

Informationen Ihrer Polizei

SENIOREN

# IM ALTER SICHER LEBEN




Wir wollen,  
dass Sie  
sicher leben.



Ihre Polizei

 **WEISSER RING**  
Wir helfen Kriminalitätsoffern.



<b>1.</b>	<b>Gefahren an der Haustür</b>	<b>7</b>
1.1.	Betrug im Namen der Polizei oder anderer Amtspersonen	8
1.2.	Vortäuschen einer Notlage: Fremde bitten um Hilfe	10
1.3.	Vortäuschen einer persönlichen Beziehung: Angebliche Bekannte sollen besucht werden	12
1.4.	Haustürgeschäfte	14
<b>2.</b>	<b>Gefahren am Telefon</b>	<b>19</b>
2.1.	Enkeltrick	19
2.2.	Falsche Polizeibeamte	20
2.3.	Falsche Gewinnversprechen	21

Ihr Ansprechpartner vor Ort:

<b>3.</b>	<b>Gefahren im Internet</b>	<b>25</b>
3.1.	Sicher Einkaufen im Internet	28
3.2.	Kauf von Medikamenten im Internet	30
3.3.	Soziale Netzwerke	31
3.4.	Romance-Scamming	32
<b>4.</b>	<b>Gefahren unterwegs</b>	<b>35</b>
4.1.	Handtaschenraub	35
4.2.	Taschen- und Trickdiebstahl	37
4.3.	Kaffeefahrten	40
<b>5.</b>	<b>Gefahren bei Vollmachten</b>	<b>45</b>
<b>6.</b>	<b>Gefahren in der Pflege</b>	<b>49</b>
<b>7.</b>	<b>Rat und Hilfe</b>	<b>53</b>
<b>8.</b>	<b>Der WEISSE RING hilft Kriminalitätsopfern</b>	<b>61</b>
	<b>Kontakte WEISSER RING</b>	<b>66</b>
	<b>Ansprechpartner der Polizeilichen Kriminalprävention</b>	<b>68</b>
	<b>Impressum</b>	<b>71</b>



## LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

Betrügerinnen und Betrüger suchen sich gern Personengruppen aus, die vermeintlich auf ihre Tricks leichter reinfallen – wie zum Beispiel ältere Menschen. Dabei spekulieren sie darauf, dass ihre Opfer nicht gut informiert und einfach zu verunsichern sind. Seien Sie auf solche Betrüger vorbereitet. Handeln Sie in Verdachtsfällen von Betrug schnell – die Polizei hilft Ihnen dabei.

Jedes Alter stellt uns vor besondere Herausforderungen. Wir möchten mit dieser Broschüre über alte und neue Tricks von verschiedenen Tätergruppierungen aufklären. Lernen Sie, Situationen richtig einzuschätzen und wehren Sie sich gegen Trickdiebe, die versuchen, in Ihre Wohnung zu gelangen. Entlarven Sie falsche Verwandte und erkennen Sie betrügerische Gewinnversprechen.

Auch für Angehörige, Freunde, Bekannte und Nachbarn bietet diese Broschüre Informationen, welche Situationen ein besonderes Risiko bergen können. Ob direkt vor der Wohnungstür, per Telefon, E-Mail, Brief oder über das Internet, Betrüger nutzen jede Chance. Seien Sie einen Schritt voraus.

Beratungsstellen finden Sie unter: [www.polizei-beratung.de/beratungsstellen](http://www.polizei-beratung.de/beratungsstellen). Tipps für den Fall, dass Sie oder jemand aus Ihrem Umfeld Opfer einer Straftat geworden ist, gibt es auf: [www.polizei-beratung.de/opferinformationen/](http://www.polizei-beratung.de/opferinformationen/).



# 1. GEFAHREN AN DER HAUSTÜR

Es gibt Kriminelle, die insbesondere alleinstehende ältere Menschen gezielt in ihren Häusern und Wohnungen aufsuchen, um sie zu bestehlen. Sie klingeln an der Haus- beziehungsweise Wohnungstür und versuchen, sich **unter einem Vorwand Eintritt zu verschaffen**, indem sie zum Beispiel um ein Glas Wasser bitten. So kann, wenn die Tür nicht vollständig geschlossen ist, eine zweite Person un bemerkt eintreten und die Räume nach Wertsachen durchsuchen. Lassen Sie es nicht so weit kommen.

Die oftmals schauspielerisch begabten Eindringlinge verwenden im Grunde nur ganz wenige Tricks, zu denen sie sich aber immer neue Varianten einfallen lassen. Wir erläutern Ihnen die gängigsten Maschen, Lügen und Täuschungsmanöver. Denn: Nur wer Bescheid weiß, kann sich wehren.



### 1.1. Betrug im Namen der Polizei oder anderer Amtspersonen

Immer wieder sind Betrügerinnen und Betrüger unterwegs, die sich als Polizisten oder andere behördliche Amtspersonen ausgeben, **um an Geld oder Wertgegenstände zu gelangen.**

Dazu zeigen sie meist einen gefälschten Dienstausweis, um hereingelassen zu werden und Wertsachen entwenden zu können. Die Kriminellen treten unter anderem auf als

- › Kriminalbeamte oder Gerichtsvollzieher,
- › Mitarbeitende der Elektrizitäts-, Gas- oder Wasserwerke,
- › handwerkliches Fachpersonal oder Beauftragte der Hausverwaltung,
- › Mitarbeitende der Kirche, des Sozialamts oder einer anderen sozialen Stelle,

- › Berater der Krankenkasse oder der Rentenversicherung,
- › Postzusteller oder Monteure einer Telefongesellschaft oder
- › Mitarbeitende eines Umfrageinstituts.





### TIPPS

- › Lassen Sie keine Unbekannten in Ihre Wohnung. Sie sind grundsätzlich nicht verpflichtet, jemanden unangemeldet einzulassen.
- › Schauen Sie sich die Person vor dem Öffnen der Tür genau an, zum Beispiel durch den Türspion oder das Fenster. Benutzen Sie die Türsprechanlage.
- › Öffnen Sie Ihre Tür immer nur mit vorgelegter Türsperre. Ist keine Sperre vorhanden, öffnen Sie nicht. Sprechen Sie durch die geschlossene Tür.
- › Fordern Sie von angeblichen Amtspersonen den Dienstausweis.
- › Rufen Sie beim geringsten Zweifel bei der Behörde an, von der die angebliche Amtsperson kommt. Suchen Sie die Telefonnummer der Behörde selbst heraus oder lassen Sie sich diese durch die Telefonauskunft geben.
- › Lassen Sie nur Handwerker ein, die Sie selbst bestellt haben oder die von der Hausverwaltung angekündigt worden sind. Rufen Sie im Zweifel die Hausverwaltung an, ob alles seine Richtigkeit hat.
- › Lassen Sie sich auch bei angeblichen Notfällen, zum Beispiel einem Rohrbruch, nicht drängen. Fragen Sie im Zweifel bei den Stadtwerken, beim Gebäudemanagement oder bei Nachbarn telefonisch nach.
- › Wichtig: Lassen Sie die Besucher währenddessen vor der verschlossenen Tür warten.

### 1.2. Vortäuschen einer Notlage: Fremde bitten um Hilfe

Es gibt Kriminelle, die vorgeben, Ihre Hilfe zu benötigen, damit sie in Ihre Wohnung gelangen. Dabei sind sie sehr erfinderisch und **täuschen** zum Beispiel **folgende Notlagen oder Situationen vor**:

- › „Kann ich bitte ein Glas Wasser haben, ich muss eine Tablette nehmen. Darf ich in Ihre Küche kommen?“
- › „Ich bin schwanger und mir ist schlecht. Darf ich mich bei Ihnen ein bisschen ausruhen?“
- › „Haben Sie Papier und Bleistift? Der Nachbar ist nicht zu Hause und ich möchte ihm eine Nachricht hinterlassen.“, „Darf ich an Ihrem Tisch schreiben?“, „Haben Sie vielleicht eine Schreibunterlage?“, „Haben Sie einen Briefumschlag?“



- › „Ich hatte einen Unfall und benötige einen Arzt. Darf ich Ihr Telefon benutzen?“
- › „Darf ich bei Ihnen Blumen (oder Geschenke oder ein Paket) für Nachbarn abgeben? Ich habe sie nicht angetroffen.“, „Darf ich den Blumen bei Ihnen Wasser geben?“, „Darf ich das Geschenk selbst in Ihre Wohnung bringen?“
- › „Darf ich (mein Kind) mal Ihre Toilette benutzen? Es ist wirklich dringend.“
- › „Mein Baby braucht sein Fläschchen. Hätten Sie bitte heißes Wasser für die Babyflasche?“, „Darf ich es bei Ihnen füttern (wickeln)?“

### HINWEIS

Sichern Sie Ihre Wohnungstür. Wenn noch nicht vorhanden, lassen Sie (ggf. nach Rücksprache mit Ihrer Vermieterin und Vermieter) von einer Fachfirma einen Weitwinkel Türspion und eine Türsperre (zum Beispiel ein Kastenzusatzschloss oder ein Querriegelschloss, jeweils mit Sperrbügel) an Ihrer Wohnungstür anbringen. Eine Gegensprechanlage bietet zusätzlich Sicherheit für alle – auch für Sie!

### **1.3. Vortäuschen einer persönlichen Beziehung: Angebliche Bekannte sollen besucht werden**

Des Weiteren gibt es Betrügerinnen und Betrüger, die eine persönliche Beziehung zu Ihnen vortäuschen, um in Ihre Wohnung eingeladen zu werden. Dabei sind es wildfremde Menschen, die Ihnen vermeintliche Grüße von Verwandten ausrichten oder eine Unglücksnachricht überbringen. **Diese Personen** verfolgen jedoch nur ein Ziel: **Sie wollen in Ihre Wohnung gelangen** und nutzen dazu Ihre Hilfsbereitschaft aus.

„Erinnern Sie sich nicht mehr an mich!“ Mit solchen oder ähnlichen Sätzen versuchen diese Menschen, Ihnen ein schlechtes Gedächtnis einzureden.

Oft behaupten sie, entfernte Verwandte zu sein oder frühere Nachbarn, alte Reisebekanntschaften, ehemalige Kolleginnen und Kollegen, Pflegepersonal oder Bettnachbarn während Ihres letzten Krankenhausaufenthalts. Vorsicht vor diesen „Bekanntem“, denn manchmal sind es Fremde mit betrügerischen Absichten.

### TIPPS

- › Zeigen oder erklären Sie niemandem, wo Sie Geld oder Wertgegenstände aufbewahren.
- › Sind Sie allein, dann bitten Sie Nachbarn hinzu oder bestellen Sie die Besucher zu einem späteren Termin, wenn eine Vertrauensperson anwesend ist. Zwei Personen haben die Besucher besser im Blick. Außerdem kann es auf die Täter abschreckend wirken, wenn Sie eine weitere Person hinzuziehen. Vereinbaren Sie deshalb mit Nachbarn, die tagsüber zu Hause sind, dass Sie sich gegenseitig beistehen, wenn Unbekannte an Ihrer Tür klingeln. Halten Sie dazu die Telefonnummern Ihrer Nachbarn immer griffbereit.
- › Überlegen Sie, wenn Fremde an der Tür von ihrer Not erzählen: Warum wenden sich diese Leute nicht an Verwandte, Freunde, eine Apotheke, eine Gaststätte oder ein Geschäft, sondern gerade an mich?
- › Reichen Sie bei einer angeblichen Notlage den gewünschten Gegenstand durch den geöffneten Türspalt hinaus oder bieten Sie an, nach Hilfe zu rufen. Lassen Sie dabei stets Ihre Tür durch eine Sperre gesichert.
- › Wehren Sie sich gegen zudringliche Besucher notfalls auch energisch: Sprechen Sie laut mit ihnen oder rufen Sie um Hilfe.
- › Informieren Sie sofort die Polizei, wenn Ihnen eine Kontaktaufnahme verdächtig vorkommt: **Notrufnummer 110.**

### 1.4. Haustürgeschäfte

Manche Täterinnen und Täter suchen gezielt ältere Menschen auf, um sie an der Haus- beziehungsweise Wohnungstür dazu zu überreden, einen Vertrag zu unterschreiben, zum Beispiel für eine Versicherung, einen günstigen Telefon- oder Stromtarif, ein Zeitschriftenabonnement oder ein Haushaltsgerät. Dabei setzen sie unseriöse oder kriminelle Methoden ein. Sie **locken mit angeblichen Schnäppchen** oder Gratisangeboten. Andere versprechen Gewinne oder behaupten, für ein soziales Projekt zu arbeiten und versuchen damit Mitleid zu erwecken. Wieder andere geben sich als Mitarbeitende von seriösen Firmen aus. Das Ziel ist immer, eine Unterschrift unter den Vertrag zu erhalten, beziehungsweise diese im schlimmsten Fall sogar zu fälschen.

Gerade ältere Menschen sind diesen Verkaufstricks häufig nicht gewachsen. Aus Gutgläubigkeit, Angst, Mitgefühl oder um den aufdringlichen Besuch möglichst schnell wieder loszuwerden, unterschreiben sie einen Vertrag oder kaufen ein völlig überteuertes Produkt. In diesen Fällen ist es wichtig zu wissen, dass Sie Verträge, die Sie bei solchen Haustürgeschäften abschließen, innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen und ohne irgendwelche weiteren Verpflichtungen schriftlich widerrufen können. Das gilt für Ratenkauf- und Ratenlieferungsverträge (zum Beispiel Zeitungs- und Zeitschriftenabonnements), für Verträge über Dienst- oder Werkleistungen und Handwerkerleistungen.

Das Widerrufsrecht gilt nicht, wenn Sie zum Beispiel den Vertreter oder die Vertreterin selbst bestellt haben oder wenn es sich um ein sogenanntes Bagatellgeschäft (bis zu circa 40 Euro) handelt. Allerdings gewähren nach Angaben des Bundesverbandes Direktvertrieb Deutschland (BDD) alle Unternehmen, die dort Mitglied sind, ein Widerrufsrecht unabhängig vom Einkaufswert.

### TIPPS

- › Kaufen oder unterschreiben Sie niemals etwas an der Haustür. Die angebotenen Gegenstände (zum Beispiel Teppiche, Besteck, Schmuck) oder Handwerkerleistungen sind meist nur geringwertig oder gar wertlos.
- › Lassen Sie unaufgefordert kommende Personen nicht in Ihre Wohnung.



Wenn Sie doch etwas kaufen möchten, sollten Sie Folgendes beachten:

### TIPPS

- › Zahlen Sie nie per Vorkasse, also bevor Sie die Ware erhalten haben. Unterschreiben Sie nichts unter Zeitdruck, lassen Sie sich nicht verwirren oder unter Druck setzen. Unterschreiben Sie nichts, was Sie nicht ganz genau verstanden haben. Unterschriften sind nie „reine Formsache“.
- › Bitten Sie Nachbarn oder Bekannte als Zeugen dazu, denn wenn Sie unterschreiben, schließen Sie einen Vertrag, ein verbindliches Rechtsgeschäft ab.
- › Achten Sie bei Haustürgeschäften auf das richtige Datum und die Unterschriften. Ein fehlendes oder falsches Datum erschwert gegebenenfalls die Durchsetzung Ihres Widerrufsrechts.
- › Fordern Sie eine Vertragsdurchschrift, auf der Name und Anschrift des Vertragspartners deutlich lesbar sind.
- › Wenn Sie es sich anders überlegen und von einem Geschäft zurücktreten möchten, dann schicken Sie einen schriftlichen Widerruf (Einschreiben mit Rückschein!) innerhalb von 14 Tagen nach Vertragsabschluss an die Verkäuferin oder den Verkäufer.

Für weitere Informationen steht Ihnen auch Ihre örtliche Verbraucherzentrale zur Verfügung.

Die Adresse finden Sie unter [www.verbraucherzentrale.de](http://www.verbraucherzentrale.de) oder in Ihrem örtlichen Telefonbuch.



# NOTIZEN

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## 2. GEFAHREN AM TELEFON

Viele Kriminelle melden sich per Telefon und nutzen die Gutgläubigkeit ihrer Opfer aus, um an deren Geld zu kommen.

### 2.1. Enkeltrick

Mit den Worten „**Rate mal, wer hier spricht**“ oder ähnlichen Formulierungen rufen Betrüger bei meist älteren und allein lebenden Personen an, geben sich als Verwandte, Enkelkind oder auch gute Bekannte aus und bitten kurzfristig um Bargeld. Als Grund wird ein finanzieller Engpass oder eine Notlage vorgeschützt, beispielsweise ein Unfall, ein Auto- oder Computerkauf. Die Lage wird immer als äußerst dringlich dargestellt. Oft werden die Betroffenen durch wiederholte Anrufe unter Druck

gesetzt und zur Verschwiegenheit verpflichtet. Sobald das Opfer zahlen will, wird eine Person angekündigt, die das Geld abholt.

Diese Form des Betrugs kann für sie existenzielle Folgen haben. Sie können dadurch hohe Geldbeträge verlieren oder sogar um ihre kompletten Ersparnisse gebracht werden.

Haben die Betroffenen die geforderte Summe nicht parat, werden sie gebeten, unverzüglich zur Bank zu gehen und dort den Betrag abzuheben. Nicht selten ruft die Täterin oder der Täter sogar ein Taxi, wenn die Betroffenen den Weg nicht mehr zu Fuß bewältigen können.

### 2.2. Falsche Polizeibeamte

Immer wieder sind Kriminelle unterwegs, die sich als Polizistinnen und Polizisten ausgeben, um in den Besitz von Geld und Wertgegenständen zu gelangen. Am Telefon versuchen sie, ihre Opfer unter verschiedenen Vorwänden dazu zu bringen, Geld und Wertgegenstände im Haus oder auf der Bank an jemanden zu übergeben, der sich ebenfalls als Polizist ausgibt. Dazu behaupten sie beispielsweise, dass diese Dinge bei den Angerufenen zu Hause oder auf der Bank nicht mehr sicher seien oder auf Spuren untersucht werden müssten. Dabei nutzen die Täter eine spezielle Technik, die bei einem Anruf auf der Telefonanzeige der Angerufenen die Polizei-Notrufnummer 110 oder eine örtliche Telefonnummer erscheinen lässt.

### TIPPS

- › Lassen Sie sich nicht unter Druck setzen. Legen Sie den Hörer auf, wenn Ihnen etwas merkwürdig erscheint.
- › Sprechen Sie am Telefon nicht über Ihre persönlichen und finanziellen Verhältnisse.
- › Übergeben Sie niemals Geld oder Wertgegenstände an unbekannte Personen.
- › Wenn Sie unsicher sind: Rufen Sie die Polizei unter der 110 (ohne Vorwahl) oder Ihre örtliche Polizeidienststelle an. Nutzen Sie hierfür nicht die Rückrufnummer.

### 2.3. Falsche Gewinnversprechen

Betrugsversuche durch Gewinnversprechen gibt es in verschiedenen Varianten. So nutzen die Täter anonyme Internet-Bezahlungssysteme, wie zum Beispiel Paysafecard. Bei dieser Masche meldet sich eine vermeintliche Rechtsanwältin oder ein -anwalt, ein Notar oder eine von diesen beauftragte Person per Telefon bei älteren Menschen. Es wird behauptet, sie hätten einen hohen Geld- oder Sachwert gewonnen, zum Beispiel ein Auto oder eine Reise.

Vor der Übergabe sei allerdings eine „Verwaltungsgebühr“ zu zahlen, welche die Betroffenen per Internet-Bezahlungssystem überweisen sollen. Dazu werden sie aufgefordert, Coupons von Paysafecard zu erwerben, die

es zum Beispiel an Tankstellen, Kiosken oder in Einzelhandelsgeschäften zu kaufen gibt.

Mit dem Coupon erhalten sie eine mehrstellige, individuelle Nummer (PIN). Diese Nummer ist vergleichbar mit Bargeld, denn wer sie hat, kann damit im Internet einkaufen. Die Betrüger erfragen deshalb unter einem Vorwand die Gutschein-Nummer bei ihren Opfern, um damit im Internet einzukaufen oder sich den Gegenwert des Coupons vom Internet-Bezahlungssystem gutschreiben zu lassen.

In einer anderen Variante bitten die Kriminellen ihre Opfer, die angeblich anfallenden Kosten am Postschalter mittels Bargeldtransfer ins Ausland zu überweisen.

Eine weitere Masche sind **Werbearufe**, bei denen ebenfalls ein Gewinn versprochen wird, in diesem Fall in Form eines Gutscheins. Während des Telefonats werden Gewinnspielabonnements angeboten und die Angerufenen nach den persönlichen Daten, zum Beispiel der Kontonummer, gefragt.

Später buchen die Betrügerinnen und Betrüger die „Abonnementgebühren“ vom Konto ihres Opfers ab.

Eines haben alle diese Varianten gemeinsam: Die zugesagte Gewinnausschüttung bleibt immer aus und die vermeintliche Gewinnerin oder der Gewinner werden zusätzlich auch noch um ihr Geld gebracht.

## TIPPS

- › Machen Sie sich bewusst: Wenn Sie nicht an einer Lotterie teilgenommen haben, können Sie auch nichts gewonnen haben!
- › Geben Sie niemals Geld aus, um einen vermeintlichen Gewinn einzufordern. Zahlen Sie keine Gebühren bzw. wählen Sie keine gebührenpflichtigen Sondernummern. Diese beginnen z. B. mit der Vorwahl: 0900..., 0180..., 0137....
- › Machen Sie keinerlei Zusagen am Telefon.
- › Geben Sie niemals persönliche Informationen weiter: keine Telefonnummern und Adressen, Kontodaten, Bankleitzahlen, Kreditkartennummern oder Ähnliches.
- › Fragen Sie die Anruferin oder den Anrufer nach Namen, Adresse und Telefonnummer der Verantwortlichen, um welche Art von Gewinnspiel es sich handelt und was genau Sie gewonnen haben. Notieren Sie sich die Antworten.
- › Weisen Sie unberechtigte Geldforderungen zurück.
- › Sichern Sie sich ab, indem Sie einen angeblichen Vertragsabschluss widerrufen und wegen arglistiger Täuschung anfechten. Verbraucherzentralen bieten dazu Musterschreiben an. Diese gibt es in den Beratungsstellen der Verbraucherzentrale sowie im Internet ([www.verbraucherzentrale.de](http://www.verbraucherzentrale.de)).
- › Kontrollieren Sie mindestens einmal im Monat Ihre Kontoauszüge und Ihre Telefonrechnung.





### 3. GEFAHREN IM INTERNET

Das Internet bietet viele Möglichkeiten - einkaufen, Bankgeschäfte erledigen, aktuelle Nachrichten lesen oder interessante Themen recherchieren – und das alles bequem von zu Hause aus. Allerdings ist es wichtig, dabei einige Sicherheitsmaßnahmen zu beachten und den PC oder Laptop immer auf dem aktuellen Stand zu halten. Denn die Gefahren, denen die Nutzenden im Internet ausgesetzt sind, lauern bei scheinbar harmlosen Downloads und E-Mail-Anhängen oder auf infizierten Internetseiten. Zudem gibt es nicht nur technische Risiken. Vielmehr sollten sich alle Internetnutzenden auch in der digitalen Welt mit einer gesunden Portion Misstrauen bewegen und ihre Aktivitäten im Zweifel hinterfragen.

Verlockende Angebote in Online-Shops, Offerten von Unbekannten über soziale Netzwerke, die auf Ihr Geld aus sind oder oftmals zu einfache Passwörter für Profile und andere Anwendungen im Netz erhöhen das Risiko, Opfer von Cybercrime und demzufolge auch von Straftaten im Zusammenhang mit dem Internet zu werden. Tipps für Ihren sicheren Umgang mit dem Internet finden Sie auf den nachfolgenden Seiten. Weitere Informationen zu den einzelnen Varianten finden Sie auch im Internet unter: [www.polizei-beratung.de/internetgefahren](http://www.polizei-beratung.de/internetgefahren).

### TIPPS

- › Installieren Sie auf Ihrem PC eine Firewall und einen Virenscanner. Viele Betriebssysteme bieten eine Firewall, die Sie lediglich aktivieren müssen. Darüber hinaus bietet der Fachhandel alternative Programme.
- › 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 zehn, besser 12 Zeichen sowie 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 seriöse Dienstanbieter im Internet versenden E-Mails, in denen nach PINs, TANs oder Kennwörtern gefragt wird.

### TIPPS

- › Wenn Sie Online-Banking nutzen: Geben Sie die Internet-Adresse Ihrer Bank immer per Hand in die Adresszeile Ihres Browsers ein. Benutzen Sie nicht die Favoriten- bzw. Lesezeichenfunktion.
- › Nutzen Sie für Aktivitäten im Internet, bei denen Sie persönliche Kennwörter verwenden, keine allgemein zugängliche Hardware (wie z. B. Rechner im Hotel oder Internetcafé) und keine unverschlüsselten Funknetze.
- › Installieren Sie auf Ihrem PC nur Software aus vertrauenswürdigen Quellen.
- › Prüfen Sie Downloads vor der Anwendung durch aktuelle Schutzprogramme.



### 3.1. Sicher Einkaufen im Internet

Das Internet bietet nahezu alles, was das Herz begehrt. Doch leider gibt es auch unseriöse

Plattformen, die gerade die Unerfahrenheit mancher älterer Menschen ausnutzen. Deshalb ist Vorsicht geboten.



### TIPPS

- › Informieren Sie sich gut über die Anbieter, bei denen Sie im Internet einkaufen.
- › Prüfen Sie Identität und Anschrift, Garantie- und Gewährleistungsbedingungen sowie Widerrufs- oder Rückgaberecht. Diese sollten leicht auffindbar sein.
- › Nutzen Sie Bewertungsprofile oder Internet-Gütesiegel ([www.internetsiegel.net/](http://www.internetsiegel.net/)) wie „Geprüfter Online-Shop“. Diese helfen bei der Einschätzung von Anbietern.
- › Achten Sie bei einem Online-Shop auch darauf, ob ein Impressum vorhanden und ob dieses auch schlüssig ist.
- › Lesen Sie sich vor dem Kauf die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) durch.
- › Nutzen Sie auf jeden Fall sichere Zahlungsmethoden. Dazu gehören die Zahlung per Rechnung, Bankeinzug oder Kreditkarte. Auch mit der Nutzung eines Online-Zahlungsservices, zum Beispiel PayPal, wird ein hohes Maß an Sicherheit erreicht.
- › Kaufen Sie nicht, wenn die Anbieter auf einer Zahlung per Bargeld-Transfer bestehen und vermeiden Sie die Zahlungsart Vorkasse.
- › Wenn Sie Ihr Smartphone zum Bezahlen beim Online-Shopping nutzen, achten Sie auf die Sicherheit Ihres Gerätes.

### 3.2. Kauf von Medikamenten im Internet

Der Kauf von Medikamenten im Internet bietet neben dem Vorteil einer großen Auswahl die Möglichkeit, Geld zu sparen. Besonders für chronisch Kranke, die regelmäßig die gleichen Präparate benötigen, ist dies praktisch. Schwierig ist, **seriöse**

**Versandapotheken** von illegalen Anbietern zu unterscheiden. Letztere handeln im Internet in betrügerischer Absicht mit gefälschten Arzneimitteln, welche die angegebenen Wirkstoffe nicht oder nicht ausreichend enthalten oder sogar gesundheitsschädlich sein können. Dabei handelt es sich um Arzneimittel-Betrug.



## TIPPS

- › Achten Sie bei der Wahl einer Internet-Versandapotheke darauf, dass sie in Deutschland zugelassen ist. Dies können Sie mithilfe des Versandapothekenregisters (VAR) auf der Website [www.dimdi.de](http://www.dimdi.de) überprüfen (Rubrik „Arzneimittel“, Unter rubrik „Versandapothekenregister“).
- › Achten Sie darauf, dass auf der Homepage der von Ihnen besuchten Apotheke im Impressum die vollständige Anschrift der Apotheke, der Name verantwortlichen Person sowie die Adresse der zuständigen Aufsichtsbehörde und Apothekerkammer aufgeführt sind (gesetzlich vorgeschrieben).
- › Wenn Sie unsicher sind, dann holen Sie sich Ihre Medikamente aus der Apotheke in der Nachbarschaft. Dazu können Sie auch den Botendienst nutzen, über den viele Apotheken verfügen. Dieser bringt Ihnen Ihre Medikamente direkt nach Hause.

### 3.3. Soziale Netzwerke

Nicht nur junge Menschen wissen die Vorteile von Online-Netzwerken zu schätzen, sondern auch Senioren: Hier lassen sich generationenübergreifend

Kontakte knüpfen oder Ideen und Gedanken austauschen. Doch auch hier gibt es einige Dinge zu berücksichtigen.

### TIPPS

- › Achten Sie bei der Auswahl eines Netzwerks auf seriöse Betreuung und Führung der Online-Gemeinschaft.
- › Fragen Sie Freunde und Bekannte nach ihren Erfahrungen mit sozialen Netzwerken im Internet.
- › Lesen Sie die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) und Datenschutzbestimmungen genau durch.
- › Gehen Sie achtsam mit Ihren persönlichen Daten um.
- › Nutzen Sie die angebotenen Privatisierungseinstellungen.
- › Seien Sie zurückhaltend mit dem Veröffentlichen von privaten Informationen, Texten und Bildern (insbesondere Ihre persönliche Telefonnummer und Anschrift sollten Sie niemals angeben).
- › Seien Sie skeptisch gegenüber Kontaktanfragen von Unbekannten.

### 3.4. Romance-Scamming

Beim Romance-Scamming versprechen Täter nichts ahnenden Opfern die große Liebe um sie hinterher um ihr Erspartes zu bringen. Sowohl Scam-Männer als auch Scam-Frauen schaffen es, sich im täglichen Leben ihrer Opfer unverzichtbar

zu machen – und zwar ohne ein einziges Treffen: Morgens bekommt das Opfer eine romantische Mail, abends wird stundenlang telefoniert oder geschattet. Doch plötzlich gibt es Schwierigkeiten: Die vermeintlichen Traumpartner werden angeblich überfallen, verlieren ihre Visa oder haben



Probleme mit der Kreditkarte. Helfen soll eine „Finanzspritze“: Per Mail werden die Opfer um finanzielle Hilfe angebettelt und

so betrogen. Bleiben Sie daher bei Internetbekanntschaften misstrauisch.

### TIPPS

- › Nutzen Sie für Online-Kontakbörsen oder den digitalen Schriftverkehr mit Unbekannten eine alternative E-Mail-Adresse. So können Sie verhindern, dass Sie im Fall eines Betrugs Ihren Hauptmail-account löschen müssen.
- › Bei der Bitte um Geld müssen Sie hellhörig werden: Überweisen Sie niemals Geld an Personen, die Sie noch nie in Deutschland von Angesicht zu Angesicht getroffen haben.
- › Geben Sie den Namen der Internetbekanntschaft mit dem Zusatz „Scammer“ in die Suchmaschine ein. In vielen Fällen bestätigt sich der Verdacht und Ihre Suchanfrage erzielt Treffer.
- › Gehen Sie zur Polizei. Die Strafverfolgung solcher Personen ist zwar enorm schwierig, weil sie aus dem Ausland agieren. Dennoch sollten Sie den Vorfall auf jeden Fall melden. Das ist besonders wichtig, wenn beispielsweise Banken strafrechtliche Schritte gegen Opfer unternehmen wollen, die unwissentlich gefälschte Schecks eingereicht haben.



## 4. GEFAHREN UNTERWEGS

Egal, ob Sie zu Fuß oder mit den öffentlichen Verkehrsmitteln in der Stadt unterwegs sind oder zum Beispiel an einer Kaffee-fahrt teilnehmen – wichtig ist, dass Sie sich auch im öffentlichen Raum sicher und selbstbestimmt bewegen können. Unsere Tipps helfen Ihnen dabei, wie Sie sich vor möglichen Gefahren unterwegs schützen können.

### 4.1. Handtaschenraub

Opfer von Straßenräubern und -dieben sind in der Regel ältere Frauen, denen im Vorbeilaufen oder -fahren die Tasche entrisen wird. Wenn Sie auf der Straße angesprochen und z. B. um Feuer gebeten werden oder darum, Kleingeld zu wechseln, könnten die Räuber ebenfalls zugreifen.

Dabei setzen die Diebe meistens auf Schnelligkeit und Überraschung statt auf Gewalt. Falls eine unbekannte Person versucht, Ihnen die Tasche zu entreißen, lassen Sie diese los und leisten Sie keinen Widerstand, denn Sie könnten im Gerangel leicht stürzen und sich dabei erheblich verletzen. Machen Sie stattdessen durch Rufen lautstark auf sich aufmerksam. So können andere Ihnen helfen.

Auch eine Begleitung bietet Ihnen unterwegs guten Schutz. Fragen Sie Nachbarn, Bekannte oder Verwandte, ob diese Sie bei Besuchen oder Besorgungen (Post, Bank, Einkauf) begleiten.

### TIPPS

- › Nehmen Sie keine größeren Geldbeträge mit.
- › Lassen Sie sich Ihr Geld auf der Bank, wenn möglich, nicht am Kassenschalter, sondern in einem separaten Raum auszahlen.
- › Heben Sie Bargeld möglichst nur an Automaten in Innenbereichen von Banken ab. Zählen Sie Ihr Geld nicht in der Öffentlichkeit nach.
- › Achten Sie nach dem Geldabheben auf Fremde, die Ihnen folgen. Gehen Sie durch belebte Gegenden mit Passanten und Geschäften nach Hause.
- › Lassen Sie in der Öffentlichkeit, zum Beispiel in Gaststätten, niemanden sehen, wie viel Geld Sie bei sich haben.
- › Nehmen Sie generell nur Wertgegenstände mit, die Sie wirklich benötigen und verstauen Sie sie so wie in den Tipps auf Seite 39 beschrieben.

## 4.2. Taschen- und Trickdiebstahl

Taschendiebe bevorzugen Orte, an denen sich viele Menschen aufhalten und die dadurch Deckung und Schutz bieten: öffentliche Verkehrsmittel, Haltestellen, Bahnhöfe, Kaufhäuser, Supermärkte und Großveranstaltungen. Die Diebe, darunter auch Kinder und Jugendliche, gehen oftmals in Gruppen vor und nutzen vorhandenes oder selbst verursachtes Gedränge.

Einige aus der Gruppe lenken die betroffene Person ab, indem sie diese zum Beispiel anrempeeln, um eine Auskunft, Hilfe oder Geld bitten.

Diesen Moment nutzt der andere Teil der Gruppe, um dem Opfer blitzschnell die Geldbörse aus der Tasche oder der Kleidung zu stehlen. Gerade die in der Gesäßtasche verwahrte Geldbörse ist vor Langfingern nicht sicher.

Die Geschicklichkeit der Täterinnen und Täter ist enorm, sodass sie es auch in diesem sensiblen körperlichen Bereich schaffen, an Ihr Geld zu gelangen. Weitere Tricks: Sie sprechen ihre Opfer zum Beispiel auf der Straße oder aus dem Auto heraus an, begrüßen sie freudig, umarmen sie, bitten um eine Spende oder stecken ihnen eine Blume an. Dies alles nur, um abzulenken und an die Geldbörse zu kommen. Auch die nachlassenden Kräfte von älteren Menschen nutzen manche Taschendiebe aus: Sie bieten zum Beispiel an, den Einkauf nach Hause zu tragen. Dabei eilen sie mit der Tasche voraus, um darin ungestört nach dem Geld zu suchen.



### TIPPS

- › Nehmen Sie keine größeren Bargeldbeträge mit.
- › Tragen Sie Geld, Zahlungskarten und Papiere immer in verschiedenen, verschlossenen Innentaschen Ihrer Kleidung und dicht am Körper statt in der Handtasche.
- › Benutzen Sie einen Brustbeutel, eine Gürtelinnentasche, einen Geldgürtel oder eine am Gürtel angekettete Geldbörse.
- › Lassen Sie Ihre Handtasche immer geschlossen.
- › Tragen Sie Ihre Tasche zum Körper hin, mit dem Verschluss nach innen. Legen Sie den Trageriemen quer über den Oberkörper, nicht lose über die Schulter.
- › Legen Sie Ihre Geldbörse beim Einkauf nicht in die Einkaufstasche, den Einkaufskorb, einen Einkaufswagen oder Ihren Rollator.
- › Geben Sie Ihre Geldbörse beim Bezahlen nicht aus der Hand.
- › Lassen Sie Ihre Handtasche im Restaurant, Laden oder Kaufhaus nie aus den Augen.
- › Wird Ihre Geldbörse gestohlen, lassen Sie sofort Ihre EC-beziehungsweise Kreditkarte sperren (Sperr-Notruf 116 116) und melden Sie den Diebstahl der Polizei, damit die Karte auch für das Lastschriftverfahren gesperrt wird.
- › Halten Sie Abstand zu Unbekannten und verhindern Sie jeglichen Körperkontakt.
- › Lassen Sie sich nicht bedrängen. Bitten Sie laut und deutlich um Hilfe von umstehenden Personen.
- › Wenn Sie etwas Verdächtiges oder einen Diebstahl beobachten, informieren Sie die Polizei über die Notrufnummer 110.

### 4.3. Kaffeefahrten

Wenn Sie gern unterwegs und unter Menschen sein wollen, freuen Sie sich vielleicht über das günstige Angebot im Briefkasten: Busreise, Essen, Kaffee, Kuchen, Unterhaltung und Geschenke – alles für ein paar Euro. Doch mit billigen Ausflügen haben solche Einladungen nichts zu tun: Bei der „Möglichkeit zur Teilnahme an einer Werbeveranstaltung“ geht es nur ums Geschäft und damit um Ihr Geld. Präsentiert werden Betten, Decken, Kochtöpfe, Badezusätze, Nahrungsergänzungsmittel, Trinkkuren und Ähnliches. Diese „Angebote“ sind nach polizeilicher Erfahrung häufig minderwertiger und meist teurer als im Fachhandel.

Dennoch gehen viele Teilnehmende an Kaffeefahrten finanzielle Verpflichtungen ein, die teilweise sogar ihr monatliches Einkommen überschreiten. Schutz vor unüberlegten Käufen bietet Ihnen das „Widerrufsrecht bei Haustürgeschäften“. Innerhalb von 14 Tagen können Kaufverträge, die auf Kaffeefahrten oder vergleichbaren Veranstaltungen abgeschlossen wurden, widerrufen werden – dies geschieht am sichersten per Einschreiben mit Rückschein.





## HINWEIS

- › Zur Fristwahrung ist das Absendedatum entscheidend. Unseriöse Vertreter versuchen, diese Regelung zu unterlaufen, indem sie Bestellungen ohne Datumsangabe schreiben, sie rückdatieren oder das Unternehmen unleserlich oder gar nicht angeben. Das kann Ihre Verbraucherrechte gefährden!
- › Achten Sie stets auf das Datum und die Belehrung über das Rücktrittsrecht. Noch sicherer: Unterschreiben oder kaufen Sie bei einem „Ausflug mit Möglichkeit zur Teilnahme an einer Werbeveranstaltung“ erst gar nichts!
- › Auf das Widerrufsrecht von 14 Tagen muss der Verkäufer oder die Verkäuferin gesondert hinweisen. Bei fehlendem Hinweis gilt ein mindestens sechsmonatiges Rücktrittsrecht. Ein Rücktritt vom Vertrag innerhalb dieser Fristen muss nicht begründet werden. Das deutsche Widerrufsrecht gilt auch für Kaffeefahrten ins Ausland, wenn in Deutschland dafür geworben wurde und Busfahrt, Veranstaltung und Verkauf von einem deutschen Unternehmen durchgeführt werden.

### TIPPS

- › Überprüfen Sie die Seriosität des Anbieters. Auf der Einladung sollte zum Beispiel die vollständige Adresse des Veranstalters stehen, eine Postfachadresse reicht später in der Regel nicht, um Ihre Rechte durchzusetzen. Fragen Sie bei Ihrer Verbraucherzentrale nach. Die Verbraucherzentrale Hamburg hat eine „Schwarze Liste unseriöser Betreiber von Kaffeefahrten“ zusammengestellt, die im Internet abrufbar ist: [www.vzhh.de](http://www.vzhh.de).
- › Denken Sie daran: Sie sind nicht dazu verpflichtet, bei einer Kaffeefahrt etwas zu bestellen oder zu kaufen.
- › Unterschreiben Sie nichts, was Sie nicht ganz genau verstanden haben.
- › Achten Sie bei Verträgen auf das Datum und die Unterschriften! Die Belehrung über Ihr Widerrufsrecht muss im Vertrag gesondert unterschrieben werden. Ein fehlendes oder falsches Datum erschwert die Durchsetzung Ihres Widerrufsrechts.
- › Fordern Sie eine Vertragsdurchschrift, auf der Name und Anschrift des Vertragspartners deutlich lesbar sind.
- › Notieren Sie sich den Namen von Zeugen und möglichst den Wortlaut der Warenanbietung.

## TIPPS

- › Wenn Sie vom Vertrag zurücktreten möchten, schicken Sie einen schriftlichen Widerruf (Einschreiben mit Rückschein) innerhalb von 14 Tagen nach Vertragsschluss an den Verkäufer.
- › Leisten Sie keine Anzahlung, auch wenn diese als Verwaltungsgebühr deklariert wird.
- › Bei Unklarheiten über Veranstalter/Anbieter setzen Sie sich mit der Polizei oder dem Ordnungsamt in Verbindung. Verkaufsveranstaltungen dieser Art sind genehmigungspflichtig! In der Regel liegt bei solchen Anbietern keine Genehmigung für die Veranstaltung vor.
- › Wenn Ihnen der Veranstalter verbietet, den Veranstaltungsraum zu verlassen, rufen Sie die Polizei und erstatten Sie Anzeige wegen Freiheitsberaubung und/oder Nötigung.
- › Wenn Ihnen nach der Veranstaltung die Rückfahrt verweigert wird, verlangen Sie den Namen des Busunternehmens und der Busfahrerin oder des Busfahrers oder rufen Sie die Polizei, damit die Personalien erfasst werden.
- › Nach Paragraph 661 BGB müssen versprochene Geschenke ausgegeben werden.



## 5. GEFAHREN BEI VOLLMACHTEN

Viele ältere Menschen erteilen Angehörigen, Freunden oder Nachbarn eine Vorsorge-, General- oder Kontovollmacht, damit sie leichter unterstützt werden können. Mit diesen Vollmachten können sie sich von vertrauten Personen in den unterschiedlichsten Lebensbereichen helfen lassen. Die Bevollmächtigten können dann beispielsweise im Namen des Beauftragenden Bankgeschäfte tätigen, einkaufen oder Rechnungen bezahlen. Doch Vorsicht: Dieses Vertrauen wird häufig von Personen missbraucht, denen es nur in betrügerischer Absicht darum geht, auf diese Weise Geld zu erschleichen.

### **So gehen Betrügerinnen und Betrüger vor:**

- › Sie erbitten beispielsweise Bankvollmachten und/oder Online-Zugänge zu Konten.
- › Sie behaupten, dass die Bank

schlecht berät und ein Wechsel besser wäre.

- › Sie bemängeln, Geldanlagen seien plötzlich nicht mehr sicher und müssten aufgelöst werden.
- › Sie reden Angehörige schlecht und behaupten, dass diese sich plötzlich nicht mehr melden oder gar kümmern würden.

### **Aber: Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser. Stellen Sie sich daher folgende Fragen:**

- › Wird nur eingekauft, was ich brauche?
- › Werden nur meine Rechnungen bezahlt oder auch fremde?
- › Bekomme ich nachvollziehbare Abrechnungen?
- › Bekomme ich meine Kontoauszüge rechtzeitig und vollständig?
- › Wird das getan, was ich möchte? Und auch nur das?

### **Richtige Vorsorge heißt:**

- › Erklären Sie eindeutig, was Sie für sich wollen und vor allem, was Sie nicht wollen. Sie bestimmen, was andere Personen dürfen und was sie nicht dürfen.
- › Bedenken Sie, wem Sie Ihr Vertrauen schenken. Mit einer Vorsorgevollmacht kann die bevollmächtigte Person beispielsweise für Sie entschei-

den, was Sie essen, wer Sie besucht, mit wem Sie reden, wie Sie gepflegt werden oder was mit Ihrem Geld passiert.

- › Sollten Sie unsicher sein, verzichten Sie auf eine Vollmacht, denn diese verhindert zunächst gerichtliche Kontrolle. Stattdessen entscheiden Sie, wer ggf. als gerichtlich kontrollierter Betreuer eingesetzt werden soll.

---

### **TIPPS**

- › Setzen Sie zwei Bevollmächtigte ein. So kontrollieren sich diese gegenseitig.
- › Bevollmächtigen Sie ausschließlich Personen, denen Sie uneingeschränkt und schon lange vertrauen.
- › Holen Sie sich Hilfe bei anerkannten Einrichtungen und Wohlfahrtsverbänden.
- › Erteilen Sie die Vollmacht vor Zeugen und hinterlegen Sie Abschriften beim Haus-

arzt und Ihrer Bank.

- › Lassen Sie sich die eigene Geschäftsfähigkeit ärztlich attestieren und fügen Sie das Attest der Vollmacht bei.
- › Verbieten Sie ausdrücklich, dass die bevollmächtigten Personen sich selbst begünstigen. Schließen Sie Schenkungen grundsätzlich aus. Stattdessen halten Sie schriftlich fest, was diese Personen erhalten sollen.

Sobald Sie Ihre allgemeinen Formalitäten geklärt und Vertrauenspersonen bevollmächtigt haben, sich um Ihre Angelegenheiten zu kümmern, regeln Sie alles Weitere mit Ihrem Bankinstitut.



### TIPPS

- › Beschränken Sie die Bankvollmacht auf einen maximalen Geldbetrag pro Monat.
- › Bitten Sie Ihre Bank im Zweifel, beim Betreuungsgericht, bei Angehörigen, beim Kontrollbetreuer etc. nachzufragen, wenn Onlinezugänge angefordert, neue Bankvollmachten erteilt, Konten gekündigt, Depots und Sparanlagen aufgelöst und Vermögen übertragen werden sollen.
- › Verbieten Sie auch, dass die bevollmächtigten Personen Immobilien kaufen oder belasten dürfen.
- › Widerrufen und entziehen Sie sofort die Vollmacht, wenn etwas nicht stimmt, insbesondere bei der Bankvollmacht!

6





## 6. GEFAHREN IN DER PFLEGE

Gewalt in der Pflege kann sowohl im häuslichen Bereich als auch bei der ambulanten und stationären Pflege auftreten: Pflegebedürftige Personen werden vernachlässigt, allein gelassen, die Betten werden nicht gereinigt oder die Verantwortlichen vergessen, ihnen Essen und Trinken zu geben. Gewalt in der Pflege beinhaltet auch körperliche und seelische Misshandlungen, wie etwa Beschimpfen, Einschüchtern, Isolieren oder das Androhen einer Heimeinweisung. Weitere Formen der Misshandlung sind zu hartes Anfassen, Drängen, Ziehen an Ohren und Haaren, der Zwang zur Bettruhe, das Einschränken des freien Willens mit Beruhigungsmitteln oder das Fixieren von Armen und Beinen bis hin zu Schlägen. In diesen Fällen können bereits Straftatbestände erfüllt sein.

### **Ursachen für Gewalt**

Im familiären Bereich kommt es am häufigsten durch diejenigen Familienmitglieder zu Übergriffen, die kontinuierlich mit der Pflege betraut und überlastet sind. Ein Faktor kann der tagtägliche Kontakt mit der pflegebedürftigen Person sein. Dadurch kann es zur permanenten Anspannung und Überforderung kommen, die der Einzelne unter Umständen nicht rechtzeitig genug wahrnimmt. Verbale, psychische oder körperliche Gewalttätigkeiten können die Folge sein.

In der ambulanten oder stationären Pflege kommt es oft aufgrund von Überlastung oder Personalmangel zu kritischen Situationen mit den zu pflegenden Personen.

Wer Angehörige pflegt, weiß, welche Anstrengungen dazu gehören und wie belastend es manchmal werden kann.

Beachten Sie Folgendes und schützen sich damit selbst, auch wenn Sie einmal pflegebedürftig werden sollten.

### TIPPS

- › Schützen Sie sich vor Überforderung und prüfen Sie mögliche Pflegealternativen.
- › Informieren Sie sich über Entlastungsmöglichkeiten zum Beispiel nach dem Familienpflegezeitgesetz und scheuen Sie sich nicht, Hilfe in Anspruch zu nehmen.
- › Lassen Sie sich von professionellen Pflegekräften beraten, ob Sie die Voraussetzungen mitbringen, um die häusliche Pflege übernehmen zu können.
- › Nutzen Sie das Beratungsangebot der Pflegekassen und der regionalen Pflegestützpunkte.
- › Suchen Sie den Kontakt zu Selbsthilfegruppen und Beratungsstellen.
- › Falls Sie selber pflegebedürftig werden sollten, überlegen Sie rechtzeitig mit Ihrer Familie, wie Sie Ihr Leben in dieser Situation gestalten wollen.
- › Sorgen Sie auch rechtlich vor, falls Sie einmal nicht mehr in der Lage sein sollten, eigene Entscheidungen zu treffen, zum Beispiel mit einer Patientenverfügung, einer Vorsorgevollmacht und/oder einer Betreuungsverfügung.

Viele Familien haben Angehörige in Pflegeeinrichtungen, denen sie vertrauen. Doch auch dort kann es zu Problemen kommen. Wichtig dabei ist, dass man sich dessen bewusst wird, was als

Misstand oder gar Gewalt in der Pflege anzusehen ist. Auf keinen Fall dürfen die pflegebedürftigen Personen unangemessen behandelt oder betreut werden.

### TIPPS

- › Nehmen Sie Ihre Angehörigen und deren Mitpatienten ernst, wenn sie sich beklagen oder beschweren.
- › Sprechen Sie mit der betroffenen Person allein über Ihre Beobachtungen.
- › Achten Sie auf Missstände, augenscheinliche Verletzungen oder Anzeichen von Verwahrlosung der pflegebedürftigen Person.
- › Wenn es eine Pflegekraft gibt, der Sie vertrauen, sprechen Sie sie an.
- › Informieren Sie in diesen Fällen die Heimleitung, die zuständige behördliche Heim-Pflege-Aufsicht oder die Polizei.
- › Wenden Sie sich bei auffälligen Missständen, wie z. B. bei Hygienemängeln im Heim, an einen Amtsarzt oder das Gesundheitsamt.



## 7. RAT UND HILFE

Oft kümmert sich niemand darum, was auf dem Nachbargrundstück oder an der Wohnungstür nebenan vorgeht. Darauf vertrauen viele Kriminelle. Könnte es bei Ihnen im Haus und in der Straße nicht ab heute heißen: Auf gute Nachbarschaft? Fangen Sie einfach selbst damit an.

Ein nettes Wort, ein kleiner Plausch im Treppenhaus kann doch nicht schaden. Wer sich kennt, achtet auch mehr aufeinander und spürt, wenn etwas nicht stimmt. Mit gegenseitiger Aufmerksamkeit und Hilfe gewinnen Sie und Ihre Nachbarschaft deutlich an Sicherheit.

### TIPPS

- › Tauschen Sie mit der Nachbarschaft Telefonnummern aus.
- › Achten Sie auf Unbekannte im Wohngebiet. Informieren Sie Ihre Hausgemeinschaft und die Polizei über verdächtige Beobachtungen.
- › Sind Sie oder Ihre Nachbarn im Urlaub, helfen Sie sich gegenseitig, damit Wohnung oder Haus bewohnt erscheinen: Leeren Sie den Briefkasten, betätigen Sie die Rollläden und ziehen Sie die Vorhänge auf und zu. Auch das unregelmäßige Einschalten von Lichtern oder des Fernsehers kann mögliche Täter abschrecken.
- › Halten Sie im Mehrfamilienhaus den Hauseingang auch tagsüber geschlossen. Prüfen Sie, wer ins Haus will, bevor Sie öffnen.
- › Wenn Ihnen irgendetwas ungewöhnlich vorkommt (z. B. laute Geräusche in der Wohnung nebenan, obwohl die Nachbarn verreist sind), verständigen Sie die Polizei.

### **Die Polizei hilft**

Leider können auch aufmerksameres Verhalten und gute Information nicht alle kriminellen Handlungen verhindern. Sollten Sie doch einmal Opfer einer Straftat geworden sein, bleiben Sie bitte nicht (vielleicht aus unbegründeter Scham) tatenlos, sondern erstatten Sie so schnell wie möglich Anzeige bei der Polizei. Sie können das persönlich, telefonisch, schriftlich und in einigen Bundesländern auch über das Internet machen. Auf diese Weise können Sie dazu beitragen, dass die Kriminellen nicht unbehelligt immer weitere Opfer suchen.

Ihre Informationen helfen uns außerdem, auf neue Vorgehensweisen reagieren zu können und diese öffentlich bekannt zu machen. Ihre Anzeige ist auch dann wichtig, wenn Sie wenige oder keine Täterhinweise geben können, kein oder nur ein geringer Schaden entstanden ist oder Sie gegen den entstandenen Schaden nicht versichert sind. Von der Polizei bekommen Sie Hinweise auf Ihre Rechte im Verfahren. Sie werden zudem über Opferhilfeeinrichtungen in Ihrer Nähe informiert, um ggf. Unterstützung im weiteren Verlauf des Verfahrens und/oder bei der Bewältigung der Folgen einer Straftat zu erhalten.

**Wenn Sie eine Straftat beobachten**, dann schauen Sie nicht weg, sondern reagieren Sie. Dazu müssen Sie keine Heldentaten vollbringen.

Wichtig ist, den Betroffenen je nach Möglichkeit zu helfen, zum Beispiel Erste Hilfe zu leisten und falls nötig, einen Notarzt zu rufen.



### TIPPS

- › Helfen Sie, ohne sich selbst in Gefahr zu bringen.
- › Fordern Sie andere aktiv und direkt zur Mithilfe auf.
- › Beobachten Sie genau, prägen Sie sich Tätermerkmale ein.
- › Organisieren Sie Hilfe unter dem Notruf 110.
- › Kümmern Sie sich im Rahmen Ihrer Möglichkeiten um Opfer.
- › Stellen Sie sich als Zeugin oder Zeuge zur Verfügung.

### Weitere Informationen

Auf der Internetseite [www.polizei-beratung.de](http://www.polizei-beratung.de) finden Sie neben Informationen zu den unterschiedlichsten Themenbereichen auch eine ganze Reihe von Broschüren und Informationsblättern. Alle Publikationen geben eine fundierte Beschreibung des jeweiligen Gefahrenbereichs und liefern wertvolle sowie neutrale Verhaltenstipps aus erster Hand. Ihr kostenloses Exemplar erhalten Sie bei jeder Polizeidienststelle.





### **Opferentschädigung**

Wenn Sie durch eine vorsätzlich begangene Gewalttat gesundheitlichen Schaden erleiden, können Ihnen nach dem Opferentschädigungsgesetz (OEG) Versorgungsansprüche zustehen. Die Versorgungsämter in den Bundesländern und Opferhilfeeinrichtungen wie der WEISSE RING ([www.weisser-ring.de](http://www.weisser-ring.de) oder bundesweites kostenloses Opfer-Telefon 116 006) informieren Sie darüber. Die Anschriften und Telefonnummern finden Sie in Ihrem Telefonbuch oder im Internet.

Weitere Publikationen zum Opferentschädigungsgesetz erhalten Sie beim Bundesministerium für Arbeit und Soziales in 10117 Berlin  
[www.bmas.de](http://www.bmas.de)  
E-Mail: [info@bmas.bund.de](mailto:info@bmas.bund.de).

Darüber hinaus können Sie beim für Seniorenfragen zuständigen Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend in Berlin ([www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de)) verschiedene Publikationen anfordern.

### **Hilfe für pflegende Angehörige**

Das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend bietet online für alle Fragen zum Thema „Wohnen und Pflege“ Informationen an. Die Internetplattform wird angeboten unter [www.wege-zur-pflege.de](http://www.wege-zur-pflege.de).

Unter der Rufnummer 030 20179131 (kostenpflichtig) stehen von Montag bis Donnerstag zwischen 09.00 Uhr und 18.00 Uhr Fachleute am sogenannten Pflegetelefon für alle Fragen zur Verfügung. Die telefonischen Beratungsgespräche sind anonym und vertraulich und bieten Angehörigen konkrete Hilfestellung für ihre individuelle Situation.

Außerdem informieren die Fachleute zu weiteren Beratungs- und Hilfsangeboten in der eigenen Umgebung. E-Mail-Anfragen sind möglich unter [info@wege-zur-pflege.de](mailto:info@wege-zur-pflege.de).

### **Die BAGSO**

Die BAGSO ist die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e. V. und damit die Lobby der älteren Menschen in Deutschland. Unter diesem Dach haben sich über 100 Verbände zusammengeschlossen, die etwa 13 Millionen ältere Menschen vertreten. Weitere Informationen siehe [www.bagso.de](http://www.bagso.de).



## 8. DER WEISSE RING HILFT KRIMINALITÄTSOPFERN

Opfer einer Straftat kann jeder von uns schon morgen selbst werden. Was dann zählt, sind menschlicher Beistand und praktische Hilfe.

Jede Straftat, auch das oft verharmloste Eigentumsdelikt, bedeutet für Opfer und Angehörige meist einen schweren Eingriff in die persönlichen Lebensumstände. Neben eventuellen körperlichen Schäden und materiellen Verlusten müssen die Betroffenen auch mit zum Teil erheblichen seelischen Belastungen zurechtkommen.

Kriminalitätsoffer finden beim gemeinnützigen Verein WEISSER RING in vielfältiger Weise bedarfsgerechte Unterstützung. Die Opferhelferinnen und -helfer verstehen sich als Gesprächspartner für alle, die als Opfer einer Straftat unverschuldet in Not geraten sind. Auch Angehörige oder Freunde der Betroffenen sowie Zeugen, die eine Straftat beobachtet haben, finden beim Verein kompetente Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner.

Menschlicher Beistand und Betreuung sind das Markenzeichen des WEISSEN RINGS. Die Mitarbeitenden lotsen die Opfer durch das Hilfesystem und informieren über mögliche materielle Hilfen. Die praktische Unterstützung reicht von der Begleitung zu Terminen bei Polizei, Staatsanwaltschaft und Gericht, Hilfestellung im Umgang mit weiteren Behörden bis hin zu Vermittlung von Hilfen anderer Organisationen. Die Betroffenen werden außerdem zu Schutz- und Sicherungsmaßnahmen beraten, um eine weitere Opferwerdung möglichst zu verhindern.

Bedürftige Opfer können bei tatbedingten Notlagen zur Überbrückung auch finanzielle Hilfen erhalten. Im Rahmen von Rechtsschutz kann die Übernahme von Anwaltskosten erfolgen, insbesondere zur Wahrung von Opferschutzrechten im Strafverfahren sowie zur Durchsetzung von Ansprüchen nach dem Opferentschädigungsgesetz.

Alle Hilfen des Vereins sind für die Opfer kostenlos und weder an eine Mitgliedschaft noch an sonstige Verpflichtungen gebunden.

Der gemeinnützige Verein WEISSER RING leistet diese Hilfe überall in Deutschland schnell und direkt.

## HILFEN DES WEISSEN RINGS

- › Menschlicher Beistand und persönliche Betreuung nach der Straftat.
- › Begleitung zu Terminen bei Polizei, Staatsanwaltschaft und Gericht.
- › Hilfestellung im Umgang mit weiteren Behörden.
- › Vermittlung von Hilfen anderer Organisationen.
- › Unterstützung bei materiellen Notlagen im Zusammenhang mit der Straftat, u. a. durch: Hilfeschecks für eine für das Opfer jeweils kostenlose, frei wählbare anwaltliche bzw. psychotraumatologische Erstberatung sowie für eine rechtsmedizinische Untersuchung, Übernahme von Anwaltskosten, insbesondere: zur Wahrung von Opferschutzrechten im Strafverfahren oder zur Durchsetzung von Ansprüchen nach dem Opferentschädigungsgesetz.
- › Erholungsmaßnahmen für Opfer und ihre Familien in bestimmten Fällen.
- › Finanzielle Unterstützung zur Überbrückung tatbedingter Notlagen.

## **So erreichen Sie den WEISSEN RING**

Wenn Sie Opfer einer Straftat geworden sind und Hilfe suchen, wenden Sie sich an den WEISSEN RING. Sie erreichen den WEISSEN RING telefonisch über das bundesweite Opfer-Telefon, über die Onlineberatung auf [www.weisser-ring.de](http://www.weisser-ring.de) sowie in einer Außenstelle in Ihrer Nähe.

### **Bundesweites**

**Opfer-Telefon: 116 006**

### **Onlineberatung:**

**[www.weisser-ring.de](http://www.weisser-ring.de)**

Die Rufnummer kann von jedem Ort und Mobilfunkanbieter in Deutschland kostenlos gewählt werden und ist täglich auch an Wochenenden und an Feiertagen von 7 bis 22 Uhr erreichbar. Das Opfer-Telefon des WEISSEN RINGS ist mit speziell geschulten und ausgebildeten Ehrenamtlichen besetzt, die sich ungestört Zeit für die Anrufer nehmen.

Hilfesuchende erhalten ersten emotionalen Zuspruch und Unterstützung durch die Mitarbeiter des Opfer-Telefons. Sie werden über ihre Rechte und den Rechtsweg informiert, an die nächstgelegene Außenstelle des WEISSEN RINGS sowie nach Einzelfallprüfung an einschlägige Organisationen weitervermittelt.



## **Menschlicher Beistand und Hilfe vor Ort**

Die Ehrenamtlichen des WEISSEN RINGS stehen Kriminalitätsopfern und ihren Angehörigen persönlich vor Ort zur Seite.

Unter [www.weisser-ring.de](http://www.weisser-ring.de) können Sie per Postleitzahlensuche die nächstgelegene Außenstelle suchen. Bundesweit gibt es mehr als 400 Außenstellen. Die Kontaktaufnahme ist telefonisch oder per Mail möglich. Auch über die 18 Landesbüros des WEISSEN RINGS erhalten Sie die Kontaktdaten der Außenstelle in Ihrer Nähe.

Die bundesweit mehr als 3.000 Opferhelferinnen und -helfer des WEISSEN RINGS absolvieren ein mehrstufiges Aus- und Fortbildungsprogramm und führen Sie als Lotse durch das Hilfs- und Beratungssystem. Des Weiteren stehen sie bei Bedarf auch einfach nur als Zuhörer und Gesprächspartner zur Verfügung.

# KONTAKTE WEISSER RING

## **Baden-Württemberg**

Tel.: (0711) 90 71 39 90  
Fax: (0711) 2 36 08 40  
E-Mail: baden-wuerttemberg@weisser-ring.de

## **Bayern-Nord**

Tel.: (0921) 8 14 01  
Fax: (0921) 8 19 39  
E-Mail: bayern-nord@weisser-ring.de

## **Bayern-Süd**

Tel.: (09078) 8 94 94  
Fax: (09078) 8 94 96  
E-Mail: bayern-sued@weisser-ring.de

## **Berlin**

Tel.: (030) 8 33 70 60  
Fax: (030) 8 33 90 53  
E-Mail: berlin@weisser-ring.de

## **Brandenburg**

Tel.: (0331) 29 12 73  
Fax: (0331) 29 25 34  
E-Mail: brandenburg@weisser-ring.de

## **Bremen**

Tel.: (0421) 32 32 11  
Fax: (0421) 32 41 80  
E-Mail: bremen@weisser-ring.de

## **Hamburg**

Tel.: (040) 2 51 76 80  
Fax: (040) 2 50 42 67  
E-Mail: hamburg@weisser-ring.de

## **Hessen**

Tel.: (06196) 96 96 98-0  
Fax: (06196) 96 96 98-20  
E-Mail: hessen@weisser-ring.de

## **Mecklenburg - Vorpommern**

Tel.: (0385) 5 00 76 60  
Fax: (0385) 5 00 76 61  
E-Mail: mecklenburg-vorpommern@weisser-ring.de

## **Niedersachsen**

Tel.: (0511) 79 99 97  
Fax: (0511) 75 55 56  
E-Mail: niedersachsen@weisser-ring.de

### **NRW - Rheinland**

Tel.: (02421) 1 66 22  
Fax: (02421) 1 02 99  
E-Mail: nrw-rheinland@weisser-ring.de

### **Sachsen-Anhalt**

Tel.: (0345) 2 90 25 20  
Fax: (0345) 4 70 07 55  
E-Mail: sachsen-anhalt@weisser-ring.de

### **Landesbüro NRW / Westfalen-Lippe**

Tel.: (0231) 98 19 48 50  
Fax: (0231) 98 19 48 49  
E-Mail: nrw-westfalen-lippe@weisser-ring.de

### **Schleswig-Holstein**

Tel.: (04331) 4 34 99 09  
Fax: (04331) 4 34 9834  
E-Mail: schleswig-holstein@weisser-ring.de

### **Rheinland-Pfalz**

Tel.: (06131) 600 73 11  
Fax: (06131) 600 74 41  
E-Mail: rheinland-pfalz@weisser-ring.de

### **Thüringen**

Tel.: (03 61) 3 46 46 46  
Fax: (03 61) / 3 46 46 47  
E-Mail: thueringen@weisser-ring.de

### **Saarland**

Tel.: (0681) 6 73 19  
Fax: (0681) 63 85 14  
E-Mail: saarland@weisser-ring.de

Mehr Infos auch auf  
[www.facebook.com/  
weisserringev](https://www.facebook.com/weisserringev)  
sowie  
[www.youtube.com/  
weisserringev](https://www.youtube.com/weisserringev)

### **Sachsen**

Tel.: (0351) 85 07 44 96  
Fax: (0351) 85 07 44 98  
E-Mail: sachsen@weisser-ring.de

# ANSPRECHPARTNER DER POLIZEILICHEN KRIMINALPRÄVENTION

## **Landeskriminalamt**

### **Baden-Württemberg**

Polizeiliche Kriminalprävention

Taubenheimstraße 85

70372 Stuttgart

Tel.: 07 11/54 01-0, -34 58

E-Mail: [praevention@polizei.bwl.de](mailto:praevention@polizei.bwl.de)

## **Polizeipräsidium Land Brandenburg**

Polizeiliche Kriminalprävention

Kaiser-Friedrich-Str. 143

14469 Potsdam

Tel.: 03 31/2 83-42 60

E-Mail: [polizeiliche.praevention@polizei.brandenburg.de](mailto:polizeiliche.praevention@polizei.brandenburg.de)

## **Bayerisches Landeskriminalamt**

Polizeiliche Kriminalprävention

Maillingerstraße 15

80636 München

Tel.: 0 89/12 12-0, -41 44

E-Mail: [blka.sg513@polizei.bayern.de](mailto:blka.sg513@polizei.bayern.de)

## **Polizei Bremen**

Präventionszentrum

Am Wall 195, 28195 Bremen

Tel.: 04 21/3 62-19 00 3

E-Mail: [praeventionszentrum@polizei.bremen.de](mailto:praeventionszentrum@polizei.bremen.de)

## **Polizei Berlin Landeskriminalamt**

Zentralstelle für Prävention

Columbiadamm 4, 10965 Berlin

Tel.: 0 30/46 64-0, -979 001

E-Mail: [lkapraev@polizei.berlin.de](mailto:lkapraev@polizei.berlin.de)

## **Landeskriminalamt Hamburg**

Polizeiliche Kriminalprävention

Postfach 60 02 80

22202 Hamburg

Tel.: 0 40/42 86-50, -70 70 7

E-Mail: [kriminalpraevention@polizei.hamburg.de](mailto:kriminalpraevention@polizei.hamburg.de)

**Hessisches Landeskriminalamt**  
Zentralstelle Kriminal- und  
Verkehrsprävention  
Hölderlinstraße 1-5  
65187 Wiesbaden  
Tel.: 06 11/83-0, -84 85  
E-Mail: beratungsstelle.hlka@  
polizei.hessen.de

**Landeskriminalamt  
Mecklenburg-Vorpommern**  
Polizeiliche Kriminalprävention  
Retgendorfer Straße 9  
19067 Rampe  
Tel.: 0 38 66/64-0, -61 11  
E-Mail: praevention@lka-mv.de

**Landeskriminalamt  
Niedersachsen**  
Polizeiliche Kriminalprävention  
Am Waterlooplatz 11  
30169 Hannover  
Tel.: 05 11/2 62 62-0, -32 03  
E-Mail: d32@lka.polizei.  
niedersachsen.de

**Landeskriminalamt  
Nordrhein-Westfalen**  
Polizeiliche Kriminalprävention  
Völklinger Straße 49  
40221 Düsseldorf  
Tel.: 02 11/9 39-0, -32 05  
E-Mail: vorbeugung@  
polizei.nrw.de

**Landeskriminalamt  
Rheinland-Pfalz**  
Polizeiliche Prävention  
Valenciaplatz 1-7, 55118 Mainz  
Tel.: 0 61 31/65-0  
E-Mail: LKA.LS3.MA@polizei.rlp.de

**Landespolizeipräsidium Saarland**  
Polizeiliche Kriminalprävention  
Graf-Johann-Straße 25-29  
66121 Saarbrücken  
Tel.: 06 81/9 62-0, -28 68  
E-Mail: lpp20-kriminalpraevention  
@polizei.slpol.de

**Landeskriminalamt Sachsen**

Zentralstelle für polizeiliche  
Prävention  
Neuländer Straße 60  
01129 Dresden  
Tel.: 03 51/8 55-0, -23 09  
E-Mail: praevention.lka@  
polizei.sachsen.de

**Landeskriminalamt**

**Sachsen-Anhalt**

Polizeiliche Kriminalprävention  
Lübecker Straße 53-63  
39124 Magdeburg  
Tel.: 03 91/2 50-0, -24 40  
E-Mail: praevention.lka@polizei.  
sachsen-anhalt.de

**Landespolizeiamt**

**Schleswig-Holstein**

Zentralstelle Polizeiliche  
Prävention  
Mühlenweg 166, 24116 Kiel  
Tel.: 04 31/1 60-0, -6 55 55  
E-Mail: kiel.lpa132@  
polizei.landsh.de

**Landespolizeidirektion**

**Thüringen**

Polizeiliche Kriminalprävention  
Andreasstraße 38, 99084 Erfurt  
Tel.: 03 61/6 62-0, -31 71  
E-Mail: praevention.lpd@  
polizei.thueringen.de

**Bundespolizeipräsidium**

Polizeiliche Kriminalprävention  
Heinrich-Mann-Allee 103  
14473 Potsdam  
Tel.: 03 31/9 79 97-0  
E-Mail: kriminalpraevention@  
polizei.bund.de

# IMPRESSUM

Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, insbesondere eine Reproduktion oder Vervielfältigung – auch in den elektronischen Medien – bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Herausgebers.

## Herausgeber

Polizeiliche Kriminalprävention  
der Länder und des Bundes  
Zentrale Geschäftsstelle  
Taubenheimstraße 85  
70372 Stuttgart  
[www.polizei-beratung.de](http://www.polizei-beratung.de)

## Redaktion

Christiane Honer  
Polizeiliche Kriminalprävention  
der Länder und des Bundes

## Fotos

Maik Goering (Titel; S. 4; 6; 7;  
10; 34; 44; 47)  
Tom Bässler (S. 8; 15; 30; 40; 48;  
52; 55; 57; 60)  
Wolfgang Schmidberger (S. 18;  
24; 28)  
Rüdiger Kottmann (S. 38)  
Tilmann Kübler (S. 27)

## Gestaltung

Oscar Charlie GmbH, Stuttgart

## Druck

westermann Druck | pva  
Westermann Druck GmbH  
Georg-Westermann-Allee 66  
38104 Braunschweig

## Stand

03/2021



EINE PUBLIKATION IHRER POLIZEI.

Weitere Infos finden Sie unter  
[www.polizei-beratung.de](http://www.polizei-beratung.de)

**Herausgeber:**  
**Polizeiliche Kriminalprävention  
der Länder und des Bundes**  
Zentrale Geschäftsstelle  
Taubenheimstraße 85  
70372 Stuttgart

**Wir wollen,  
dass Sie  
sicher leben.**



**Ihre Polizei**