



GEMEINSAM.SICHER
in den besten Jahren

Ein Service für Menschen in den besten Jahren

www.gemeinsamsicher.at

Impressum:

Herausgeber: Bundeskriminalamt
Büro 1.6 – Kriminalprävention und Opferhilfe
Josef-Holaubek-Platz 1, 1090 Wien

Fotos: Barbara Nidetzky, Sabine Hauswirth, Johann Frasl, Karl Schober, Fotolia – contrastwerkstatt,
WavebreakMediaMicro, pixelstock, Burlingham, goodluz, Daisy Daisy, highwaystarz

Stand: März 2020



GEMEINSAM.SICHER

in den besten Jahren

Ein Service für Menschen in den besten Jahren

GEMEINSAM.SICHER in Österreich

Wenn die Polizei gerufen wird, ist meist schon etwas passiert. Die Initiative „GEMEINSAM.SICHER in Österreich“ setzt schon früher an, damit negative Entwicklungen rechtzeitig erkannt werden oder gar nicht erst entstehen. Mit Sicherheitspartnerschaften fördert die Polizei das direkte Gespräch mit Bürgerinnen und Bürgern.

Im Sicherheitsforum werden, gemeinsam mit allen, die dazu etwas beitragen können, Lösungen für konkrete Probleme erarbeitet und in den jeweiligen Zuständigkeitsbereichen umgesetzt. Wenn beispielsweise der Schulweg an einer kaum einsehbaren Kreuzung unsicher ist, kümmern sich die Gemeindebediensteten um das Zurückschneiden von Bäumen oder Sträuchern, die Polizistinnen und Polizisten um die Verkehrssicherung und die Vertreter des Elternvereins um Eltern, die freiwillig als Schülerlotsen an einem sichereren Schulweg mitwirken wollen. Die Polizei initiiert, moderiert und koordiniert die Sicherheitsforen.

Internationale Erfahrungen zeigen: Negative Entwicklungen werden mithilfe Ihrer Beteiligung verhindert und Probleme geklärt.

Das sind die Partner bei „GEMEINSAM.SICHER in Österreich“

Der Sicherheitspartner aus der Bevölkerung: „Ich möchte erreichen, dass unsere Gemeinde noch sicherer wird. Als Jugendtrainer bringe ich viele Erfahrungen mit. Ich kann Missverständnisse aufklären und Informationen der Polizei an meine Mitbürgerinnen und Mitbürger weitergeben.“

Der Sicherheitsbeauftragte der Polizei: „Ich bin der direkte Ansprechpartner für die Bevölkerung in der lokalen Polizeiinspektion. Ich habe immer ein offenes Ohr“

für die Anliegen der Bürgerinnen und Bürger. Wenn alle an einem Strang ziehen, können Probleme besser gelöst werden.“

Der Sicherheitsgemeinderat in der Gemeinde: „Ich bin seit Jahren mit Leib und Seele Kommunalpolitiker und setze mich für die Sicherheit und die Anliegen der Bürgerinnen und Bürger ein. Ich bin die Schnittstelle zwischen der lokalen Polizeiinspektion und unserer Gemeinde.“

Der Sicherheitskoordinator der Polizei auf Bezirksebene: „Ich bin Polizist im Bezirkspolizeikommando und Bindeglied zwischen Sicherheitsbeauftragten und Sicherheitspartnern. Ich kenne die lokalen Gegebenheiten sehr gut. Das hilft mir, Sicherheitsmaßnahmen zu koordinieren und zu unterstützen.“



Vorwort

Sehr geehrte Damen und Herren,

„GEMEINSAM.SICHER in Österreich“ ist eine Initiative, die das Miteinander in den Mittelpunkt stellt. Gerade beim Älterwerden sind wir oft auf die Aufmerksamkeit und Hilfe unserer Mitmenschen angewiesen. Die Polizei steht Ihnen unterstützend zur Seite, zur individuellen Beratung, aber selbstverständlich auch, wenn Sie Opfer eines Verbrechens geworden sind. Bei Themen, die unser subjektives Sicherheitsgefühl beeinflussen, bietet „GEMEINSAM.SICHER in den besten Jahren“ Ansprechpartner auf Augenhöhe.

Viele Menschen haben schon einmal einen Anruf oder eine Nachricht erhalten, wo ein vermeintlicher Verwandter in finanziellen Schwierigkeiten um Geld bittet. Mit diesem sogenannten „Neffentrick“ verlieren viele Menschen ihr Ersparnis. Selbst wenn es zu keiner Geldübergabe kommt, können solche Situationen große Unsicherheiten auslösen. Die Polizei informiert Sie in dieser Broschüre über derartige Gefahren, gibt Ihnen Tipps zur Sicherheit in den eigenen vier Wänden sowie beim Einkaufen, im Urlaub oder beim „Surfen“ im Internet.

Auch wenn noch nichts passiert ist, kann es hilfreich sein, Polizistinnen und Polizisten auf ein Problem aufmerksam zu machen. Denn nur so können Probleme erkannt und gemeinsam Lösungen gefunden werden. Im Rahmen von „GEMEINSAM.SICHER in den besten Jahren“ laden wir Sie ein, die Sicherheit in Ihrem Umfeld mitzugestalten.

Ihr
Bundesministerium für Inneres

Vorwort

Seit dem Start der Aktion „GEMEINSAM.SICHER in den besten Jahren“ im vergangenen Jahr haben tausende Seniorinnen und Senioren Veranstaltungen besucht, die von den Seniorenorganisationen gemeinsam mit der Polizei in ganz Österreich organisiert wurden. Ein voller Erfolg, der zeigt, wie wichtig den älteren Mitbürgerinnen und Mitbürgern das Thema Sicherheit ist.

Die große Beteiligung macht aber auch deutlich, dass Pensionistinnen und Pensionisten gerne bereit sind, sich für eine gute und wichtige Sache einzusetzen. Dieser Einsatz kommt allen zugute, denn der Wunsch nach Sicherheit ist unabhängig vom Alter. Jede und jeder will selbst gerne in Sicherheit leben; ohne Angst vor bestehenden oder drohenden Gefahren.

In diesem Sinne hoffe ich, dass in Zukunft noch möglichst viele weitere Seniorinnen und Senioren an den gemeinsamen Informations-Veranstaltungen teilnehmen werden. Sie können durch ihre große Erfahrung aber auch durch ihr feines Gespür wertvolle Beiträge zum Thema Sicherheit leisten und so die wichtige Aufgabe der Polizei, Gefährdungen schon im Vorhinein erkennen zu können, unterstützen.

Ganz besonders will ich mich bei all jenen bedanken, die die Aktion GEMEINSAM.SICHER in den besten Jahren ins Leben gerufen haben. Vor allem aber auch bei allen, die sie getragen und mit Leben erfüllt haben: Bei den vielen Polizistinnen und Polizisten und den Seniorinnen und Senioren, die gemeinsam versuchen, unser Land noch ein gutes Stück lebenswerter zu machen.

Dr. Peter Kostelka

Präsident des
Pensionistenverbandes Österreichs



GEMEINSAM.SICHER

wohnen



GEMEINSAM.SICHER

beim Einkaufen



GEMEINSAM.SICHER

gegen Trickdiebstahl



GEMEINSAM.SICHER

im Internet



GEMEINSAM.SICHER

im Urlaub



GEMEINSAM.SICHER

gegen Gewalt

Inhaltsverzeichnis

Hilfestellung

Wichtige Rufnummern, Kontakte und Informationsstellen

Seite 10

Sicher zu Hause

Tipps und Tricks zur Sicherung der Wohnung oder des Hauses

Seite 16

Trickbetrügereien

Verhaltensmaßnahmen gegen Betrüger

Seite 20

Sicher auf der Straße

Ratschläge zum Schutz vor Straßenkriminalität

Seite 28

Sicher unterwegs

Tipps für einen entspannten Urlaub

Seite 32

Sicher beim Einkaufen

Richtiges Verhalten beim Einkauf und bei Bankomatgeschäften

Seite 36

Sicher im Internet

Risikoarmes Surfen im weltweiten Netz

Seite 40

Sicher umsorgt

Pflege ohne Aggression und Gewalt

Seite 44

Hilfestellung

Aus der Erfahrung eines langen Lebens sind Seniorinnen und Senioren manchmal besonders vorsichtig und sicherheitsbewusst. Mit offenen Ohren und Augen durch die Welt zu gehen ist auch durchaus lobenswert. Oftmals ist es aber auch eine falsche Selbsteinschätzung, die in weiterer Folge Gefahren mit sich bringen kann. „Mir wird das schon nicht passieren“, oder „Ich passe doch auf.“ zählen oftmals zu den Stehsätzen, die schlussendlich nicht beherzigt werden.

Tatsächlich können viele Straftaten durch richtiges Verhalten im Vorhinein verhindert werden. Wenn Sie wachsam bleiben und auf Ihren gesunden Menschenverstand hören, sind Sie auf der sicheren Seite!

Die Tipps und Hinweise der polizeilichen Kriminalprävention, die Sie in dieser Broschüre finden, sind keine Garantie, um Straftaten zu verhindern. Aber Sie tragen dazu bei, die Durchführung von kriminellen Handlungen zu erschweren. Seien Sie kein „leichtes Opfer“, sondern gehen Sie selbstbewusst durchs Leben!

Diese Broschüre steht auf den Präventionsseiten der Homepage des Bundeskriminalamtes (www.bundeskriminalamt.at) als Download zur Verfügung. Sie kann aber auch in gedruckter Form angefordert werden:

per E-Mail:	kriminalpraevention@bmi.gv.at oder
auf dem Postweg:	Bundeskriminalamt Büro 1.6 Kriminalprävention und Opferhilfe Josef-Holaubek-Platz 1 1090 Wien

Der richtige Umgang mit Notrufnummern

Es gibt Menschen, die zu lange überlegen, ehe sie einen Notruf absetzen. Sie befürchten, die Leitung zu blockieren oder den Notruf zu missbrauchen. Oft werden Beobachtungen und Wahrnehmungen erst am nächsten Tag, leider viel zu spät, gemeldet.

Die Unterscheidung, ob es sich um einen polizeilichen Notfall handelt oder nicht, ist relativ einfach: wenn das unmittelbare Einschreiten der Polizei notwendig ist, handelt es sich um einen Notfall. Immer, wenn etwas verhindert, aufgeklärt oder wahrgenommen werden soll, scheuen Sie sich nicht, den **Notruf 133** zu wählen. Beispiele sind: Straftaten wie Einbruch, Raub, Sachbeschädigung, Schlägereien, Körperverletzungen – aber auch eskalierende Auseinandersetzungen, verdächtige Wahrnehmungen, vermutliche Vorbereitung für strafbare Handlungen und Ähnliches.

Wenn Sie nicht sicher sind, welchen Notruf Sie wählen sollen, weil etwas Aufsehenerregendes wie beispielsweise ein schwerer Verkehrsunfall stattgefunden hat – entscheiden Sie sich am besten für **Polizei 133** oder **Rettung 144**. Wenn Sie die Situation beschreiben, verständigt die Beamtin oder der Beamte am anderen Ende der Leitung selbstständig weitere notwendige Einsatzmittel.

Die wichtigsten Notrufnummern

Euro Notruf	112	(für ganz Europa)
Feuerwehr	122	
Polizei	133	
Rettung	144	

Bei Mobiltelefonen funktioniert der Notruf auch, wenn Sie keinen Empfang haben oder über kein Guthaben verfügen.

Es gibt natürlich auch viele Gründe, die das sofortige Einschreiten nicht erfordern: Beschädigungen an beweglichen Dingen, Diebstahl ohne Täterhinweis, Verlust verkehrsrechtlicher oder waffenrechtlicher Dokumente oder ähnliche Gründe. In diesen Fällen rufen Sie Ihre örtlich zuständige Polizeiinspektion an – unter der Telefonnummer 059133 werden Sie österreichweit verbunden – oder gehen Sie zur nächsten Polizeiinspektion.

Weißer Ring hilft, wenn Sie Opfer einer Straftat geworden sind

Sind Sie Opfer einer Straftat geworden und brauchen Sie weitere Betreuung? Professionelle Hilfe bekommen Sie kostenlos bei der Opferschutzeinrichtung „Weißer Ring“.

Hier erhalten Sie vertrauliche Betreuung, Gespräche mit Psychologinnen und Psychologen sowie Therapeutinnen und Therapeuten, Krisenintervention, juristische Unterstützung, Hilfestellung bei Kontaktaufnahmen mit Behörden und Ämtern, Prozessbegleitung (Gericht und Polizei), Vermittlung von Therapien und bei Bedarf auch finanzielle Unterstützung.

Kontakt:

„Weißer Ring“, Alserbach Straße 18/6, 1090 Wien

Telefon: 0800 112 112

E-Mail: office@weisser-ring.at

www.opfer-notruf.at

Weitere nützliche Informationsstellen

Allgemeine Sicherheit

Polizei Servicenummer österreichweit: **059133**

www.polizei.gv.at

www.bmi.gv.at

Kuratorium Sicheres Österreich

Das KSÖ ist ein überparteilicher und unabhängiger Verein und versteht sich als nationale Vernetzungs- und Informationsplattform im Bereich innere Sicherheit.

www.kuratorium-sicheres-oesterreich.at

Seniorkom.at

Seniorkom.at ist eine Internetplattform für Seniorinnen und Senioren und bietet Informationen zu verschiedenen Aspekten von „Seniorensicherheit“ an, beispielsweise Unfallvermeidung im Haushalt, Sicherheit im Verkehr, Warnung vor Betrügereien.

www.seniorkom.at

Konsumentenschutz

Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz

www.sozialministerium.at

Das Konsumentenportal

www.konsumentenfragen.at

Verein für Konsumenteninformation

www.konsument.at

Interessensvertretungen

Österreichischer Seniorenrat

www.seniorenrat.at

Österreichischer Seniorenbund

www.seniorenbund.at

Pensionistenverband Österreichs

www.pvoe.at

Computer und Internet

Safer Internet

Die EU-Initiative Saferinternet.at unterstützt bei der sicheren Nutzung von Internet, Handy & Co. durch die Förderung von Medienkompetenz.

www.saferinternet.at

Internet Ombudsmann

Der Internet Ombudsmann hilft Ihnen kostenlos, wenn Sie eine Beschwerde zu einem bestimmten Unternehmen oder eine allgemeine Anfrage rund um das Einkaufen im Internet haben.

www.ombudsmann.at

Watchlist Internet

Die Watchlist Internet ist eine unabhängige Informationsplattform zu Internet-Betrug und betrugsähnlichen Online-Fällen aus Österreich. Sie informiert über aktuelle Betrugsfälle im Internet, gibt Tipps zur Prävention und erklärt, wie gängige Betrugsmaschen im Internet funktionieren. Opfer von Internet-Betrug erhalten darüber hinaus konkrete Anleitungen bzw. Kontaktinfos für weitere Schritte.

www.watchlist-internet.at

Gesundheit und Lebenshilfe

Österreichische Sozialversicherung

www.sozialversicherung.at

Sozialtelefon österreichweit: **0800 / 20 16 11**

Pflegetelefon österreichweit: **0800 / 20 16 22**

Sozial- und Pflegetelefon sind die erste Anlaufstellen für Fragen zu den Themen Soziales oder Pflege. Qualifizierte Teams erteilen Auskünfte und Ratschläge.

www.sozialministerium.at

Ö3 Kummernummer österreichweit: **116123**

Die Ö3 Kummernummer versteht sich als Erstanlaufstelle für Menschen in Not. Sie ist täglich von 16.00 Uhr bis 24.00 Uhr zum Nulltarif erreichbar und absolut anonym.

Sicher zu Hause

Herr Alfons O.* kommt nach Hause und merkt, dass bei ihm eingebrochen wurde. Er war bestimmt nicht länger als eine Stunde außer Haus. Der Sachschaden ist gering und wird von der Versicherung gedeckt. Der Beamte der Kriminalpolizei teilt Herrn O.* mit, dass der Täter sein Haus gezielt ausgewählt hat. Denn Einbrecher wählen in der Regel den Weg des geringsten Widerstandes in ein Haus oder eine Wohnung und wollen nicht erwischt werden. Daher suchen sich die Täter für den Einstieg ein schlecht geschütztes Fenster oder eine Türe, wenn sie sicher sind, dass niemand zu Hause ist. Erfahren Sie hier, wie Sie sich schützen!



Um sich vor Einbrechern zu schützen, müssen Sie zwei wichtige Aspekte beachten: die technische Ausrüstung und das richtige Verhalten.

Sie können Ihr Haus oder Ihre Wohnung je nach Beschaffenheit, Lage und finanzieller Möglichkeiten mit technischer Sicherheitsausrüstung ausstatten. Neben verschiedenen Alarmanlagensystemen gibt es eine Auswahl an Sicherheitstüren, Sicherheitsschlössern oder einbruchshemmenden Fernstern, Rollbalken und Fenstergittern. Nutzen Sie die Möglichkeit, sich von Polizeibeamtinnen und -beamten der Kriminalprävention beraten zu lassen. Unsere Kolleginnen und Kollegen kommen auch gerne zu Ihnen nach Hause und beraten Sie kostenlos, individuell und fachgerecht. Erkundigen Sie sich bei einer beliebigen Polizeiinspektion oder unter der Telefonnummer 059133.

Vor allem das richtige Verhalten ist ein wichtiger Aspekt, um sich zu schützen. Die Polizei gibt Ihnen nützliche Tipps. Wenn Menschen im Haus oder in der Wohnung anwesend sind, schreckt das Einbrecher ab.

- Erwecken Sie diesen Eindruck, auch wenn Sie gar nicht zu Hause sind. Besorgen Sie sich eine oder mehrere Zeitschaltuhren und schließen Sie Lampen oder Radiogeräte daran an. Zeitschaltuhren erhalten Sie im Elektrofachhandel oder in Baumärkten. Stellen Sie die Zeitschaltuhren so ein, dass in unregelmäßigen Intervallen ein Licht oder ein Geräusch an- oder ausgeht. Ändern Sie das Muster regelmäßig. Besonders in der kalten Jahreszeit, wenn es früh dunkel wird, ist diese Maßnahme sehr wichtig.
- Wenn Sie auf Urlaub fahren oder aus einem anderen Grund länger nicht zu Hause sind, bitten Sie Freunde, Verwandte oder Nachbarn Ihren Postkasten zu leeren. Ein voller Postkasten bedeutet, dass keine Personen zu Hause sind! Teilen Sie Ihren Nachbarn mit, dass Sie abwesend sein werden und bitten Sie jemanden regelmäßig nachzusehen, ob die Türen und Fenster unbeschädigt

sind. Keinesfalls sollten Sie Ihre Abwesenheit am Anrufbeantworter, auf der Handymailbox, in einer automatischen E-Mail oder Ähnlichem erwähnen!

- Wenn Sie einen Garten haben, machen Sie es den Tätern nicht unnötig leicht, indem Sie Werkzeuge, Leitern, Bänke oder ähnliche Steighilfen herumstehen lassen.
- Verschließen Sie beim Verlassen des Hauses oder der Wohnung immer alle Fenster und Türen, auch wenn Sie nur ganz kurz außer Haus sind. Eine bloß zugezogene Eingangstüre kann sogar ohne Werkzeug geöffnet werden und ein gekipptes Fenster ist ein offenes Fenster, das mit wenigen Handgriffen aus der Verankerung gehebelt werden kann. Denken Sie auch an Garagen- und Kellertüren.
- Legen Sie Schlüssel nie unter die Fußmatte, auf den Türrahmen oder in einen Blumentopf und hängen Sie ihn auch nicht an einem Band in den Briefkastenschlitz: Jeder Einbrecher kennt solche „Verstecke“!
- Das Haushaltsgeld gehört nicht in den Küchenschrank, die Ersparnisse gehören nicht in den Wäscheschrank oder unter die Matratze: Dort suchen Diebe zuerst.
- Wenn Sie in einem Wohnhaus mit Gegensprechanlage wohnen, lassen Sie nur Personen herein, die Sie kennen oder die Sie erwarten.

Seien Sie generell wachsam und melden Sie der Polizei verdächtige Wahrnehmungen sofort unter der Telefonnummer 133. Auch wenn noch gar nichts passiert ist, kann es hilfreich sein, die Polizei auf ein Problem aufmerksam zu machen.

Seien Sie trotz allem vorbereitet und lassen Sie in der Wohnung oder im Haus keine Wertgegenstände offen liegen, sondern bewahren Sie diese sicher auf. Verwahren Sie Sparbücher und Lösungsworte getrennt.

Viele Geräte haben eine eigene Nummer, mit der die Polizei die Geräte fahnden kann. Notieren Sie sich diese Nummern, lassen Sie sich, wenn notwendig, im Fachhandel beraten. Legen Sie ein Eigentumsverzeichnis an, in dem Sie die Nummern eintragen. Das Formular bekommen Sie in den Polizeiinspektionen oder im Internet unter www.bmi.gv.at auf den Seiten der Prävention.

Fotografieren Sie Ihren Schmuck, Kunst- und Kulturgegenstände usw. und inventarisieren Sie diese ebenso in einem Verzeichnis. Die dafür nötige Checkliste finden Sie ebenso im Internet auf den Präventionsseiten und in jeder Polizeidienststelle.

Erkundigen Sie sich bezüglich einer für Sie geeigneten Versicherung.

Wenn trotzdem etwas passiert ...

Wenn Sie nach Hause kommen und bemerken, dass eingebrochen wurde, betreten Sie das Haus oder die Wohnung erst gar nicht. Sollten Sie sich schon im Haus oder der Wohnung aufhalten, dann verlassen Sie das Objekt wieder auf dem gleichen Weg, auf dem Sie es betreten haben. Rufen Sie den Polizeinotruf unter 133 und warten Sie auf dem Gehsteig auf das Eintreffen der Beamtinnen und Beamten.



Trickbetrügereien

Frau Margarethe M.* wohnt schon sehr lange alleine und manchmal ist ihr langweilig. Ihre Kinder und Enkel besuchen sie nur selten, da sie in einer anderen Stadt wohnen. Plötzlich klingelt es – eine willkommene Abwechslung! Unangemeldet steht ein freundlicher Herr ihres Energielieferanten vor der Türe, um den Gaszähler abzulesen. Selbstverständlich lässt die betagte Dame den Herrn ohne Rückfrage in die Wohnung. Der fleißige Herr ist aber nicht am Gaszähler interessiert, sondern findet Wertgegenstände und Bargeld viel interessanter...



Foto: highwaystarz



Foto: Daisy Daisy

Trickbeträgerinnen und -betrüger gehen von Haustüre zu Haustüre und versuchen gewaltlos in das Haus oder die Wohnung zu gelangen, um dort Geld oder Schmuck zu entwenden. Oftmals treten die Täter auch paarweise oder in Gruppen auf, um die Opfer besser abzulenken.

Um in das Haus oder die Wohnung gelangen zu können, verwenden sie folgende Tricks. Mitunter behaupten die Täter fälschlicherweise, dass sie

- von einem Amt, einer Behörde oder der Hausverwaltung kommen,
- Handwerker sind und etwas reparieren müssen,
- Ihnen günstig beim Putzen helfen wollen,
- Waren ganz günstig zu verkaufen haben,
- Spenden sammeln müssen,
- den Strom- oder Gaszähler ablesen müssen,
- etwas zum Schreiben brauchen, damit sie einem Nachbarn eine Nachricht hinterlassen können,
- eine Verletzung haben,
- ihnen schlecht ist oder dass sie ein Glas Wasser brauchen.

Den Phantasien der Täter sind hier keine Grenzen gesetzt...

So schützen Sie sich vor Trickbetrügerinnen und -betrügern

- Schützen Sie sich, indem Sie vorsichtig und misstrauisch bleiben! Lassen Sie niemals fremde Personen, die unangemeldet kommen, in das Haus oder die Wohnung.
- Verwenden Sie beim Öffnen der Eingangstüre stets die Schließkette oder den Schließriegel.
- Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von Ämtern oder Behörden kommen niemals unangemeldet und weisen sich in der Regel unaufgefordert aus. Wenn Sie Zweifel haben, lassen Sie sich nicht unter Druck setzen! Rufen Sie ruhig das betreffende Amt oder die Behörde an und lassen Sie sich die Behauptungen der Person bestätigen. Wenn sich die Angaben der Person nicht bestätigen lassen, rufen Sie gleich die Polizei unter 133 an!
- Lassen Sie sich nicht dazu hinreißen, etwas in Ihrer Wohnung oder im Haus spontan reparieren oder reinigen zu lassen, auch wenn das Angebot noch so günstig ist. Wenn tatsächlich zufällig eine derartige Leistung fällig ist, nehmen Sie professionelle Hilfe in Anspruch.
- Bei Verkaufsangeboten zwischen Tür und Angel stellt sich oft heraus, dass die Anbieterin oder der Anbieter minderwertige Ware zu einem unangemessenen Preis verkauft oder wiederum nur ins Haus will, um dieses nach Wertsachen auszukundschaften. Lassen Sie sich in kein Verkaufsgespräch verwickeln!
- Wenn unangemeldete Besucherinnen und Besucher behaupten, aus irgendeinem Grund in Not geraten zu sein, helfen Sie, indem Sie die Rettung unter 144 oder die Polizei unter 133 holen. Lassen Sie sich kein schlechtes Gewissen einreden. Der Anruf bei den Einsatzkräften ist in der Regel Hilfe genug.

- Wenn Spenden verlangt werden und Sie gerne etwas geben wollen, tun Sie das bitte von sich aus über offizielle Organisationen. Ein Appell an das soziale Gewissen wird oft von den Tätern zu Ihrem Nachteil ausgenutzt. Meistens kommt Ihr Geld keinem wohltätigen Zweck zugute.

Enkel- oder Neffentrick

Andere Täter suchen nicht den direkten Kontakt zu den Opfern über die Haustüre, sondern versuchen den Opfern via Telefon Geld herauszulocken, indem sie unter anderem Folgendes behaupten. Auch hier gilt: die vorgespielten Szenen sind vielfältig und zahlreich:

- **„Sie haben bei einem Gewinnspiel gewonnen!“**
Gleichzeitig werden Sie ersucht, Ihre Bankdaten bekannt zu geben, eine kostenpflichtige Telefonnummer anzurufen oder einen Geldbetrag als „Spesen“ zu überweisen.
- **„Hallo, wie geht ´s? Ich bin ´s! Kennst du mich nicht mehr?“**
Der Täter gibt sich als Verwandter oder Bekannter von Ihnen aus und lässt Sie nach seinem oder Ihrem Namen raten, da er den Namen Ihres Verwandten oder Bekannten nicht kennen kann. Danach erregt er Mitleid, indem er oder sie behauptet, in einer finanziellen Notlage zu sein oder schnell Geld für eine Anzahlung oder dergleichen zu brauchen. „Unglücklicherweise“ kann der vermeintliche Verwandte das Geld nicht selbst abholen, sondern wird einen „Boten“ schicken. Der so genannte Enkel- oder Neffentrick ist eine besonders hinterhältige Form des Betrugs, der für Opfer oft auch existenzielle Folgen haben kann. Sie können dadurch hohe Geldbeträge verlieren oder sogar um Ihre Lebensersparnisse gebracht werden.

So verhalten Sie sich bei einem Anruf richtig

Wenn Sie einen derartigen Anruf erhalten, gehen Sie keinesfalls auf die Forderungen des Anrufers ein!

- Geben Sie keine Bankdaten oder Vermögensverhältnisse über das Telefon bekannt.
- Wenn Sie von einem vermeintlichen Verwandten oder Bekannten angerufen werden, wird Sie dieser normalerweise nicht nach ihrem oder seinem Namen raten lassen. Falls doch, legen Sie auf und rufen zurück. Rufen Sie nach Möglichkeit einen gemeinsamen Bekannten an und erkundigen Sie sich nach dem vermeintlichen Verwandten oder Bekannten.

Allgemein gilt: wenn Sie am Telefon nach Geld gefragt werden, kann das mit betrügerischer Absicht passieren. Verständigen Sie die Polizei unter 133.

Falsche Gewinnbenachrichtigungen

Manche Organisationen verschicken Briefe, die einen Gewinn versprechen, obwohl der Empfänger an keinem Spiel teilgenommen hat. Ähnlich wie bei einem Anruf wird Ihnen hier Geld versprochen, dass Sie angeblich erst erhalten, nachdem Sie eine Folge von Anweisungen befolgt haben, die entweder mit dem Einzahlen von Spesengeldern beziehungsweise Anwaltskosten oder dem Anrufen kostenpflichtiger Telefonnummern zu tun hat.

So verhalten Sie sich richtig

- Gehen Sie auf solche Anweisungen nicht ein!
- Schicken Sie keine unterschriebenen Schriftstücke zurück. Möglicherweise verstricken Sie sich in einen rechtskräftigen Vertrag.

Werbefahrten

Auch hinter der schriftlichen oder telefonischen Aufforderung an einer sogenannten Werbefahrt oder einer ähnlichen Veranstaltung teilzunehmen, steckt oft eine unlautere Absicht: solche Veranstaltungen locken mit einem Busausflug – meist ins benachbarte Ausland. Auf dieser Reise wird versprochen, „praktische“ Gebrauchsartikel günstig erwerben zu können. Die Realität sieht dann so aus, dass Sie eigens geschulte Verkäuferinnen und Verkäufer dazu drängen, Dinge zu kaufen, die Sie gar nicht benötigen und das zu einem Verkaufspreis, der in keiner Relation zum Wert steht.

So reagieren Sie richtig

- Es spricht nichts gegen eine Kaffeefahrt, aber fühlen Sie sich niemals zu einer Bestellung oder einem Kauf verpflichtet.
- Unterschreiben Sie nichts, was Sie nicht genau verstanden haben. Unterschriften sind nie „reine Formsache“.
- Beachten Sie bei Verträgen immer Datum und Unterschriften. Ein fehlendes oder falsches Datum erschwert die Durchsetzung Ihres Widerrufsrechts.
- Fordern Sie eine Vertragsdurchschrift, auf der Name und Anschrift des Vertragspartners deutlich lesbar sind.

Allgemein gilt besondere Vorsicht bei allen Angeboten aus heiterem Himmel, die „zu schön sind, um wahr zu sein“. Es könnte sich um einen Betrugsversuch handeln.

Jene Firmen, die auf solche Weise arbeiten, haben ihren Sitz meistens im Ausland und sind von österreichischen Behörden nicht oder sehr schwer zu belangen.

Sicher auf der Straße

Ein schöner Tag! Ideal für einen ausgedehnten Bummel auf einer Einkaufsstraße, freut sich Herr Hubert L.*. Zuerst noch schnell Geld vom Bankomat holen und dann kann's losgehen! Am Straßenrand lehnt ein eleganter, junger Mann an einem Auto. Als er sieht, dass Herr L. ihn bemerkt, kommt er lächelnd auf ihn zu und fragt, ob er ihm eine wertvolle Lederjacke schenken darf. Sympathisch erklärt er ihm, dass er Händler sei und ihm bei einer Präsentation einige Jacken übrig geblieben seien. Er öffnet den Kofferraum und zeigt Hubert einige hervorragend aussehende Jacken. Herr L. steht ganz vertieft neben dem Auto und mustert die Jacken. Dabei vergisst er alles um sich herum. Plötzlich bemerkt er, dass seine Geldtasche weg ist...

Vor allem in größeren Städten und Ballungsräumen werden Taschendiebe oder andere Kriminelle auf Sie aufmerksam, wenn Sie unvorsichtig mit Bargeld, Wertgegenständen usw. hantieren. Achten Sie darauf, dass Ihnen das nicht passiert. Hier einige Tipps:

- Hantieren Sie nicht öffentlich mit Ihrer Brieftasche oder Ihrem Mobiltelefon. Seien Sie in jedem Fall vorsichtig bei Personen, die Geld wechseln oder Sie in ein belangloses Gespräch verwickeln wollen.
- Verbergen Sie Halsketten, wertvolle Armbänder, Uhren, Broschen und anderen Schmuck unter Ihrer Kleidung oder lassen Sie ihn lieber an einem sicheren Ort.
- Eine Tasche tragen Sie am sichersten möglichst nah am Körper, den Verschluss nach innen gewandt. Benutzen Sie auch den Tragriemen als Diebstahlsschutz.
- Brieftaschen und kleinere Wertgegenstände transportieren Sie am sichersten in Taschen, die sich an der Körpervorderseite befinden und im Idealfall verschließbar sind.
- Meiden Sie nach Möglichkeit Gedränge in öffentlichen Verkehrsmitteln und stark frequentierten öffentlichen Plätzen.
- Vermeiden Sie es bei Dunkelheit alleine unterwegs zu sein. Nehmen Sie nach Möglichkeit ein Taxi und bitten Sie den Lenker zu warten, bis Sie sicher im Haus sind.
- Lassen Sie sich nicht auf Verkaufsgespräche auf öffentlicher Straße ein, es handelt sich mit hoher Wahrscheinlichkeit um kein seriöses Geschäft. Probieren Sie keinesfalls Schmuck oder Kleidung an!

- Spendensammler kommen nicht immer von der angegebenen Organisation. Wenn Sie Zweifel an der Seriosität von Spendensammlern haben, rufen Sie sofort die Polizei unter der Notrufnummer 133 an.
- Auch hinter einer Bettlerin oder einem Bettler kann eine kriminelle Organisation stehen. Wenn Sie helfen wollen, tun Sie das über offizielle Organisationen! Wenn eine Bettlerin oder ein Bettler aggressiv oder aufdringlich ist, macht er sich strafbar, rufen Sie die Polizei unter der Notrufnummer 133!

Wenn Sie oft alleine unterwegs sind und sich dabei unsicher fühlen, besteht die Möglichkeit, sich mit einem „Handtaschenalarmgerät“ auszurüsten. Die Beamtinnen und Beamten der Kriminalprävention beraten Sie gerne. Auskünfte bekommen Sie bei jeder Polizeiinspektion oder unter der Telefonnummer 059133.

Wenn doch etwas passiert...

Sollten Sie Opfer eines Diebstahls oder eines Raubes werden, leisten Sie keinen Widerstand. Die Gefahr ist groß, dass der Täter Sie mitreißt und Sie deshalb zu Sturz kommen, wenn Sie sich an Ihrem Besitz festhalten. Rufen Sie sofort die Polizei, ersuchen Sie Passantinnen und Passanten um Hilfe und versuchen Sie, sich möglichst viele Details des Täters zu merken. Angaben zu Alter, Körpergröße, Statur, Haarfarbe, Frisur, besonderen Merkmalen, Farbe der Kleidung sowie Fluchtrichtung und Zeitpunkt der Tat sind der Polizei bei der Fahndung eine große Hilfe.



GEMEINSAM.SICHER
gegen Trickdiebstahl

Sicher Unterwegs

Franziska und Herbert K.* sparen schon lange für einen schönen Urlaub am Meer. Leichtes Unbehagen bereiten ihnen aber Geschichten, die ihnen von Bekannten erzählt wurden, was auf so einer Reise nicht alles passieren kann....



Wichtig ist es den Urlaub gut zu organisieren und zu planen. Ob Sie nun einen mehrwöchigen Urlaub im Ausland verbringen oder nur einen Tagesausflug in eine Stadt machen: Sie können jede Reise unbeschwert genießen, wenn Sie sich mit folgenden Themen beschäftigen:

- Bevor Sie die Reise antreten, überlegen Sie sich am besten, mit welchem Verkehrsmittel Sie reisen möchten. Da der Individualverkehr in den letzten Jahren stark zugenommen hat und lange Fahrten über Autobahnen und Bundesstraßen sehr stressauslösend und nervenraubend sein können, geht der Trend in Richtung öffentliche Verkehrsmittel.
- Egal, ob Sie zu Fuß, mit dem Rad oder dem Auto unterwegs sind, dort wo viel Verkehr ist, gewinnen Sie durch Risikobereitschaft keine Zeit! Die Einhaltung der Verkehrsvorschriften sollte eine Selbstverständlichkeit sein. Wenn Sie mit dem Auto fahren, denken Sie unbedingt daran, dass Sie „fahrtüchtig“ sind. Ausgeschlafen, nüchtern, körperlich und geistig fit!
- Beachten Sie auch, dass nicht nur eine Alkoholisierung strafbar ist, sondern auch der Einfluss bestimmter Medikamente sich auf Ihre Fahrtüchtigkeit auswirken kann. Wenn Sie Medikamente nehmen müssen, lesen Sie zu Ihrer Sicherheit den Beipacktext oder sprechen Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt, bevor Sie ein Auto in Betrieb nehmen.
- Wenn Sie am Urlaubsort mit dem Auto fahren möchten, besteht die Möglichkeit, das eigene Auto auf einem Reisezug zu transportieren oder vor Ort eines zu mieten. Unterm Strich zahlen sich solche Varianten oft sogar finanziell aus.
- Im Ausland machen Sie sich bitte mit nationalen Verkehrsvorschriften vertraut. Die Autofahrerclubs beraten Sie gerne!

Seien Sie sich auch stets bewusst, dass Ihr Auto kein Tresor ist. Lassen Sie niemals Wertgegenstände im Wagen zurück. Wenn Sie eine Rast einlegen und das Auto nicht im Blickfeld behalten können, decken Sie das Reisegepäck und andere zurückgelassene Gegenstände ab. Neue Modelle haben eine eingebaute Abdeckplane im Kofferraum, benutzen Sie diese! Auch wenn Sie das Auto nur kurz abstellen oder nach dem Tanken zahlen gehen, ziehen Sie immer den Zündschlüssel ab und versperren Sie das Auto. Schließen Sie auch alle Fenster! Sollten Sie eine Panne haben, nehmen Sie professionelle Hilfe in Anspruch. Seien Sie vorsichtig, wenn fremde Personen Ihnen helfen wollen.

Wenn es sich im Zuge einer Reise nicht vermeiden lässt, das Reisegepäck durchgehend zu beaufsichtigen, verwenden Sie verschließbare Koffer oder verwenden Sie Taschenschlösser. Diese sind zwar nicht einbruchssicher, verhindern aber einen „Gelegenheitszugriff“. Lassen Sie das Gepäck auf Flughäfen oder Bahnhöfen niemals unbeaufsichtigt stehen.

Weitere Tipps für einen sicheren Urlaub

- Machen Sie sich vor Auslandsaufenthalten grob mit den wichtigsten Rechtsvorschriften vertraut. Befolgen Sie die Anweisungen auf Hinweistafeln und von Reiseleitern.
- Lassen Sie sich eventuell über eine geeignete Reiseversicherung beraten.
- Besteht die Notwendigkeit, Geld in eine andere Währung zu wechseln, suchen Sie bitte immer offizielle Wechselstuben auf. Auch wenn Ihnen außerhalb einer Wechselstube ein noch so günstiger Kurs angeboten wird, es besteht die Gefahr, dass Sie betrogen werden!



GEMEINSAM.SICHER
im Urlaub

Sicher beim Einkaufen

Frau Helene K.* schiebt den vollen Einkaufswagen zur Kassa. Die lange Schlange bewegt sich nur träge. Endlich ist sie an der Reihe, alle Waren sind auf dem Förderband, doch ihre Brieftasche ist plötzlich weg! Sie kramt in allen Taschen, doch nichts zu machen. Gestohlen. Die Leute hinter ihr werden unruhig. Entschuldigend räumt sie die Waren wieder ein und geht zur Polizei, um Anzeige zu erstatten. Dort stellt sich heraus, dass nicht nur ihre Geldbörse gestohlen wurde, sondern auch ein beträchtlicher Geldbetrag von ihrem Konto fehlt.



Wenn Sie vor dem Einkauf Geld abheben müssen, dann beachten Sie bitte folgendes:

- Heben Sie nur so viel Geld ab, wie Sie unbedingt benötigen – wer viel mit sich trägt, kann auch viel verlieren.
- Lassen Sie sich nach Möglichkeit von einer Vertrauensperson begleiten.
- Wenn Sie bei einem Geldausgabeautomaten abheben, achten Sie darauf, dass Sie niemand beobachtet. Nehmen Sie keine Hilfe von fremden Personen an. Bevorzugen Sie Bankomaten innerhalb eines Foyers.
- Müssen Sie doch eine größere Geldsumme abheben, gehen Sie zu einer Bankangestellten oder einem Bankangestellten. Diese oder diesen bitten Sie um die Auszahlung in einem separaten Raum.
- Bewahren Sie Bargeld möglichst nah an der Vorderseite Ihres Körpers auf – idealerweise in einer verschließbaren Tasche.
- Achten Sie darauf, dass Ihnen nach einem Bankgeschäft niemand folgt. Lassen Sie sich nach Möglichkeit begleiten oder nehmen Sie ein Taxi und bitten den Lenker zu warten, bis Sie sicher im Haus sind.

So gehen Sie sicher mit dem Bankomatcode um

Schreiben Sie den Bankomatcode nicht auf, sondern lernen Sie ihn auswendig. Wenn Ihnen das schwerfällt, verwenden Sie Eselsbrücken. Ein Beispiel: Wenn ihr Code 7582 lautet, merken Sie sich 7 (Zwerge) 5 (sind da) 8 (Achtung!) 2 (Zwei fehlen!), oder etwas Ähnliches, das Sie sich leicht merken. Müssen Sie Ihren Code trotzdem aufschreiben, machen Sie das am sichersten „getarnt“, Zum Beispiel als Telefonnummer: „02265/7582“, oder als Adresse: „Fliederweg 3, 7582 Niederndorf“.

Bewahren Sie den Code und Bankomatkarte niemals in der gleichen Tasche auf, das gleiche gilt sinngemäß für Sparbücher und Lösungsworte!

Beim Aufenthalt in Geschäften achten Sie bitte unbedingt auf Ihre Tasche oder Handtasche.

- Vor allem beim Anprobieren von Schuhen: stellen Sie Ihre Tasche nicht hinter sich, sondern immer in Sichtweite ab.
- Lassen Sie die Tasche oder abgelegte Kleidungsstücke nicht in einer Umkleidekabine zurück, besonders wenn Wertsachen darin verstaut sind.
- Wenn Sie Ihre Tasche in den Einkaufswagen geben, sollten Sie sie immer im Blickfeld behalten. Besser wäre es, die verschlossene Tasche am Körper zu tragen.
- Seien Sie wachsam, wenn betriebsfremde Personen Sie ansprechen oder Ihnen beim Tragen der Einkäufe helfen wollen.
- Vorsicht bei Personen, die sich auffällig nahe bei Ihnen aufhalten!

Wenn doch etwas passiert ist...

Bitten Sie Mitarbeiterinnen oder Mitarbeiter des Geschäftes um Hilfe. Verständigen Sie die Polizei. Viele Geschäfte verfügen über eine Videoüberwachung, die bei der Tätersuche hilfreich sein kann.



GEMEINSAM.SICHER
beim Einkaufen

Sicher im Internet

Frau Gudrun P.* freut sich über ihren Internetanschluss. Unendlich viele Informationen bequem von zu Hause abrufen zu können, ist sehr praktisch. Eines Tages erhält Frau P.* eine E-Mail mit der Priorität „hoch“. In der Nachricht wird sie ersucht, einem Link zu folgen und dann Kontonummer und Bankomatcode (PIN) einzugeben. „Die Internetseite ähnelt der meiner Bank“, denkt Gudrun und gibt Ihre persönlichen Daten in die leeren Felder ein....



Die Anonymität des Internets wird von Kriminellen ausgenutzt, um betrügerische Handlungen zu begehen. Daher ist im „World Wide Web“ besondere Vorsicht geboten!

Wenn Sie das Internet gerne nutzen möchten, sich aber unsicher dabei fühlen oder von der Technik überfordert sind, gibt es die Möglichkeit, Anfängerkurse zu besuchen. Volkshochschulen oder Lehrinstitute wie zum Beispiel Maturaschulen bieten regelmäßig entsprechende Kurse für alle Zielgruppen an.

Einige Tipps sollten Sie jedenfalls beachten, um sicher zu „surfen“, um Ihre Anonymität zu wahren und um kein Opfer von Betrügern zu werden. Oft werden Internetnutzerinnen und -nutzer von professionell wirkenden Inhalten oder systematischer Verunsicherung getäuscht:

- Achten Sie darauf, dass auf Ihrem Computer ein Virenschutzprogramm und eine Firewall installiert sind, um sich vor Computerviren zu schützen. Lassen Sie sich von Fachleuten beraten.
- Internetseiten oder E-Mails, die eine Leistung für sehr wenig Geld oder sogar gratis versprechen, arbeiten meistens mit einer Täuschungsabsicht. Am besten Sie löschen diese E-Mails gleich oder verlassen die Internetseite.
- Zahlungsaufforderungen, die per E-Mail kommen und einen angeblichen Anwalt oder eine Behörde als Absender ausweisen, sind mit Sicherheit betrügerisch. Dreiste Kriminelle programmieren sogar Aufforderungen mit dem Logo der Polizei. Gehen Sie niemals darauf ein und suchen Sie im Bedarfsfall fachliche Unterstützung! Seriöse Zahlungsaufforderungen kommen per Einschreiben mit der Post.

- Wenn Sie Waren im Internet bestellen, wählen Sie einen bekannten Anbieter. Informieren Sie sich im Zweifelsfall beim Konsumentenschutz. Kaufen Sie niemals Medikamente oder „Wundermittel“ im Internet, wenn diese auch noch so günstig angeboten werden! Sie spielen mit Ihrer Gesundheit!
- Wenn Sie Bankgeschäfte im Internet erledigen: folgen Sie keinem „Link“ auf die Seite Ihres Bankinstitutes, sondern geben Sie die Internetadresse „händisch“ ein. Eine sichere Internetseite hat ein „s“ nach dem „http“.
- Geben Sie keine sensiblen Daten wie Kontonummern, Passwörter, Bankomatkarteninformation, finanzielle Verhältnisse und ähnliches über das Internet bekannt. Seriöse Unternehmen werden das nicht verlangen!
- Wenn Sie im Internet andere Personen kennenlernen oder einen Partner finden wollen, seien Sie bei der Wahl der entsprechenden Internetseite besonders kritisch! Vorsicht ist bei Internetseiten geboten, die mit sexuellen Inhalten werben! Bedenken Sie, dass Internetnutzerinnen und -nutzer im Grunde alles behaupten können. Glauben Sie daher nicht alles, was Sie im Internet lesen!

Wann immer Sie die Möglichkeit haben, schützen Sie Ihren Computer oder Ihren E-Mail Account mit einem guten Passwort.

Was ist ein gutes Passwort?

Ein gutes Passwort ist eines, das einerseits schwer zu erraten ist und auch von systematisch arbeitenden Programmen nicht entschlüsselt werden kann. Das Passwort sollte eine gemischte Kombination aus Buchstaben, Zahlen und Sonderzeichen, sowie Groß- und Kleinschreibung sein. Zwei gleiche Symbole sollen nicht nebeneinander stehen.

Helfen Sie sich mit einer Eselsbrücke. Hier zwei Beispiele:

- „#al43freD“ – Kombination aus dem Vornamen „Alfred“ (nicht der eigene!) und Geburtsjahr „43“.
- **Merken Sie sich einen Satz und verwenden Sie nur die Anfangsbuchstaben der Wörter** (wie beispielsweise den soeben gelesenen Satz): „ms*SEsuvSndADW“.

Ihrer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt!



Sicher Umsorgt

Die meisten Menschen kommen in ihrem Leben an einen Punkt, an dem die täglichen Anforderungen an den Alltag schwerer werden. Leider manchmal auch völlig unerwartet. Herr Rudolf V.* entschied sich, eine mobile Pflegehilfe zu beanspruchen. Seine im Berufs- und Familienleben stehende Tochter hätte diese Aufgabe gerne übernommen. Nach einem ausführlichen Gespräch entschied sich Herr V.*, seine Tochter nicht zusätzlich zu belasten.



Es gibt keinen Grund, derartigen Änderungen der Lebensweise verunsichert entgegenzublicken, wenn Sie einige Punkte bedenken:

- Sichern Sie sich rechtzeitig ab, indem Sie mit Verwandten oder Bekannten Ihre Vorstellungen bezüglich Pflegemöglichkeiten besprechen. Veranlassen Sie – falls notwendig – rechtliche Verfügungen bei einem Notar oder Erwachsenenvertreter.
- Passen Sie Ihr Heim rechtzeitig Ihren Bedürfnissen an. Lassen Sie beispielsweise Haltegriffe im Bad und WC sowie einen Rauchmelder in der Küche installieren.
- Informieren Sie sich über die Möglichkeit eines mobilen Rettungsalarmknopfes, den Sie immer bei sich tragen können.
- Geben Sie den Zweitschlüssel Ihrer Wohnung oder Ihres Hauses einer Vertrauensperson, die Sie regelmäßig besuchen kommt. Auch ein einbruchssicherer Schlüsselsafe an der Außenseite der Eingangstüre kann eine Erleichterung für betreute Personen sein.
- Informieren Sie sich bei Ihrer Sozialversicherungsanstalt oder beim Bundesministerium für Arbeit, Soziales und Konsumentenschutz oder der Patienten-anwaltschaft Ihres Bundeslandes.

Haben Sie die Befürchtung, dass sich Ihre Lebensqualität durch die Inanspruchnahme regelmäßiger Pflege verschlechtern wird?

Auch wenn es schwerfällt: verzichten Sie auf die ausschließliche Betreuung durch Ihnen nahestehende Personen. Nehmen Sie deren Hilfe dankend an, beanspruchen Sie aber parallel dazu auch die professionelle Hilfe eines sozialen Dienstes. Die ausschließliche Betreuung durch nahestehende Personen führt oft zu deren emotionaler und körperlicher Überforderung. Frust, Vernachlässigung und sogar Aggression und Gewalt können die Folgen einer solchen Überanstrengung sein. Aber auch übermäßige Fürsorge Ihrer Vertrauenspersonen kann zur befürchteten Einschränkung der Lebensqualität führen.

Bei professionell arbeitenden Pflegerinnen und Pflegern sind Sie in der Regel gut aufgehoben – achten Sie zu Ihrer Sicherheit trotzdem auf einige Faktoren:

- Achten Sie in Pflegeeinrichtungen auf mögliche Missstände. Auch wenn Sie in einer solchen Einrichtung nur zu Besuch sind. Teilen Sie Missstände einer übergeordneten Instanz (Sozialversicherungsanstalt, Bundesministerium für Soziales und Konsumentenschutz, Patientenadvokatur) mit.
- Egal, ob Sie selbst jemanden pflegen oder gepflegt werden – denken Sie an die Möglichkeit professioneller Unterstützung. Schützen Sie sich und Ihre Angehörigen vor Überlastung.
- Suchen Sie das Gespräch mit Vertrauenspersonen, bevor Sie Pflege in Anspruch nehmen.
- Wenn Sie aus irgendeinem Grund glauben, dass Ihnen Unrecht getan wird, teilen Sie sich mit, im Zweifelsfall mit der Patientenadvokatur oder auch der Polizei.

Denken Sie daran, dass die Pflege Ihr Leben nicht einschränken soll, sondern im Gegenteil helfen soll, damit Sie den Alltag bewältigen können.



GEMEINSAM.SICHER
gegen Gewalt



GEMEINSAM.SICHER
in den besten Jahren

Ein Service für Menschen in den besten Jahren

www.gemeinsamsicher.at



Ich bin schwerhörig.

Ich kann Sie besser verstehen, wenn Sie
... mich beim Sprechen ansehen.
... in normaler Lautstärke sprechen.
... deutlich und nicht zu schnell sprechen.



I have a hearing loss

When you speak to me, please...
... face me
... speak slowly and clearly
... don't shout



Ich habe Probleme beim Verstehen!

Bitte sprechen Sie langsam und deutlich!
Ich möchte jemanden anrufen.
Diese Person kann mir helfen.



Mein Name:

Ich wohne:

Telefonnummer: