- Passworte = Hausschlüssel, wer den Schlüssel hat, kann rein!
- Häufigste Passworte Deutschland

`123456`	`123456789`	`565656`
`12345678`	`hallo123`	`kaffeetasse`
`1234567`	`passwort`	`lol123`

- Diese Passworte werden in unter einer Sekunde geknackt
- Oft empfohlene Maßnahmen
  - Jeder Dienst 1 Passwort
  - mindestens 12 Zeichen lang sein
  - Groß- und Kleinbuchstaben, Zahlen und Sonderzeichen enthalten
  - nicht im Wörterbuch vorkommen
  - keine persönliche Informationen enthalten (Geburtsdaten, eigene oder Haustier-/Partner-Namen, etc.)

Passworte

TEBO Landkreis Gifhorn

- Das ist für die meisten Menschen **viel** zu kompliziert
- Alternativen:
  - Passwort-Manager. **JA!** Es gibt leider keine für Senioren
  - Passwort im Browser speichern. JEIN: Vor-/Nachteile
  - Zwei-Faktor-Authentifizierung (2FA): Geht noch nicht überall
  - Passkeys: Auch Super! Aber: noch am Anfang…
  - **Nur zuhause:** Zettel. Aber nicht auf dem Schreibtisch
  - Mein Vorschlag: Ein Basispasswort, viele Endungen…
    - AimMk,hwu1gNg:fa22
    - Ih3KudhK,PuL:ac :ba :ma :ol
- Was kann ich tun?
  - **Unbedingt**: Jeder Dienst 1 Passwort
  - **Wo immer möglich**: 2FA
  - Passwortmanager oder Basispasswort+Endung

Passworte

TEBO Landkreis Gifhorn

- Das ist für die meisten Menschen **viel** zu kompliziert
- Alternativen:
  - Passwort-Manager. **JA!** Es gibt leider keine für Senioren
  - Passwort im Browser speichern. JEIN: Vor-/Nachteile
  - Zwei-Faktor-Authentifizierung (2FA): Geht noch nicht überall
  - Passkeys: Auch Super! Aber: noch am Anfang…
  - **Nur zuhause:** Zettel. Aber nicht auf dem Schreibtisch
  - Mein Vorschlag: Ein Basispasswort, viele Endungen…
    - AimMk,hwu1gNg:fa22 — Als ich meinen Mann kennenlernte, haben wir uns eine ganze Nacht geküsst
    - Ih3KudhK,PuL:ac — Ich habe drei Kinder und die heißen Karl, Paul und Laura (:facebook)
- Was kann ich tun?
  - **Unbedingt**: Jeder Dienst 1 Passwort
  - **Wo immer möglich**: 2FA
  - Passwortmanager oder Basispasswort+Endung

TEBO
Landkreis Gifhorn

Maßnahmen / Tipps

Maßnahmen (Internet)

TEBO Landkreis Gifhorn

- **BITTE**
  - Keine Daten an Gewinnspiele
  - Keine Daten an Social-Media-Profile
  - Keine Personalausweisdaten ohne Not

- **MERKE**
  - Microsoft ruft **NICHT** an (und will auf Deinen Rechner)
  - Bankmitarbeiter ruft **NICHT** an (und erfragt Deine Daten)
  - Polizei/Behörde ruft **NICHT** an (und erfragt persönliche Daten)
  - Mr. BöserBube hat **KEINE** Nacktbilder von Dir!
  - Der Dandy vom Online-Date **WIRD** Geld wollen

Maßnahmen (Telefon)

TEBO Landkreis Gifhorn

- Ausländische Telefonnummer? Kenne ich da überhaupt wen?
- Bei unterdrückter Nummer nicht abnehmen oder gar zurückrufen*
- Dasselbe bei unbekannter Nummer* ► Guck auf die Nummer!
- Was kann ich tun? ...falls ich doch abgenommen habe
  - Sofort auflegen wenn niemand spricht, oder Bandansage
  - Ruf Deinen Menschen unter der **bisherigen** Nummer an, wenn er (angeblich) eine neue hat
  - Wenn Dich jemand am Telefon nach persönlichen Daten fragt, ist es **NICHT** seriös!
  - Nicht „Ja“ antworten auf: Können Sie mich hören/Sind Sie noch dran?
    ► Allg. Empfehlung: Ich höre Sie / Ich bin noch dran

Maßnahmen (Telefon)

TEBO Landkreis Gifhorn

- Ausländische Telefonnummer? Kenne ich da überhaupt wen?
- Bei unterdrückter Nummer nicht abnehmen oder gar zurückrufen*
- Dasselbe bei unbekannter Nummer* ► Guck auf die Nummer!
- Was kann ich tun? ...falls ich doch abgenommen habe
  - Sofort auflegen wenn niemand spricht, oder Bandansage
  - Ruf Deinen Menschen unter der **bisherigen** Nummer an, wenn er (angeblich) eine neue hat
  - Wenn Dich jemand am Telefon nach persönlichen Daten fragt, ist es **NICHT** seriös!
  - Nicht „Ja“ antworten auf: Können Sie mich hören/Sind Sie noch dran?
    ► Noch besser: **NEIN!**

Maßnahmen

TEBO Landkreis Gifhorn

- Handle nicht unter Zeitdruck. Wenn Du nervös wirst: LASS ES!
- Dringender Handlungsbedarf ist immer ein Hinweis auf Betrug
- Möglichst wenig Daten über sich preisgeben. **Immer!**
- JEDER Dienst braucht ein EIGENES Passwort
- Vorsicht bei öffentlichem WLAN (kein Schloss/Passwort)
- Zwei-Faktor-Authentifizierung einschalten (2FA)
- Bei unklaren Nachrichten beim Absender nachfragen (2. Weg)
- Gib niemals persönliche Daten oder PIN/Passwort auf unbekannten Seiten ein

Maßnahmen

TEBO Landkreis Gifhorn

- **FRAGE DICH**
  - Brauchen die für **diesen Zweck** wirklich all diese Daten von mir?
  - Habe **ICH** die Mail/SMS ausgelöst? Nein? Wer dann?
  - Wieso will die Bank meine IBAN wissen?
    ►Dreh den Spieß um: „Sagen Sie es mir, ich bestätige dann“
  - Wenn man sich unsicher ist oder sich überfordert fühlt:
    ►“Bitte melden Sie sich bei mir schriftlich“
  - Ist es zu schön um wahr zu sein?
  - Ist ja komisch… Kann das überhaupt sein?
  - Wieso bin ich gerade nervös/habe Angst?
    ►Sofort aufhören!

Maßnahmen

TEBO Landkreis Gifhorn

- Vorbeugend lernen / Info
  - Phishingbeispiele: https://phishingquiz.withgoogle.com/
  - Phishing-Radar: verbraucherzentrale.de, phishingradar
  - Identitätsdaten ausspioniert? https://sec.hpi.de/ilc/search
  - TEBO: https://tebo-gifhorn.de/

- Checklisten
  - Email/SMS
    - Öffne keine Links oder Anhänge in Emails, sondern immer App bzw. bekannte Webseite
  - Bezahlvorgang
    - Nutze am besten Rechnung
    - Nie 2FA-Codes weitergeben
  - „Oma, ich brauche Geld…“
    - Auf bisheriger Nummer anrufen, **nicht** zurückrufen
    - Kein Geld überweisen

Wenn es doch passiert: Notfall

TEBO Landkreis Gifhorn

- Notfallplan (Bank)
  - Bank sofort anrufen
  - Karte sperren (+49 116 116)
  - Anzeige erstatten
  - Nicht schämen

- Notfallplan (Telefon)
  - Das Wichtigste: Bleib ruhig, denk nach!
  - Es geht nicht um Sekunden!
  - Kann das überhaupt sein?
  - Hat mir vielleicht jemand nur Angst gemacht?

Wenn es doch passiert: Wer kann helfen?

TEBO Landkreis Gifhorn

- Doch auf den Link geklickt? Doch schon eingeloggt? Mache Screenshots, dokumentiere alles

- Erstattete Anzeige bei Polizeien/Onlinewachen der Länder oder örtliche Polizeidienststelle https://www.polizei.de/

- Quellen:
  - https://www.bka.de
  - https://www.bsi.bund.de
  - https://www.polizei-beratung.de
  - https://www.verbraucherzentrale.de

Ende

TEBO Landkreis Gifhorn

- Vielen Dank für ihr Interesse
- Einer geht noch: Wer kriegt das noch zusammen?
  - AimMk,hwu1gNg
  - Ih3KudhK,PuL
- Weitere Vorträge / Kurse unter
  https://www.tebo-gifhorn.de
- Letzte Erinnerung: Im Falle das, …

  Bleib ruhig, denk nach!

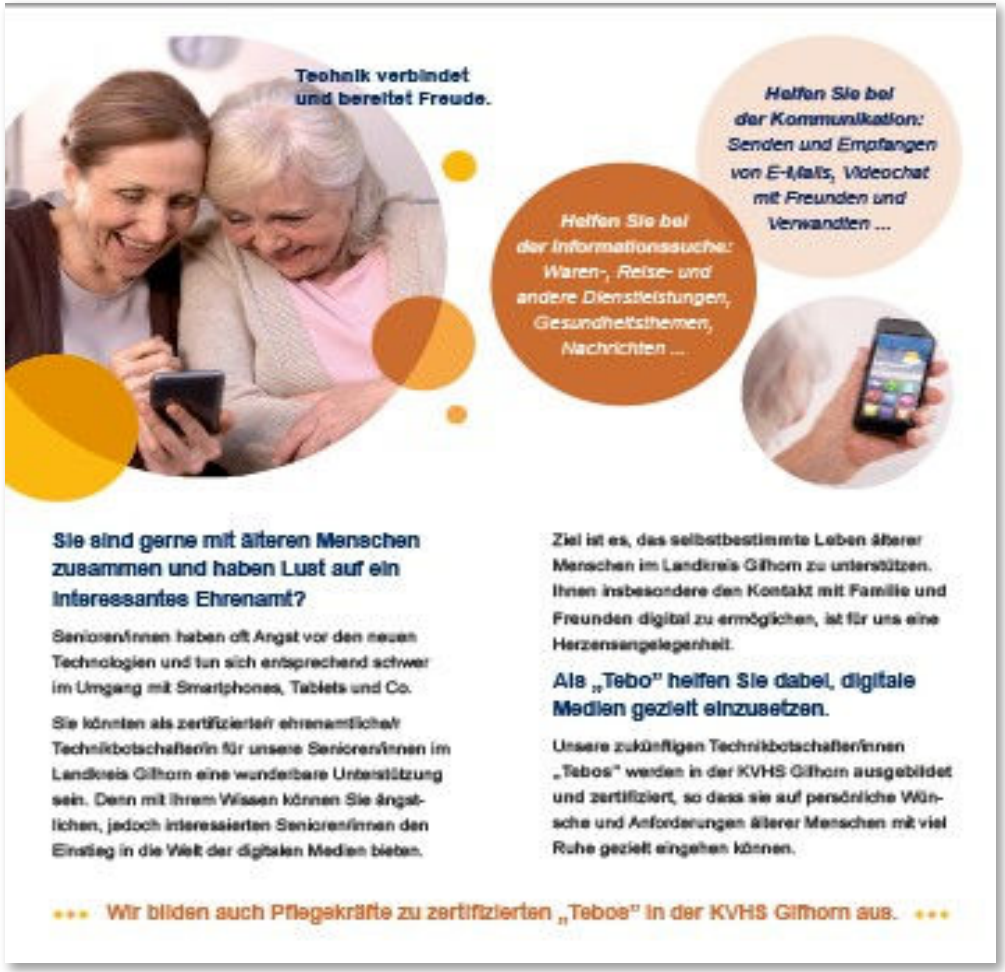
vhs Kreisvolkshochschule Gifhorn

In Zusammenarbeit mit den Seniorenbeiräten im Landkreis Gifhorn

TEBO Landkreis Gifhorn

Wir brauchen mehr TEBOs

Internetseite: https://www.tebo-gifhorn.de



TEBO
Landkreis Gifhorn

ENDE