

SCHUTZ VOR DIGITALER GEWALT

>> SOFORT HANDELN

- PIN/Passwörter ändern (Smartphone, Laptop)
- E-Mail & Social Media Passwörter neu setzen
- Standortfreigaben beenden (WhatsApp, Google)
- Unbekannte Apps löschen
- 2-Faktor-Authentisierung aktivieren

GERÄTE SICHERN

- App-Berechtigungen prüfen (Kamera, Standort)
- Biometrie aktivieren (Fingerabdruck, Face ID)
- Automatische Sperre: 30 Sekunden
- Updates installieren

ONLINE-ACCOUNTS

- Account-Zugriffe prüfen (Google, Apple, Meta)
- E-Mail-Weiterleitungen überprüfen
- Passwort-Manager nutzen (KeePass, Bitwarden)
- Social Media: Profile auf privat

STANDORT & TRACKING

- GPS nur bei Bedarf aktivieren
- Standortverlauf deaktivieren
- Bluetooth-Tracker suchen (AirTags)

SMARTE GERÄTE

- Smart-Home-Passwörter ändern
- Router-Passwort ändern
- Sprachassistenten prüfen

BEWEISE SICHERN

- Screenshots mit Datum/Uhrzeit erstellen
- Chat-Verläufe dokumentieren

! NOTFALL: Polizei 110

Hilfetelefon für Frauen 116 016 & Hilfetelefon für Männer 0800 1239900

INFO - Mehr Infos:

sicher-gegen-digitale-gewalt.org
aktiv-gegen-digitale-gewalt.de