

Wir beraten Sie gern persönlich, telefonisch und per E-Mail zu ausgewählten Themen.

## Zentrales Service-Telefon und Internet

Öffnungszeiten und Terminvereinbarungen unter **(05 11) 9 11 96-0**

[www.verbraucherzentrale-niedersachsen.de/beratungsstellen](http://www.verbraucherzentrale-niedersachsen.de/beratungsstellen)

## Unsere Beratungsstellen

Aurich, Braunschweig, Celle, Göttingen, Hannover, Lüneburg, Oldenburg, Osnabrück, Stade, Wilhelmshaven und Wolfsburg

## Verbrauchertelefon

**0900 1 7979-02** (1,50 € pro Minute – gültig aus dem dt. Festnetz, sekundengenaue Abrechnung; aus den Mobilfunknetzen gelten die Tarife der jeweiligen Anbieter)

## E-Mail-Beratung

[www.verbraucherzentrale-niedersachsen.de/onlineberatung](http://www.verbraucherzentrale-niedersachsen.de/onlineberatung)

## Bücher-Shop

[www.verbraucherzentrale-niedersachsen.de/ratgeber](http://www.verbraucherzentrale-niedersachsen.de/ratgeber)  
**(05 11) 9 11 96-0**

**verbraucherzentrale**

*Niedersachsen*

## Verbraucherzentrale Niedersachsen e.V.

Herrenstr. 14, 30159 Hannover  
Tel.: (05 11) 9 11 96-0, Fax.: (05 11) 9 11 96-10

[info@vzniedersachsen.de](mailto:info@vzniedersachsen.de)

[www.verbraucherzentrale-niedersachsen.de](http://www.verbraucherzentrale-niedersachsen.de)

[www.facebook.com/vzniedersachsen](https://www.facebook.com/vzniedersachsen)

[www.twitter.com/VZNiedersachsen](https://www.twitter.com/VZNiedersachsen)

Impressum: Verbraucherzentrale NRW e.V., Mintropstraße 27, 40215 Düsseldorf  
Stand: 08/2016, gedruckt auf 100 % Recyclingpapier, Bildquellen: Fotolia

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



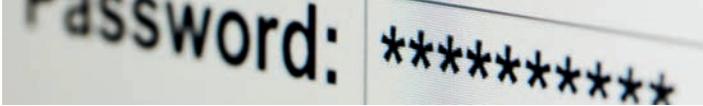
**verbraucherzentrale**

# BIG DATA! UND ICH?

Die wichtigsten Tipps zum Schutz deiner Daten



Wann immer du dich im Internet bewegst, hinterlässt du eine Spur von Daten – manchmal freiwillig, aber oft merkst du es gar nicht. Dazu gehören auch ganz persönliche Informationen von dir. Entscheide selbst, wer was über dich wissen soll. Wir haben einige Tipps zusammengestellt, wie du deine Daten schützen kannst.



## VERWENDE SICHERE PASSWÖRTER

Ein sicheres Passwort ist lang und schwer zu erraten.

Ein gutes Passwort

- hat mindestens 10 Zeichen
- hat Groß-, Kleinbuchstaben, Zahlen und Sonderzeichen
- wird regelmäßig gewechselt
- merkt man sich leichter, wenn man einen Merksatz verwendet

### Ein Beispiel:

Meine große und schwarze Katze frisst 5 winzige Mäuse!

Daraus wird: **Mg+sKf5wM!**

- für jeden Account!

### No-Gos für Passwörter:

Wörter und Namen, logische Zahlenfolgen, Geburtsdaten von sich selbst oder nahen Angehörigen



## Wichtig!

**Dein Passwort kennst nur du!**



## WER LIEST MIT?

### Zum Schutz vor Tracking:

- Lösche regelmäßig die Cookies in deinem Smartphone bzw. stelle im Browser ein, dass Cookies nach jeder Sitzung automatisch gelöscht werden.
- Stell in deinem Browser ein, dass Cookies nicht von Dritt-anbietern zugelassen werden.
- Installiere Antitracking-Programme wie Ghostery oder Privacy Badger.
- Wechsle öfter mal die Suchmaschinen oder verwende Suchmaschinen, wie „Startpage“, „DuckduckGo“ oder „Ixquick“, die keine Daten weitergeben.
- Benutze Nicknames, wenn der Anbieter es erlaubt, und bleibe unerkant.
- Schalte WLAN, Bluetooth und GPS aus, wenn du es gerade nicht brauchst.

## WERBUNG AUSSCHALTEN

Check deine Smartphone-Einstellungen und verhindere, dass Apps Informationen über dich weitergeben.

**Wie geht's?** Bei Android unter Google-Einstellungen / Anzeigen – Interessenbezogene Werbung deaktivieren **und** Werbe-ID zurücksetzen. Bei iOS unter Einstellungen / Datenschutz / Werbung – Kein AD-Tracking **und** AD-ID zurücksetzen.

Oder schau dir die Anleitung unter **www.checked4you.de** an.



### Allgemein

Überleg dir vorher, was du über dich ins Netz stellst. Löschen ist nahezu unmöglich.

**Sei geizig mit deinen Daten!**