senio:tec Technik-Post

Ausgabe 1 · 4. Juni 2026

Guten Tag,

es ist Juni, die Reisezeit beginnt und die Temperaturen steigen. Genau jetzt häufen sich wieder die Betrugsnachrichten von angeblichen Paketdiensten – und auch Ihr Handy braucht jetzt Aufmerksamkeit. Diese Post zeigt Ihnen, worauf Sie achten und wie Sie vorbeugen.

Matthias Henning, Ihr Technikhelfer aus Düsseldorf-Unterbach

IN DIESER AUSGABE

1. DIE WARNUNG: GEFÄLSCHTE PAKET- UND REISEBUCHUNGS-NACHRICHTEN
2. DIE ANLEITUNG: HANDY BEI HITZE SCHÜTZEN
3. AUS DER NACHBARSCHAFT: RHEINBAHN STELLT UM
4. TERMINE IN IHRER NÄHE
5. FÜR ANGEHÖRIGE: DER NOTFALLPASS AUF DEM HANDY
6. GUT ZU WISSEN: SMS ODER WHATSAPP – WAS IST DER UNTERSCHIED?
7. DAS MACHT ES LEICHTER: DIE FAMILIE SEHEN, NICHT NUR HÖREN
8. ZUM SCHLUSS

1. DIE WARNUNG: GEFÄLSCHTE PAKET- UND REISEBUCHUNGS-NACHRICHTEN



Die Verbraucherzentralen warnen vor zwei Betrugsmaschen, die gerade häufig sind: gefälschte SMS von Paketdiensten und gefälschte Nachrichten bei Reisebuchungen.

Bei den Paketdiensten ist das Muster immer gleich. Laut Verbraucherzentrale.de bekommen Sie eine SMS, in der Sie auf einen Link tippen sollen:

- Die Nachricht kommt angeblich von DHL, Hermes, DPD oder GLS.
- Sie sollen ein Paket abholen oder eine Gebühr bezahlen.
- Es wird eine Dringlichkeit vorgegaukelt: "Sofort handeln" oder "Heute noch".
- Der Link führt auf eine gefälschte Webseite oder installiert eine schädliche App.

Bei Reisebuchungen ist der Betrug tückischer. Die Verbraucherzentrale Baden-Württemberg warnt: Die Kriminellen arbeiten mit echten Buchungsdaten. Sie erhalten eine E-Mail oder WhatsApp-Nachricht, die täuschend echt aussieht – mit Ihrem Namen, Ihren Reisedaten, sogar mit echten Buchungsnummern. Dann kommt eine Zahlungsaufforderung mit einem Link.

So erkennen Sie die Fälschung:

Bei Paketdiensten: Keine echte Paketfirma versendet SMS mit Links. Wenn Sie ein Paket erwarten, rufen Sie die Firma an oder schauen auf deren Website, nicht auf den Link aus der SMS.

Bei Reisebuchungen: Rufen Sie Ihr Reisebüro oder die Fluggesellschaft unter der Nummer an, die Sie kennen – nicht aus der Nachricht. Fragen Sie nach: Stimmt diese Zahlungsaufforderung?

Was Sie tun, wenn so eine Nachricht kommt:

1. Klicken Sie auf keinen Link.
2. Antworten Sie nicht.
3. Löschen Sie die Nachricht.
4. Leiten Sie verdächtige E-Mails an phishing@verbraucherzentrale.nrw weiter.

Wenn Sie schon geklickt oder eine App installiert haben: Der Sperr-Notruf ist 116 116. Danach rufen Sie mich an, dann sehen wir uns Ihr Gerät zusammen an.

Quelle: Verbraucherzentrale.de - Paketdienst-SMS · Polizei Sachsen · Verbraucherzentrale NRW

2. DIE ANLEITUNG: HANDY BEI HITZE SCHÜTZEN



Die Sonne brennt, und viele Menschen nehmen ihr Handy überall mit hin. Das ist praktisch, aber bei großer Hitze kann es gefährlich werden. Apple und Samsung nennen 0 bis 35 Grad Celsius als den Bereich, in dem ein Handy arbeiten soll. Wird es deutlich wärmer, schaltet sich das Gerät oft von selbst ab. Dauerhafte Hitze setzt vor allem dem Akku zu.

Was Sie tun können:

- Legen Sie das Handy nicht in die pralle Sonne.
- Nehmen Sie es nicht mit ins Auto, wenn Sie es parken.

- Tragen Sie es in einer Tasche oder einem Rucksack, nicht in der Hosentasche.
- Wenn das Handy heiß wird: Schalten Sie es aus und lassen Sie es abkühlen.
- Nutzen Sie es nicht, während es sich abkühlt.

Was Sie NICHT tun dürfen:

Legen Sie das Handy nicht in den Kühlschrank oder ins Gefrierfach. Das klingt logisch, aber viele denken, das hilft. Es hilft nicht – es schadet. Laut EWE Mobilfunk Ratgeber kann Kondenswasser schwere Schäden anrichten.

Wenn Ihr Handy überhitzt ist, lassen Sie es einfach bei Zimmertemperatur liegen. Das dauert eine halbe Stunde, dann ist es wieder bereit.

Tipp: Drucken Sie diese Anleitung aus. Im Sommer ist sie schnell zur Hand.

Quelle: Apple – Wichtige Temperaturinformationen für iPhone · Stiftung Warentest – So übersteht Ihr Handy heiße Tage · EWE Mobilfunk Ratgeber – Handy im Sommer

3. AUS DER NACHBARSCHAFT: RHEINBAHN STELLT UM



Die Rheinbahn führt zum 1. Juni 2026 ein neues Ticketsystem ein. Das betrifft Sie vor allem, wenn Sie mit Papier-Tickets fahren.

Das Wichtigste: Der 2-Waben-Tarif wird abgeschafft. Es gelten jetzt nur noch die Preisstufen A, B und C. Das macht es einfacher – aber Sie müssen wissen, welche Stufe für Ihre Strecke richtig ist.

Am Flughafen Düsseldorf gilt seit dem Ferienstart am 14. Juli 2026 im SkyTrain das neue System CALO. Damit können Sie die Fahrt bargeldlos bezahlen – praktisch,

wenn Sie kein Kleingeld dabeihaben.

Wenn Sie unsicher sind, welche Preisstufe Sie brauchen oder wie das neue System funktioniert: Rufen Sie mich an, dann erklären wir es zusammen. Oder wir üben es gemeinsam bei Ihnen zu Hause.

Telefon: 0211 90991303

Wenn Sie das digitale Ticket einmal in Ruhe ausprobieren möchten: Rufen Sie an, dann machen wir das zusammen.

Quelle: Rheinbahn Tarifreform · VRR – CALO im SkyTrain · Zughalt.de – Rheinlandtarif gestartet

4. TERMINE IN IHRER NÄHE

5. FÜR ANGEHÖRIGE: DER NOTFALLPASS AUF DEM HANDY



Wenn Sie die Eltern oder Großeltern betreuen: Der digitale Notfallpass ist eine einfache Sache, die zehn Minuten dauert und im Notfall Leben retten kann.

Laut Pflegewegweiser NRW ermöglicht der digitale Notfallpass, wichtige medizinische Informationen und Notfallkontakte auf dem Smartphone zu hinterlegen. Das Beste: Diese Informationen sind sichtbar auch auf dem Sperrbildschirm – Rettungskräfte können sie also sehen, auch wenn das Handy gesperrt ist.

Das sollte darin stehen:

- Blutgruppe und Allergien
- Chronische Erkrankungen

- Aktuelle Medikamente
- Namen und Telefonnummern von Angehörigen
- Der Name des Hausarztes

Bei iPhone heißt das "Notfallpass" und sitzt in der Health-App. Bei Android-Handys heißt es "Notfallinformationen" und sitzt in den Einstellungen oder in der App "Persönliche Sicherheit".

Rufen Sie mich an, wenn Sie das zusammen mit Ihren Eltern einrichten möchten. Das machen wir in einer halben Stunde.

Quelle: Google-Hilfe – Notfallinformationen einrichten · Pflegewegweiser NRW – Digitaler Notfallpass

6. GUT ZU WISSEN: SMS ODER WHATSAPP – WAS IST DER UNTERSCHIED?



Auf dem Bildschirm sehen beide Nachrichten fast gleich aus. Dahinter stehen aber zwei verschiedene Wege, und der Unterschied erklärt einiges.

Die SMS:

Sie läuft über Ihren Mobilfunkanbieter, so wie ein Telefonat. Sie brauchen dafür kein Internet, nur Empfang. Je nach Vertrag kostet jede einzelne etwas. Als Absender steht eine Rufnummer da – oder ein Name, und dieser Name lässt sich frei eintragen.

WhatsApp:

WhatsApp ist ein Programm auf dem Handy und läuft über das Internet. Die Nachrichten kosten nichts zusätzlich, verbrauchen aber Datenvolumen oder WLAN.

Sie sehen ein Profilbild und einen Namen – beides kann jemand nachmachen.

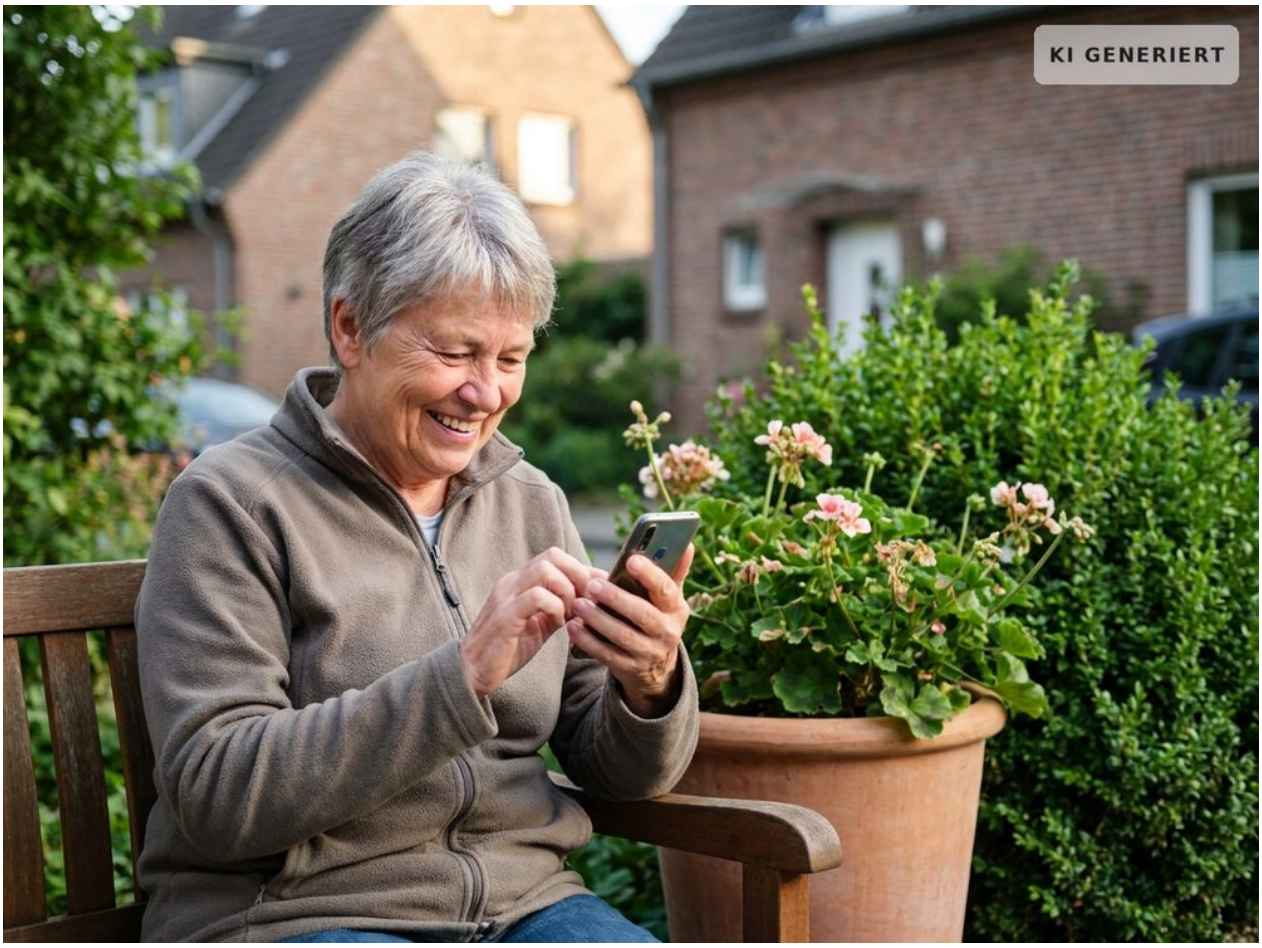
Warum das wichtig ist:

Auf beiden Wegen ist der Absender leicht vorzutäuschen. Unerwünschte SMS können Sie bei der Bundesnetzagentur melden; sie kann Absendernummern abschalten lassen. Melden hilft also nicht nur Ihnen.

Merken Sie sich einen Satz: Der Name über einer Nachricht sagt nichts darüber, wer sie geschrieben hat.

Quelle: Bundesamt für Sicherheit in der Informationstechnik – Chat und Messenger · Bundesnetzagentur – Ärger mit unerwünschten SMS · Verbraucherzentrale – Falsche SMS von Behörden

7. DAS MACHT ES LEICHTER: DIE FAMILIE SEHEN, NICHT NUR HÖREN



Ein Videoanruf kostet nichts extra und ist schnell begonnen. Statt nur zu telefonieren, sehen Sie Ihr Gegenüber – und Ihr Gegenüber sieht Sie.

So geht es:

- Auf dem iPhone: In der Telefon-App oder in FaceTime den Namen antippen, dann auf das Kamerasymbol.

- Auf dem Android-Handy und beim iPhone: In WhatsApp den Chat öffnen und oben rechts auf das Kamerasymbol tippen.

Was viele nicht wissen:

Es geht auch mit mehreren gleichzeitig. Zum Geburtstag sitzen dann Kinder und Enkel zusammen im Bild, auch wenn sie in drei Städten wohnen.

Ein Rat aus der Erfahrung: Legen Sie das Handy an etwas an, statt es zu halten. Eine Tasse, ein Buch, eine Obstschale – das Bild wird ruhig, und Ihre Hände sind frei.

8. ZUM SCHLUSS

Ich bin Matthias Henning, Seniorenassistent und Technikhelfer aus Düsseldorf-Unterbach. Ich komme zu Ihnen nach Hause, nehme mir Zeit und erkläre in Ruhe – so oft Sie möchten.

- Technikhilfe (senio:tec): 0211 90991303, senio-tec.de
- Begleitung im Alltag (Seniorenassistenz Henning): 0211 90991305, seniorenassistenz-henning.de

Haben Sie eine Frage, die in die nächste Ausgabe gehört? Antworten Sie einfach auf diese E-Mail.

Herzliche Grüße, Matthias Henning

senio:tec · Matthias Henning · Dellestraße 15 · 40627 Düsseldorf · Telefon 0211 90991303 · kontakt@senio-tec.de