

SICH BEWEGEN IN DER DIGITALEN WELT

Ist das Internet ein sicherer Hafen?



DAS INTERNET

Umgangssprachlich auch Netz genannt

**ENGLISCH INTERCONNECTED NETWORKS
ZUSAMMENGESCHALTETE NETZWERKE
KÜRZER ENGLISCH INTERNETWORK ODER KURZ NET**

**UMGANGSSPRACHLICH AUCH NETZ
IST EIN WELTWEITER VERBUND VON RECHNERNETZWERKEN**

WISSENSTEST 1

Sicherheit geht vor

1. Was ist die Firewall?

- A:** Ein Programm, mit dem Sie Internet-Werbung blockieren können
- B:** Ein Schutzprogramm, das als eine Art Türsteher arbeitet
- C:** Ein Virenschutzprogramm

2. Was ist eine Spam?

- A:** Ein Fehler im Betriebssystem
- B:** Eine Sicherheits-App
- C:** Eine unerwünschte E-Mail, die über das Internet übermittelt wird

3. Was ist ein Trojaner?

- A:** Ein Schutzprogramm, das als eine Art Türsteher arbeitet
- B:** Ein getarntes Computerprogramm, das sich in nützlichen Programmen versteckt und im Hintergrund gefährliche Software installiert
- C:** Ein gesicherter Anhang einer E-Mail

4. Wie blockiert man Internet-Werbung?

- A:** Indem Sie dem Anbieter eine E-Mail schreiben
- B:** Mit Hilfe einer speziellen SD-Karte
- C:** Mit einem Filterprogramm, das Adblocker genannt wird

5. Was sind Updates?

- A:** Verknüpfungen von zwei Programmen
- B:** Wichtige Programm-Aktualisierungen
- C:** Die Sicherung der Daten auf dem Gerät

6. Was versteht man unter Likes?

- A:** Positive Rückmeldungen von Nutzern in sozialen Netzwerken
- B:** Werbebanner im Internet
- C:** Freundschaftsanfragen in sozialen Netzwerken

7. Was ist Netiquette?

- A:** Wenn Personen andere Menschen in sozialen Netzwerken beleidigen
- B:** Eine Partneragentur
- C:** Regeln zur Kommunikation im Internet

8. Wo nutzt man Tweets?

- A:** Bei YouTube
- B:** Bei Twitter
- C:** Bei Facebook

9. Wofür ist Skype bekannt?

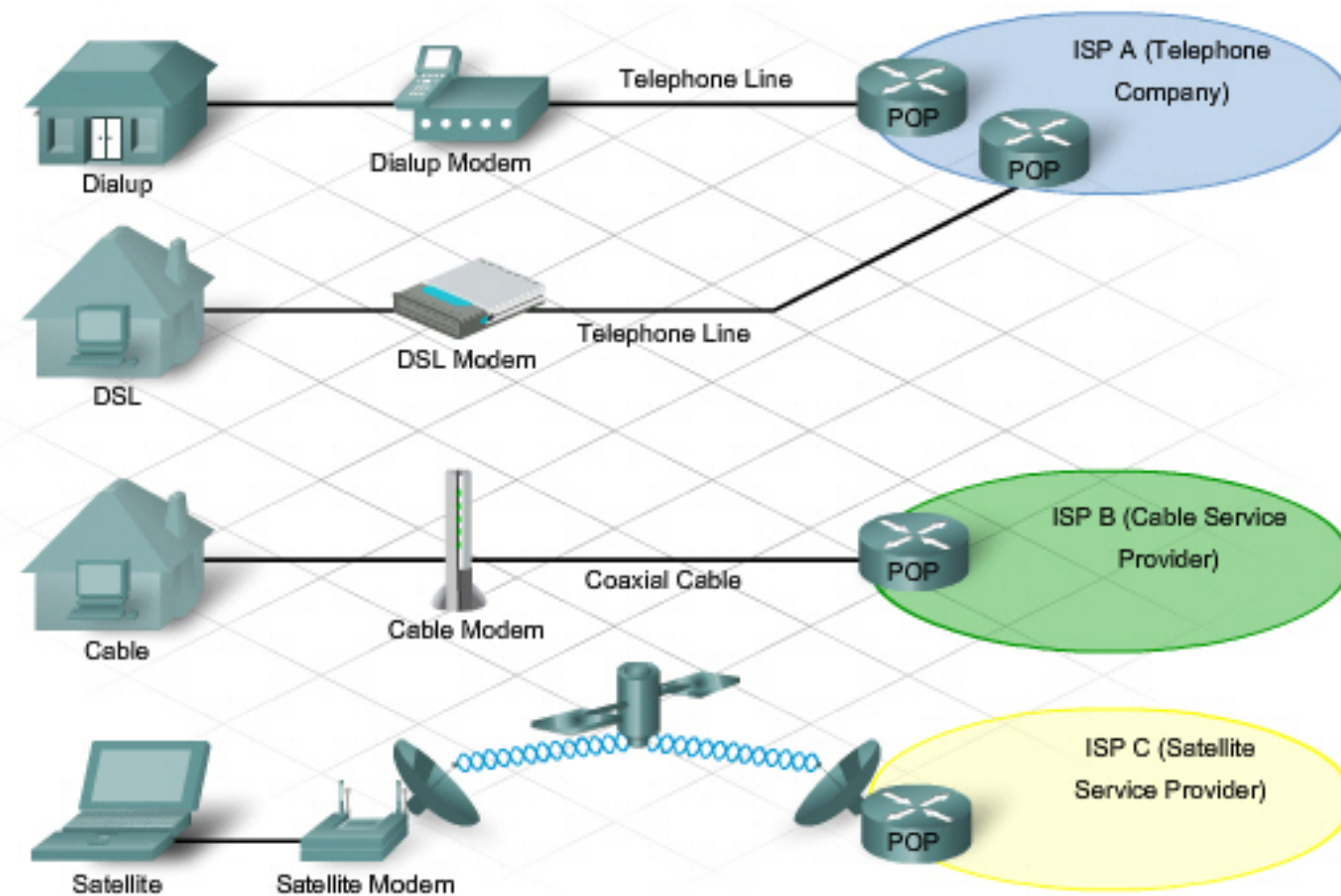
- A:** Für Online-Spiele
- B:** Für die Bearbeitung von Bildern
- C:** Für die Videotelefonie

10. Wann spricht man von Hate Speech?

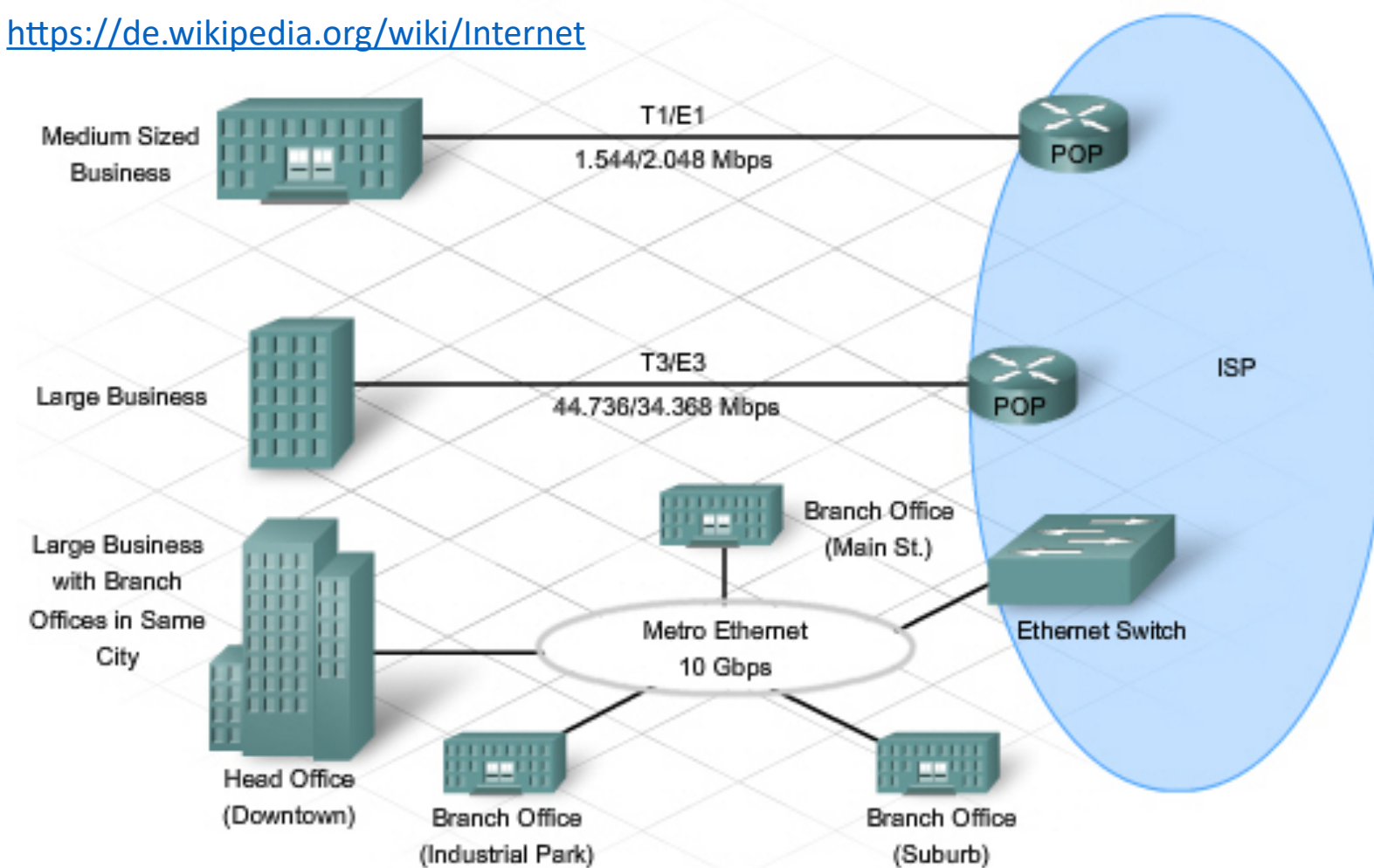
- A:** Wenn ein Computervirus über soziale Netzwerke weiterverbreitet wird
- B:** Wenn Menschen im Internet beleidigt, abgewertet oder angegriffen werden
- C:** Bei Falschmeldungen im Internet

Antworten auf diese und viele weitere Fragen rund ums Internet gibt der „Wegweiser durch die digitale Welt für ältere Bürgerinnen und Bürger“ der [BAGSO](#) - Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen.

ZUGANG ZUM INTERNET



<https://de.wikipedia.org/wiki/Internet>

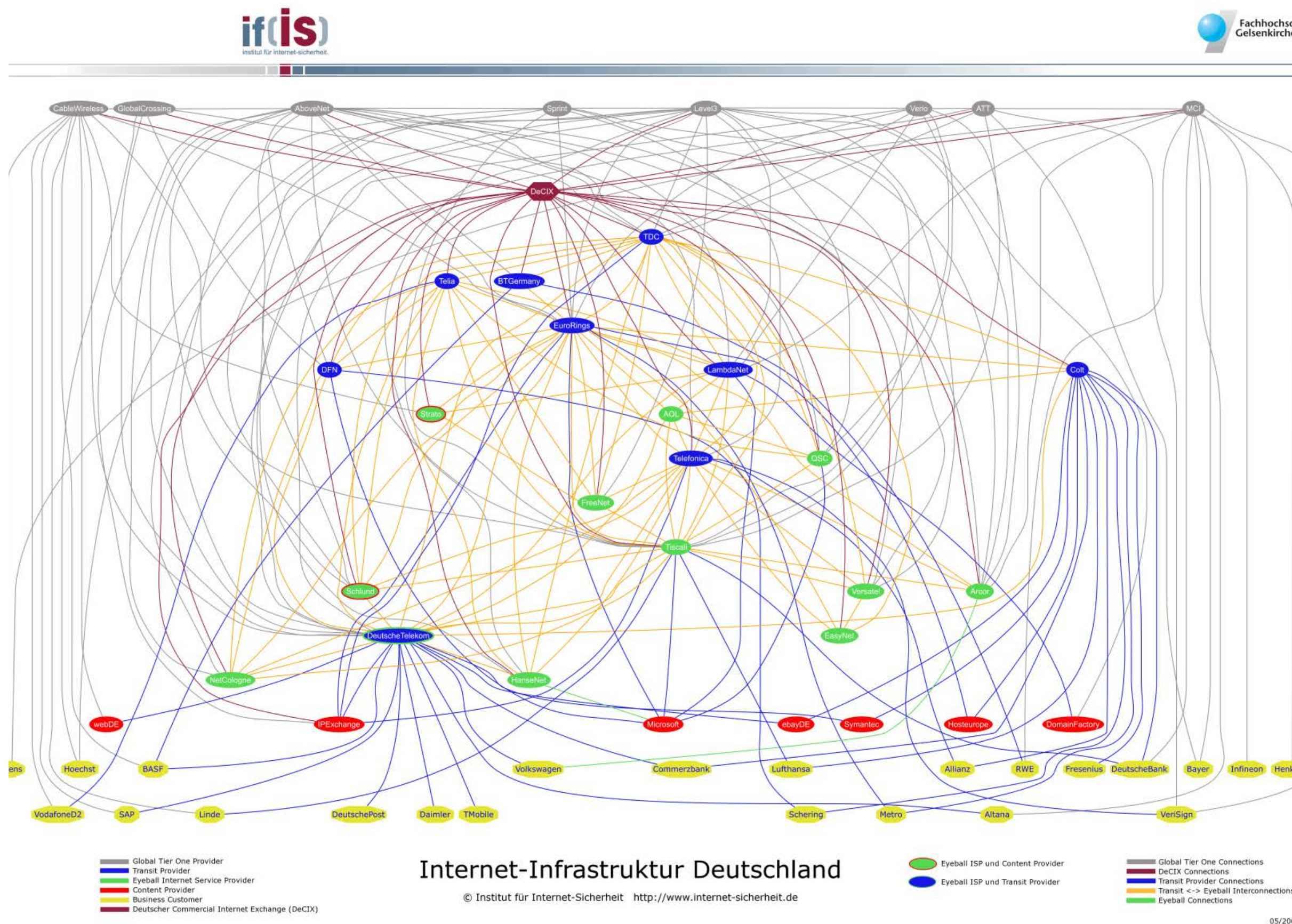


<https://de.wikipedia.org/wiki/Internet>

Das Internet besteht aus Netzwerken unterschiedlicher administrativer Verwaltung, die zusammengeschaltet sind. Darunter sind hauptsächlich

- **Providernetzwerke, an die die Rechner der Kunden eines Internetproviders angeschlossen sind**
- **Firmennetzwerke (Intranets), die die Computer einer Firma verbinden, sowie**
- **Universitäts- und Forschungsnetzwerke.**

BEDEUTUNG DES INTERNET I



<https://www.internet-sicherheit.de>

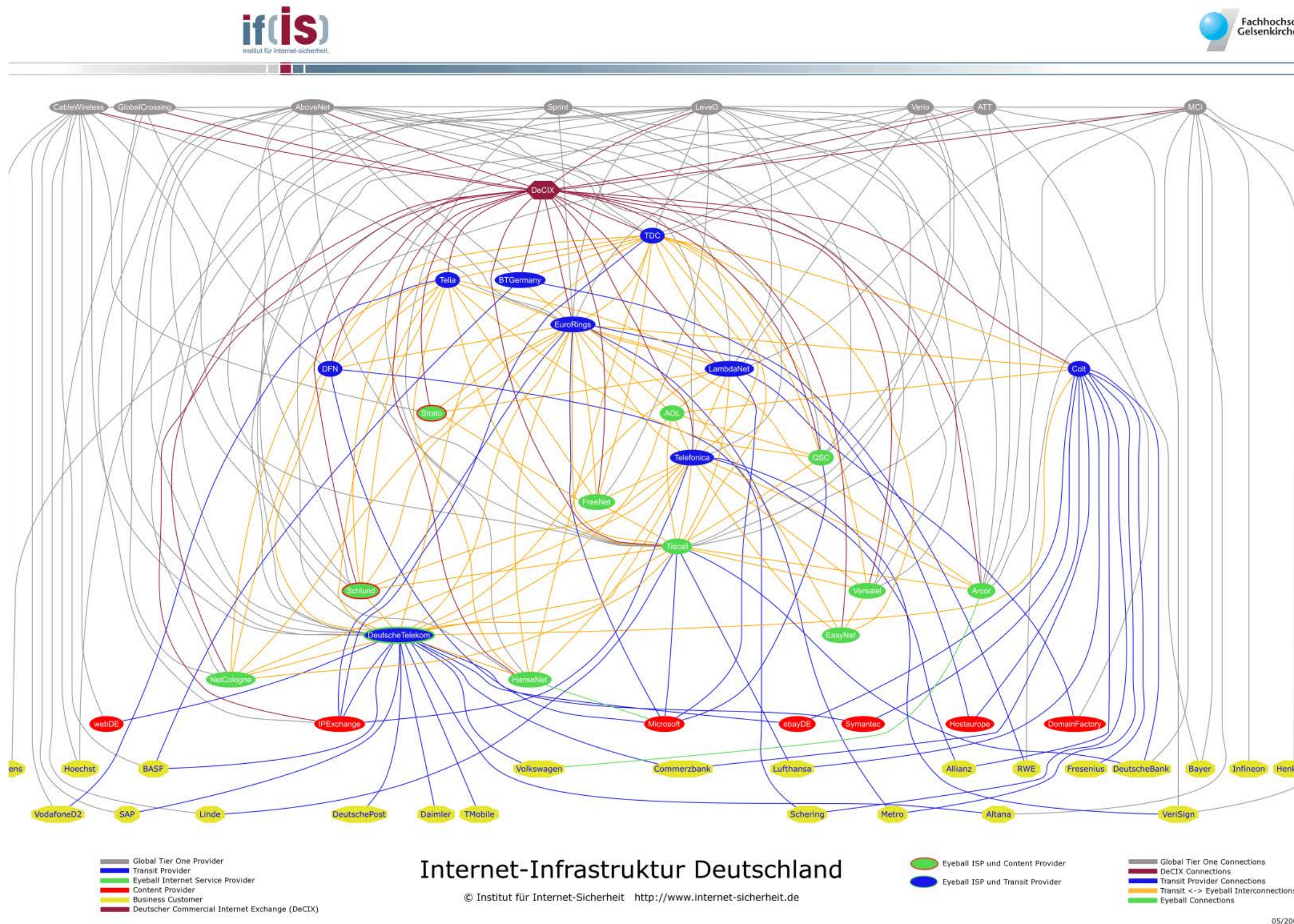
Das Internet wird häufig in politischen Kontexten als rechtsfreier Raum bezeichnet, da nationale Gesetze durch die internationale Struktur des Internets und durch Anonymität als schwer durchsetzbar angesehen werden.

Bei Anwendungen wie E-Mail zeigt sich heute, dass die Technik auf das Phänomen des Spam überhaupt nicht vorbereitet ist.

Dienste wie Myspace oder Facebook sollen den Aufbau sozialer Netzwerke ermöglichen; Funktionen wie Instant Messaging erlauben online nahezu verzögerungsfreie Kommunikation.

Mit der steigenden Verbreitung des Internets wird in den Medien der Begriff Internetsucht immer wieder thematisiert, der wissenschaftlich jedoch umstritten ist. Ob und wann die exzessive Nutzung des Internets einen „schädlichen Gebrauch“ oder Missbrauch darstellt und zur Abhängigkeit führt, wird in verschiedenen Studien aktuell untersucht.

BEDEUTUNG DES INTERNET II



Staatliche Stellen hatten lange Zeit von der Funktion des Internets wenig Kenntnisse und wenig Erfahrung mit der Anwendung der Gesetze. Bis zur New Economy ab dem Jahr 1998 war zudem die Bedeutung des Internets seitens der Politik unterschätzt worden. Dies änderte sich erst infolge der New-Economy-Entwicklung, Gesetze wurden angepasst und die Rechtsprechung hat eine Reihe von Unsicherheiten zumindest de jure beseitigt.

Der zunehmende Einfluss des Staates wird dabei teils als Steigerung der Rechtssicherheit begrüßt, teils als Fortschreiten in Richtung auf einen Überwachungsstaat („Netokratie“) kritisiert.

Das Internet wird zunehmend zur Kriegsführung missbraucht. Aktuell bemerken wir dies dadurch das eine Flut an Updates gibt die dazu dienen bekannt gewordenen Sicherheitslücken zu schließen.

INTERNETPROTOKOLL TCP IP V4

Das Internet basiert auf der Internetprotokollfamilie, die die Adressierung und den Datenaustausch zwischen verschiedenen Computern und Netzwerken in Form von offenen Standards regelt. Das Protokoll, in dem die weltweit eindeutige Adressierung von angebundenen Rechnern festgelegt und benutzt wird, heißt Internetprotokoll (IP). Die Kommunikation damit geschieht nicht verbindungsorientiert, wie beim Telefon, sondern paketorientiert. Das heißt, dass die zu übertragenden Daten in IP-Paketen einer Größe von bis zu ca. 65.000 Byte, meist aber nur 1500 Byte, übermittelt werden, die jeweils IP-Adressen als Absende- und Zielinformation beinhalten. Der Empfänger setzt die Daten aus den Paketinhalten, auch Nutzdaten genannt, in festgelegter Reihenfolge wieder zusammen.

INTERNETPROTOKOLL DIE ISO STRUKTUR

Die Netzwerkprotokolle sind je nach Aufgabe verschiedenen Schichten zugeordnet, wobei Protokolle höherer Schicht samt Nutzdaten in den Nutzdaten niedriger Schichten transportiert werden. Die Standards und Protokolle des Internets werden in RFCs beschrieben und festgelegt. Ein großer Vorteil des Internetprotokolls ist, dass die Paketübertragung unabhängig von der Wahl der verwendeten Betriebssysteme und unabhängig von den Netzwerktechniken der Protokollschichten unterhalb von IP geschehen kann, ähnlich wie ein ISO-Container im Güterverkehr nacheinander per Schiff, Bahn und Lastwagen transportiert werden kann, um an sein Ziel zu gelangen.

INTERNETPROTOKOLL UND **D**OMAIN **N**AME **S**ERVICE

Um einen bestimmten Computer ansprechen zu können, identifiziert ihn das Internetprotokoll mit einer eindeutigen IP-Adresse. Dabei handelt es sich bei der Version IPv4 um vier Byte (32 Bit), die als vier Dezimalzahlen im Bereich von 0 bis 255 durch einen Punkt getrennt angegeben werden, beispielsweise 66.230.200.100. Bei der neuen Version IPv6 sind dies 16 Byte (128 Bit), die als acht durch Doppelpunkt getrennte Blöcke aus je vier hexadezimalen Ziffern angegeben werden, z. B. 2001:0db8:85a3:08d3:1319:8a2e:0370:7344. Man kann sich diese Adressen wie Telefonnummern für Computer mit dem Domain Name System (**DNS**) als automatischem Telefonbuch vorstellen.

IPv4-Adresse der vbba-nrw.de 172.67.173.126*

IPv4- dresse der vbba.de 194.231.14.232*

** Das Dienstprogramm „PING“ aus der Kommandozeile aufgerufen liefert solche Ergebnisse*

KENNZAHLEN DES INTERNET

Energieverbrauch

Laut einer Schätzung ist der Anteil am weltweiten Stromverbrauch im Jahr 2012 auf 4,6 % gestiegen, was gut 900 Terawatt entspricht. Tendenz weiter steigend!

1 Terawatt entspricht einer Billion Watt (10^{12} W)

Datenaufkommen

Im Jahr 2012 betrug das Datenaufkommen im festverkabelten, öffentlich zugänglichen Internet mehr als 26,7 Exabyte (1 Exabyte = 1 Mrd. Gigabyte) pro Monat, was einem täglichen Datenaufkommen von annähernd einem Exabyte entspricht. Die Datenmenge von einem Exabyte ist vergleichbar mit der mehr als **2500-fachen Datenmenge aller Bücher, die je geschrieben wurden**.

Das mobile Datenaufkommen (Datenaustausch über Mobilfunknetze) beläuft sich im Jahr 2012 auf über 1,1 Exabyte Daten monatlich. Bis zum Jahr 2015 stieg das Datenaufkommen im festverkabelten Internet auf annähernd 60 Exabyte pro Monat. Im mobilen Internet wird ein Datenaufkommen von mehr als 6,2 Exabyte monatlich erreicht. Ca. 50% der Daten machen Videodienste (Video-on-Demand) aus. Weltweit wurde der IP-Datenverkehr für 2017 auf 1,4 Zettabyte ermittelt, allein in Deutschland wurden 38 Exabyte festgestellt, gegenüber einem Aufkommen im Jahre 2012 von 17 Exabyte. Es wird eine Steigerung im mobilen Datenverkehr mit Smartphones und Tablets um jährlich 60 % erwartet.

Nutzerzahlen

Die Internationale Fernmeldeunion sowie die World Wide Web Foundation kamen nach Schätzungen aus dem Jahr 2020 zu dem Ergebnis, dass in den Jahren 2019 und 2020 ca. 54 % der Weltbevölkerung einen Zugang zum Internet hatten. Etwa 3,5 Milliarden der Weltbevölkerung hatten in diesen Jahren dagegen keinen Internetzugang.

KENNZAHLEN DES INTERNET DEUTSCHLAND

Die ARD-ZDF-Onlinestudie stellte fest, dass im Jahr 2013 77,2 % der Bevölkerung ab 14 Jahren in Deutschland online waren, was 54,2 Millionen Menschen entsprach. Vor allem die mobilen Geräte trieben die Nutzung des Internets voran. Innerhalb eines Jahres stieg der Anteil der mobilen Nutzung des Internets von 23 % (2012) auf 41 % (2013).

Nach einer Studie der Stiftung für Zukunftsfragen – eine Initiative von British American Tobacco – waren 2015 rund 73 Prozent der Deutschen regelmäßig im Netz unterwegs. Im Zeitraum von 2010 bis 2015 erhöhte sich damit die Zahl der Internetnutzer um 25 Prozent. Weltweit wurde der IP-Datenverkehr für 2017 auf 1,4 Zettabyte angenommen, allein in Deutschland wurden 38 Exabyte angenommen, gegenüber einem Aufkommen im Jahre 2012 von 17 Exabyte. Dabei wird eine Steigerung im mobilen Datenverkehr mit Smartphones und Tablets um jährlich 60 % erwartet.

Deutsche besuchen statistisch gesehen regelmäßig acht Internet-Seiten. (Männer: durchschnittlich 9,4; Frauen: 6,4 Seiten / 14- bis 19-jährige: 5,8; 30 bis 39 Jahre alte: 9,1 Seiten). Die Jungen nutzen bevorzugt Unterhaltungsangebote. Die deutschen Männer sind im Durchschnitt 1,3 Stunden am Tag online, bei den deutschen Frauen sind es durchschnittlich 0,8 Stunden.

Warum bleiben die Senioren auf der Strecke?

GRÜNDE NICHT INS NETZ ZU GEHEN



WISSENSTEST 2

Sicherheit geht vor

1. Was ist das Internet der Dinge?

- A:** Ein Online-Spiel
- B:** Ein Online-Shop
- C:** Wenn z.B. Geräte mit dem Internet verbunden und steuerbar sind

2. Wie nennt man intelligente Haustechnik?

- A:** Home Netz
- B:** Digital Home
- C:** Smart Home

3. Wofür steht die Abkürzung VR?

- A:** Virtuelle Realität
- B:** Virtuelle Reise
- C:** Virtuelle Recherche

4. Was ist ein Headset?

- A:** Ein digitales Stirnband
- B:** Ein Kopfhörer mit Mikrofon
- C:** Eine digitale Brille

5. Was sind Wearables?

- A:** Kabelgebundene Überwachungskameras im Haus
- B:** Selbstfahrende Autos
- C:** Interaktive Accessoires und Kleidungsstücke, die man am Körper trägt

6. Wie bezeichnet man Fernsehgeräte, die mit dem Internet verbunden sind?

- A:** Netz TV
- B:** Smart TV
- C:** Internet TV

7. Wie steuert man in der Regel die Geräte in einem hausinternen Netz?

- A:** Mit Hilfe einer App auf dem Smartphone oder Tablet
- B:** Mit einem extra Schalter
- C:** Mit einer extra Fernbedienung

8. Was verbindet das hausinterne Netz mit der zentralen Steuerung der intelligenten Haustechnik?

- A:** Alle intelligenten Geräte im Haus
- B:** Alle Smartphones im Haus
- C:** Alle elektronischen Geräte im Haus

9. Wofür steht die Abkürzung KI?

- A:** Künstliche Intuition
- B:** Künstliche Intelligenz
- C:** Künstliche Illusion

10. Welche Komponenten werden bei der intelligenten Haustechnik nicht benötigt?

- A:** Aktoren, die mechanische Bewegungen ausführen.
- B:** Sensoren, die Zustände und Veränderungen messen
- C:** Protektoren, die Sicherheit garantieren

Antworten auf diese und viele weitere Fragen rund ums Internet gibt der „Wegweiser durch die digitale Welt für ältere Bürgerinnen und Bürger“ der BAGSO - Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen.

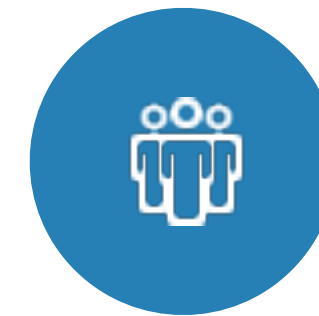


TIPPS ZUM EINSTIEG INS INTERNET

- **Auswahl eines Gerät, das Ihren Bedürfnissen entspricht. Machen Sie sich Notizen darüber, was Sie gerne nutzen möchten. Das erleichtert eine Beratung im Fachhandel.**
- **Achten Sie bei der Auswahl des Internetanbieters auf die Vertragslaufzeiten und Kündigungsfristen. Sie können zunächst Ihren bestehenden Telefonanbieter nach Angeboten fragen und dann vergleichen.**
- **Eine schnelle Internetverbindung macht die Nutzung des Netzes komfortabel.**
- **Lassen Sie Ihr heimisches Netzwerk von einem Profi absichern und alle wichtigen Daten in eine Tabelle eintragen.**
- **Achten Sie auch bei mobilen Geräten immer auf die Sicherheit; Tipps dazu finden Sie auch im Netz. Holen Sie sich auch hier gegebenenfalls Hilfe von einem Profi.**

DER SICHERE WEG INS INTERNET

Wer umsichtig surft kann die Gefahren umschiffen



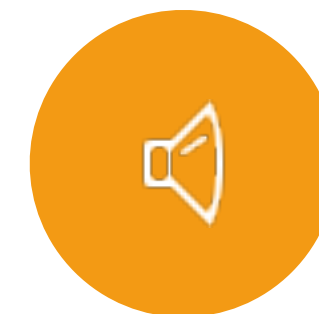
GERÄTE FIT HALTEN

Computerprogramme und Apps sind nicht frei von Schwachstellen. Über diese können Fremde von außen unberechtigten Zugriff auf die Daten im eigenen Computer, Tablet oder Smartphone nehmen.



SCHUTZ VOR INTERNETSCHÄDLINGEN

Diese nennt man. Gegen „Viren“ oder „Trojaner“ (von „Trojanisches Pferd“) schützen Sicherheitsprogramme, die man kostenlos oder kostenpflichtig erhält.



SICHER MIT SMARTPHONE UND TABLET

Bei Smartphone und Tablet heißen die Programme Apps. Auch diese Apps müssen auf dem aktuellen Stand gehalten werden



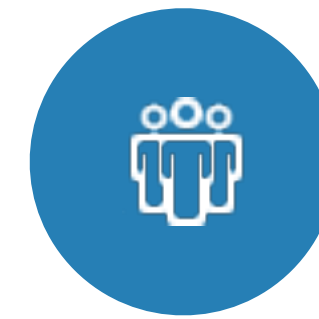
SICHER EINKAUFEN IM NETZ

Beim Einkauf im Netz sollten Sie zwei Grundregeln beherzigen:

Vor dem ersten Kauf in einem unbekanntem Geschäft den Ruf des Unternehmens überprüfen. Bewertungen anderer Nutzerinnen und Nutzer im Netz können helfen dabei, sollten jedoch ebenfalls kritisch gelesen werden. Prüfen Sie zudem das Impressum der Seite. Möglicherweise hat das Unternehmen seinen Sitz im fernen Asien oder in den USA. Dann müssen Sie zusätzlich mit Zollgebühren und Problemen bei der Geltendmachung der Gewährleistung rechnen.

DER SICHERE WEG INS INTERNET

Wer umsichtig surft kann die Gefahren umschiffen



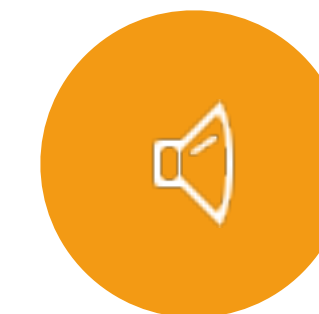
DEN COMPUTER ALS BANKFILIALE NUTZEN

Das Internet macht viele Gänge zur Bank- oder Sparkassenfiliale überflüssig. Online können Sie sich zum Beispiel schnell über den Kontostand und alle Buchungen informieren.



KOSTENLOS ODER KOSTENPFLICHTIG?

Viele Informations- und Unterhaltungsangebote im Netz sind kostenlos. Für die meisten Zeitungen, Videotheken, Musikangebote oder Datendienste muss man also nichts zahlen.



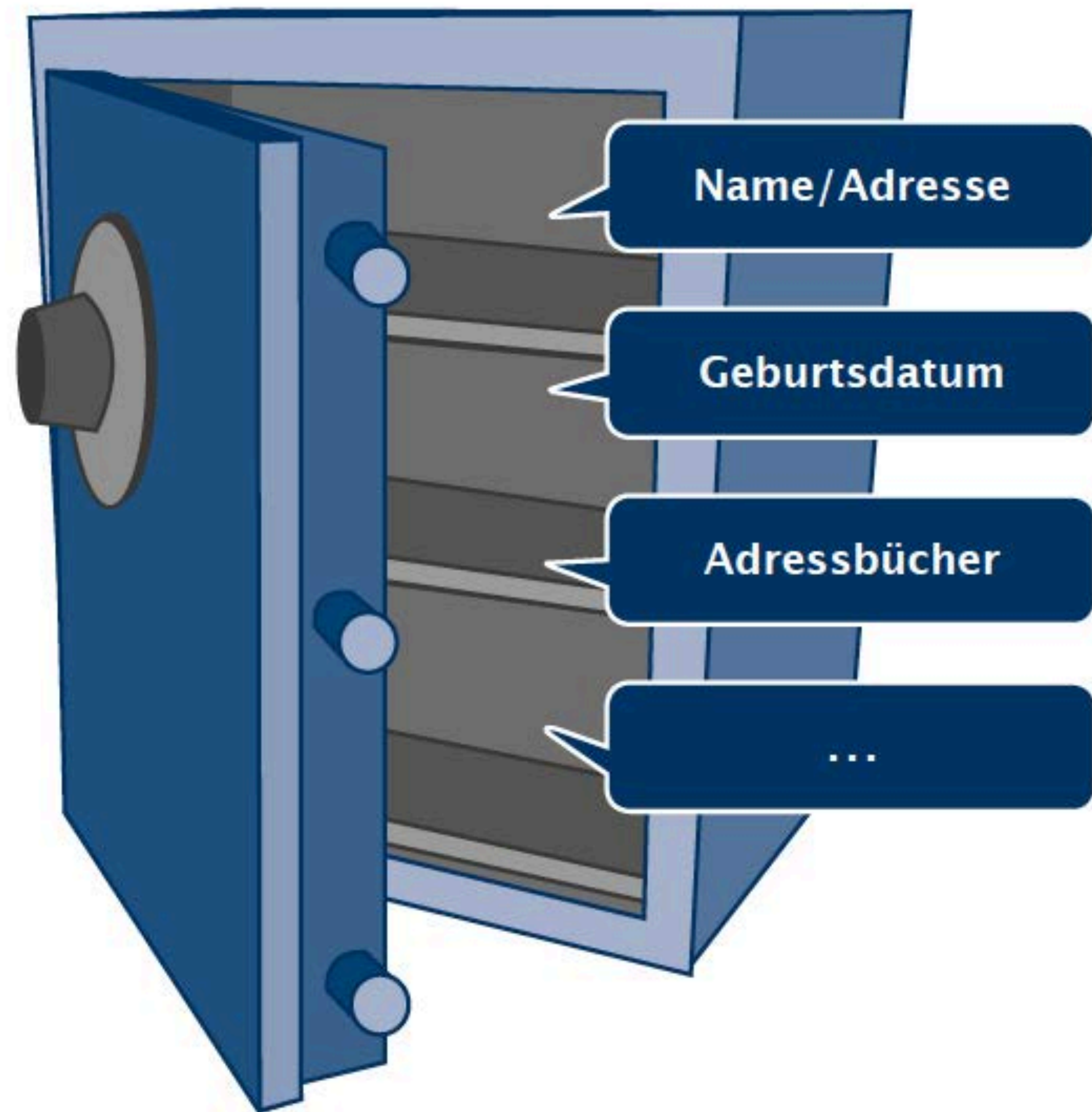
UND WIE STEHT ES NUN MIT DER SICHERHEIT

Wie überall im Leben lauern auch im Internet Gefahren, das lässt sich nicht bestreiten. Aber wie im realen Leben gilt auch im Internet: **Wer sich mit Umsicht bewegt, ist vor den meisten Gefahren sicher.**



TIPPS FÜR SICHERES SURFEN

- **Programme und Betriebssysteme immer auf dem dem neusten Stand halten.**
- **Einrichten von einem Sicherheitsprogramm ein, das gegen Viren und Trojaner schützt.**
- **Öffnen Sie keine E-Mails von unbekanntem Absendern.**
- **Für den Einkauf im Netz: Prüfen Sie vorher, wer genau Ihr Vertragspartner für den Einkauf ist, und schauen Sie in das Impressum. Lesen Sie kritisch die Bewertungen und Beschwerden anderer Verbraucherinnen und Verbraucher im Internet.**
- **Prüfen Sie vor Absenden einer Bestellung immer, ob ganz klar ist, welche Kosten anfallen (Kaufpreis und auch Versand und/oder Versicherung).**
- **Verwenden Sie unterschiedliche und sichere Passworte. Ein Passwort Manager Programm oder App unterstützt gegen das Vergessen.**



NICHT ALLE MÜSSEN ALLES WISSEN

Über das Internet lassen sich die neusten Nachrichten und Dokumente ganz leicht und schnell verbreiten. Das gilt leider im gleichen Maß für persönliche Daten. Sind Daten einmal für alle zugänglich gemacht und mehrfach in aller Welt kopiert worden, dann fällt die Rücknahme schwer. Nutzerinnen und Nutzer haben das Recht, dass die zu ihrer Person gehörenden Daten gelöscht werden. Dieses Recht geltend zu machen, kann aber mühsam sein.

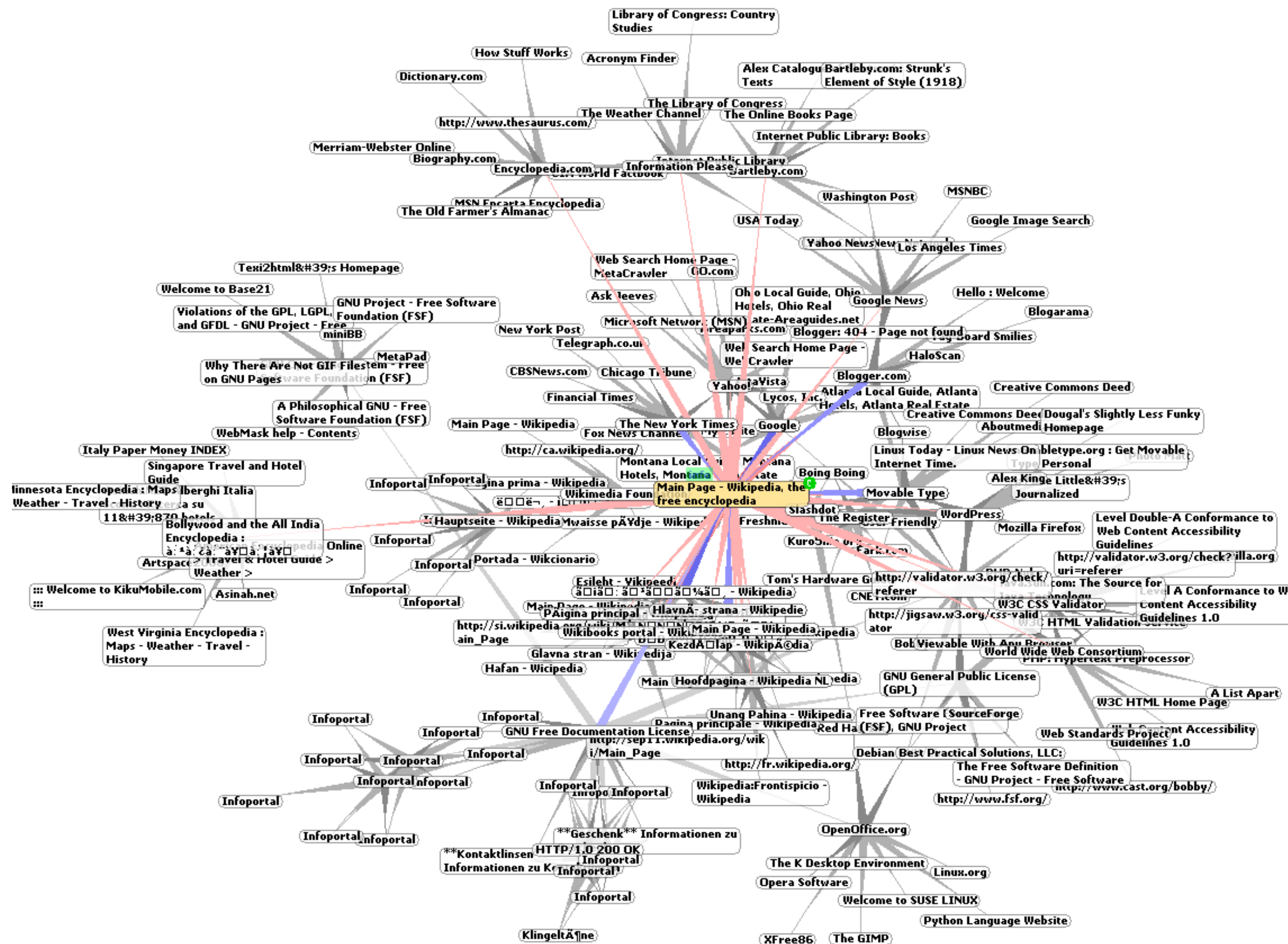
Datenschutz-Tipps

Seien Sie sparsam mit persönlichen Daten im Internet. Machen Sie Gebrauch von der Möglichkeit, Dienste anonym zu nutzen, also ohne einen erkennbaren Bezug zu Ihrer Person. Es gibt auch die Möglichkeit, im Netz unter Spitznamen oder Fantasiekürzeln aufzutreten, wenn Ihnen Ihre Privatsphäre wichtig ist.

DATENSCHUTZRECHTE GELTEND MACHEN

Das europäische Recht gibt Internetnutzerinnen und -nutzern ganz besondere Rechte für die Erfassung und Verwendung von Daten. Nutzer können von einem Unternehmen jederzeit die vollständige Auskunft über die bei ihm gespeicherten persönlichen Informationen verlangen. Ist die Speicherung nicht mehr erforderlich, können Sie die Löschung verlangen. Bei Problemen können Sie sich an die Datenschutzaufsichtsbehörde des jeweiligen Bundesland wenden, in dem das Unternehmen seinen Sitz hat.

[LinkedIn: Heimlicher Test an 20 Millionen Nutzern](#)



Ein kleiner Ausschnitt des World Wide Web, dargestellt durch sogenannte [Hyperlinks](#)

VON ANFANG AN FÜR ORDNUNG SORGEN !

Der digitale Nachlass

Je mehr Sie sich im Internet bewegen, desto mehr Spuren hinterlassen Sie. Sie melden sich bei verschiedenen Anbietern an, nutzen E-Mail oder auch ein soziales Netzwerk. Im Falle Ihres Ablebens müssen sich die Hinterbliebenen auch mit diesem digitalen Nachlass befassen. Sie erfahren so zum Beispiel von diversen Kontakten, offenen Rechnungen, laufenden Verträgen, Onlinebestellungen oder digital gespeicherten Fotos. Klare gesetzliche Regelungen, nach denen Erben ohne Weiteres Zugriff auf den digitalen Nachlass bekommen würden, gibt es derzeit nicht. Daher ist es ratsam, sich bereits zu Lebzeiten um den digitalen Nachlass zu kümmern!



WISSENSTEST 3

Sicherheit geht vor

1. Was sollten Sie beachten, um die Vielzahl an Treffern bei der Gesundheitssuche einzugrenzen?

- A:** Die Fragestellung so konkret wie möglich formulieren
- B:** Die Fragestellung so allgemein wie möglich formulieren
- C:** Die Fragen und die Antworten zusammen formulieren

2. Wo können Sie sich zielgerichtet über Gesundheitsthemen informieren?

- A:** In Online-Shops
- B:** In Gesundheits-Portalen
- C:** In sozialen Netzwerken

3. Woran erkennt man seriöse Gesundheitsseiten?

- A:** Dass Inhalt und Werbung kaum zu unterscheiden sind
- B:** Dass Inhalt und Werbung klar getrennt sind
- C:** Am fehlenden Impressum

4. Was sollten Sie im Krankheitsfall bedenken?

- A:** Dass eine Internet-Recherche den Arztbesuch nicht ersetzen kann
- B:** Dass eine Internet-Recherche auch bei schweren Erkrankungen ausreicht
- C:** Dass ein Austausch in einem Forum einen Arztbesuch ersetzen kann

5. Was erklären Medizinstudenten auf washabich.de?

- A:** Medizinische Bedarfe
- B:** Medizinische Berufe
- C:** Medizinische Befunde

6. Wo finden Sie seriöse Informationen zu speziellen Krankheitsbildern?

- A:** In Online-Shops
- B:** Bei den Fachgesellschaften
- C:** In Foren

7. Was sollten Sie bei Bewertungsseiten beachten?

- A:** Dass die Bewertungen oft subjektiv sind
- B:** Dass die Bewertungen in der Regel vollkommen objektiv sind
- C:** Dass die Bewertungen immer seriös sind

8. Wo finden Sie offizielle Informationen zu wichtigen Impfungen?

- A:** Auf der Webseite des Robert-Kaiser-Instituts
- B:** Auf der Webseite des Robert-Kuhn-Instituts
- C:** Auf der Webseite des Robert-Koch-Instituts

9. Wie viele Informationsquellen sollten Sie zur Gesundheitsrecherche nutzen?

- A:** Eine seriöse Informationsquelle reicht aus
- B:** Zwei bis drei Informationsquellen reichen aus
- C:** Informieren Sie sich bei möglichst vielen verschiedenen Quellen

10. Wer informiert im Internet über die rechtlichen Grundlagen für Menschen mit Behinderung?

- A:** Der Beauftragte der Bundesregierung für die Belange der Patientinnen und Patienten
- B:** Der Beauftragte der Bundesregierung für Digitalisierung
- C:** Der Beauftragte der Bundesregierung für die Belange von Menschen mit Behinderungen

Antworten auf diese und viele weitere Fragen rund ums Internet gibt der „Wegweiser durch die digitale Welt für ältere Bürgerinnen und Bürger“ der BAGSO - Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen.

WEITERGEHENDE INFORMATIONEN

Einfach verständlich

Alle Fotos und Videos sind von [Pexels](#) können kostenlos heruntergeladen und verwendet werden.

Interessante Links:

Herzlich willkommen im [Seniorentreff!](#)

Sicherheit für „[Silver Surfer](#)“

Sicher Surfen für ältere Personen – praktische Tipps gegen [Internetbetrug](#).

Sicherheit im Netz für Senioren: 5 Regeln für den [sicheren Umgang mit dem Internet](#).

[Sicherheit im Netz für Senioren](#)

Bundesamt für Sicherheit in der [Informationstechnik](#)

[Internetsicherheit für Senioren C&A](#)

[Silver Surfer](#) (Netzkultur)

Sicherheitspotenziale im [höheren Lebensalter](#)

Wie erkenne ich [Fake-Shops im Internet?](#)

Verbraucherzentrale [Fakeshop-Finder](#)

Wohnen [im Alter](#)

Digitalisierung überfordert sehr viele [Senioren](#)

Wochenkommentar von [Mathias Zehnder](#)

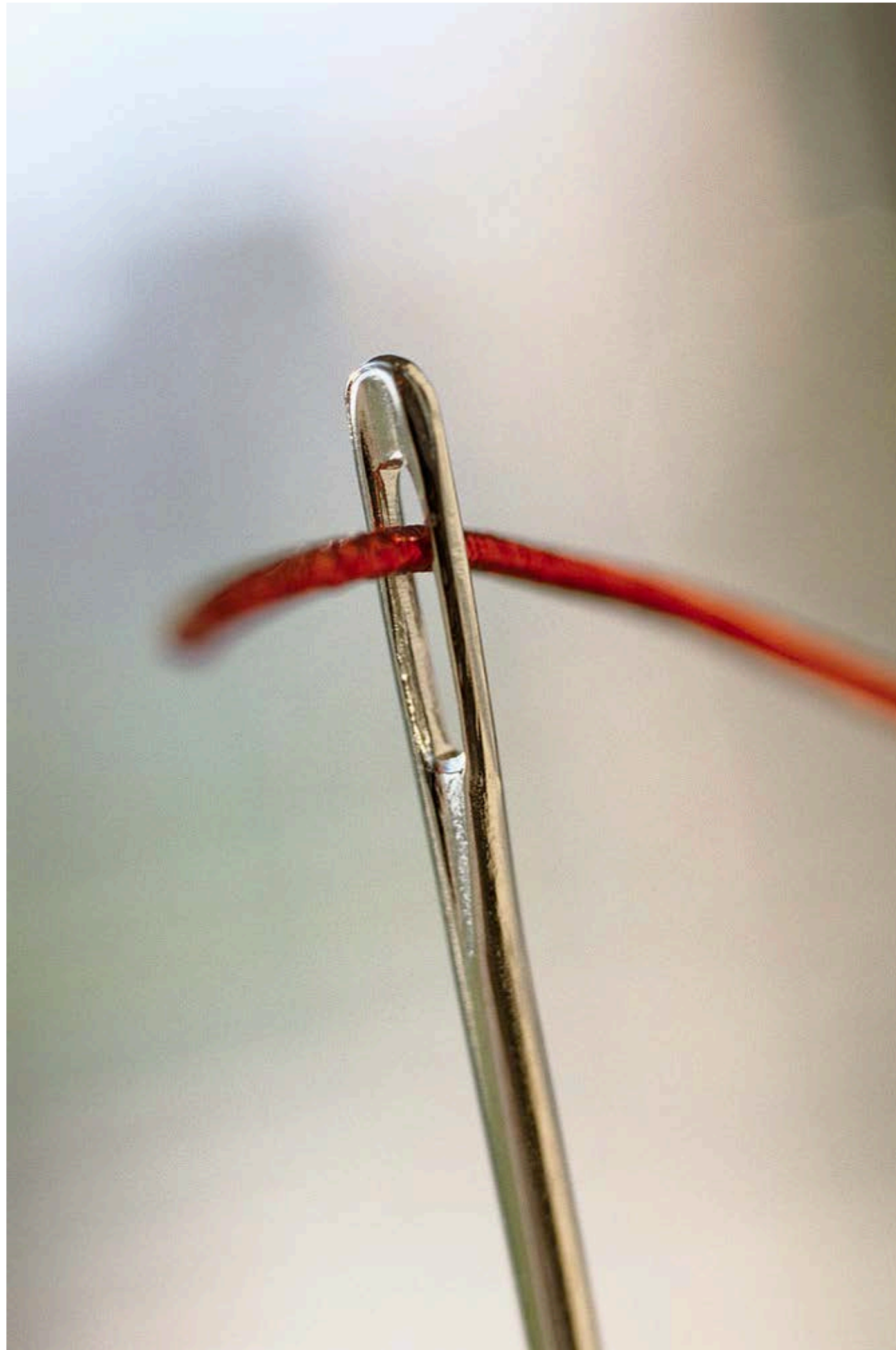
Ältere [Menschen überfordert](#)

[Lernherausforderungen im Alter begegnen](#)

[Digitalpakt Alter](#)

[Deutschland sicher im Netz](#)

[Basistipps zur IT-Sicherheit](#)





DANKE FÜR DIE AUFMERKSAMKEIT

Auf Wiedersehen