Digitallotsen-Sprechstunde

Thema: Sicherer Umgang mit Passwörtern



Wir nehmen uns Zeit für Ihre Fragen!

am **1. Juli 26** um **19 Uhr** im Bürgerzentrum Möttingen.

Infos unter www.moeundmoe.de

Passwörter & Authentifizierung

Sicher anmelden – einfach und sicher

1. Warum ist das wichtig?

- Schutz unserer persönlichen Daten
- Schutz vor Missbrauch und Identitätsdiebstahl
- Viele Angriffe – oft einfacher als man denkt
- Ein gutes Passwort ist die erste Verteidigung

2. Gute Passwörter – Was macht sie sicher?

- **Lang statt kompliziert**
  Je länger, desto besser
- **Passphrasen nutzen**
  Mehrere Wörter, leicht zu merken
- **Einzigartig für jeden Dienst**
  Nicht dasselbe Passwort verwenden
- **Beispiele**
  Gute Passwörter vs. schlechte Passwörter

3. Typische Fehler vermeiden

- Dasselbe Passwort mehrfach verwenden
- Passwörter weitergeben
- Passwörter im Browser speichern – Vor- und Nachteile
- Passwörter auf Zetteln – Risiken
- Vorsicht vor Phishing
  Fake-Mails, SMS, Anrufe, Webseiten

4. Passwörter verwalten – sicher und praktisch

- **Passwortheft oder Passwortkarte**
  Einfach, aber sicher aufbewahren
- **Passwortmanager**
  Passwörter sicher speichern, organisieren und automatisch eintragen lassen
- **Bekannte Lösungen**
  z. B. KeePass, Bitwarden, 1Password ...

5. Methoden der Authentifizierung

- **Passwort (Wissen)**
  Das klassische Passwort
- **2-Faktor-Authentifizierung (2FA)**
  Zusätzlich zum Passwort:
  z. B. Code per App oder SMS
- **Biometrische Verfahren (Sein)**
  z. B. Fingerabdruck, Gesichtserkennung
- **Passkeys (Passkey / FIDO2)**
  Anmeldung ohne Passwort – mit Gerät und biometrischer Bestätigung oder PIN
- **Sicherheits-Token / Hardware-Keys**
  z. B. Sicherheitsstick (FIDO-Key)

6. Zusätzlichen Schutz nutzen

- 2FA überall aktivieren, wo möglich
- Geräte und Apps aktuell halten
- Sichere Internetverbindung nutzen
- Regelmäßig Konten überprüfen

7. Hilfe & Fragen

- **Was tun, wenn das Passwort vergessen wurde?**
  Passwort zurücksetzen – aber sicher
- **Fragen, Beispiele, persönliche Unterstützung**
  Gemeinsam Lösungen finden

Tipp: Ein Master-Passwort gut merken – es öffnet den Passwortmanager.