

# Erste Hilfe: Dein Notfall-Fahrplan

Panik hilft jetzt nicht! Wenn du das Gefühl hast, dass etwas nicht stimmt – ob dein Konto gehackt wurde oder ein Gerät sich merkwürdig verhält – zählt jetzt besonnenes Handeln. Dieser Plan hilft dir Schritt für Schritt, den Schaden zu begrenzen und die Kontrolle zurückzugewinnen.

## Deine Sofort-Maßnahmen (Die goldene Regel)

- Ruhe bewahren & Gerät isolieren:**
  - Tief durchatmen! Keine vorschnellen Klicks.
  - **Trenn die Internetverbindung!** Schalte das WLAN aus oder ziehe das Netzkabel. Das verhindert, dass sich ein Virus weiter ausbreitet oder Daten gesendet werden.
  - Schalte das Gerät **nicht** sofort aus. Experten können oft mehr Spuren sichern, wenn das Gerät noch läuft.
- Nichts überstürzen:** Lösche keine E-Mails, Nachrichten oder Dateien. Diese könnten später als wichtige Beweise dienen.

## Dein 5-Schritte-Fahrplan für den Ernstfall:

- Passwörter sofort ändern (von einem sicheren Gerät!)**
  - Nutze ein **anderes, sauberes Gerät** (z. B. das Handy eines Freundes, ein Tablet).
  - Ändere die Passwörter deiner **wichtigsten Konten**: E-Mail (höchste Priorität!), Online-Banking, Social Media.
  - Wenn du dich nicht einloggen kannst: Nutze die "Passwort vergessen"-Funktion oder Support-Seiten des Anbieters.
- Zwei-Faktor-Authentifizierung (2FA) prüfen & aktivieren**
  - Schau in den Sicherheitseinstellungen deiner Konten nach: Wurden hier fremde Telefonnummern oder Geräte für die 2FA hinterlegt?
  - Aktiviere 2FA **sofort** für alle wichtigen Accounts, falls noch nicht geschehen.
- Banken und Zahlungsdienste informieren**
  - Hast du Kreditkartendaten eingegeben? Besteht Zugriff auf dein Online-Banking oder PayPal?
  - **Sperr deine Karten umgehend!** Nutze die **zentrale Notrufnummer (Österreich): 0800 204 8800 (aus dem Ausland: +43 1 204 8800)**.
  - Informiere deine Bank über den Vorfall.
- Beweise sichern**
  - Mache **Screenshots oder Fotos** von allem Verdächtigen: Fehlermeldungen, seltsamen E-Mails, ungewöhnlichen Abbuchungen. Diese sind wichtig für die spätere Meldung bei der Polizei.
- Vorfall melden & Anzeige erstatten**
  - Informiere deine Familie, Freunde und Kontakte über Social Media (wenn möglich von einem sicheren Gerät), dass dein Konto gehackt wurde. Hacker nutzen dies oft, um in deinem Namen zu betrügen.
  - Gehe mit deinen Beweisen zur **Polizei**. Cyberkriminalität ist eine Straftat. Viele Bundesländer bieten auch Online-Wachen an.