

Notfall-Kontaktkarte: Wenn es passiert ist

Du hast auf einen falschen Link geklickt, eine Überweisung getätigt oder eine TAN freigegeben? Atme durch. Die nächsten 30 Minuten entscheiden, wie viel du zurückholst.

Das Wichtigste zuerst: **Es ist keine Schande.** Die Dunkelziffer bei Betrug ist hoch, weil sich Opfer schämen — dabei trifft es täglich Tausende, und die Maschen sind mit KI heute so gut, dass sie kaum noch zu erkennen sind. Scham hilft nur den Tätern. Melden hilft dir und allen anderen. Also nicht zögern, sondern der Reihe nach abarbeiten.

Tempo schlägt alles. Eine normale Überweisung kann deine Bank noch zurückzuholen versuchen (SEPA-Recall), solange das Geld beim Empfänger noch nicht abgeholt wurde. Deshalb: zuerst handeln, dann alles Weitere.

Wichtiger Hinweis: Diese Karte ist eine Orientierungshilfe, keine Rechtsberatung. Stand 2026. Die §§ und Meldewege gelten primär für Deutschland — für Österreich und die Schweiz siehe die Hinweise unten. Ob und wie viel Geld zurückkommt, ist Einzelfall.

Die ersten 30 Minuten — Schritt für Schritt

Arbeite streng von oben nach unten. Jeder Schritt hat seinen Platz — überspring keinen.

- ☐ **1. Sofort deine Bank anrufen.** Sag klar: „Ich bin Opfer eines Betrugs geworden, bitte stoppen Sie die Überweisung und sperren Sie mein Konto.“ Je schneller, desto besser.
 - ☐ **2. Karten & Online-Banking über 116 116 sperren.** Die zentrale Sperr-Nummer sperrt Karten und Zugang sofort — auch nachts und am Wochenende. Aus dem Ausland: +49 116 116.
 - ☐ **3. Die Überweisung stoppen / SEPA-Recall anstoßen.** Bitte deine Bank ausdrücklich, einen **Rückruf der Überweisung (SEPA-Recall)** zu starten. Bei einer normalen Überweisung besteht eine echte Chance, solange das Geld noch nicht abgeholt ist. (Bei einer Echtzeitüberweisung ist es meist zu spät — dann trotzdem sofort melden.)
 - ☐ **4. Passwörter ändern** — bei allem, was betroffen sein könnte: Online-Banking, E-Mail zuerst (der Generalschlüssel), dann weitere Konten. Falls jemand Fernzugriff auf deinen PC hatte: Gerät vom Internet trennen und von jemandem prüfen lassen.
 - ☐ **5. Nichts löschen — Beweise sichern.** Lösche keine SMS, keine WhatsApp-Nachrichten, keine E-Mails, keine Anrufliste. Mach Screenshots von Chatverläufen und Kontoauszügen. Notiere Nummern, Namen, Uhrzeiten, Beträge und IBAN des Empfängers.
 - ☐ **6. Anzeige bei der Polizei erstatten.** Persönlich auf der Wache, telefonisch oder über die Online-Wache deines Bundeslandes. Nimm die gesicherten Beweise mit.
 - ☐ **7. Eine Vertrauensperson informieren.** Ruf ein Familienmitglied oder eine Freundin/ einen Freund an. Zu zweit die nächsten Schritte gehen — das hilft gegen Panik und Scham.
-

Warum die Reihenfolge zählt

- **Geld zuerst, Anzeige danach.** Der SEPA-Recall wirkt nur, solange das Geld noch beim Empfänger liegt. Jede Minute Verzögerung senkt die Chance.
- **Beweise nicht löschen.** Chatverläufe und Kontoauszüge sind für Bank, Polizei und eine spätere Erstattungsfrage entscheidend. Im ersten Schreck löschen viele genau das Falsche.
- **Haftung ist Einzelfall.** Bei nicht autorisierten Zahlungen haftet grundsätzlich die Bank (§ 675v BGB); der Kunde nur bei grober Fahrlässigkeit. Ein einzelner Fehler kann „Augenblicksversagen“ sein — eine anwaltliche Prüfung kann sich lohnen. (Keine Rechtsberatung.)

Meine Notruf-Nummern (jetzt ausfüllen, bevor etwas passiert)

Trag diese Nummern **heute** ein — im Ernstfall ist keine Zeit zum Suchen.

Wofür	Nummer
Sperr-Notruf (Karten & Banking)	116 116 (aus dem Ausland: +49 116 116)
Notruf-/Servicenummer meiner Bank	_____
Meine Bank (Name / Filiale)	_____
Meine IBAN (für die Sperr-Meldung)	_____
Vertrauensperson	_____
Polizei (Notruf)	110

Wichtige Meldewege

Deutschland - Polizei-Notruf 110 — bei akuter Gefahr oder wenn gerade eine Geldübergabe „vereinbart“ wurde. - **Online-Wache** deines Bundeslandes — Anzeige bequem von zu Hause (Internetadresse der Polizei deines Bundeslandes, Suchbegriff „Online-Wache [Bundesland]“). - **Sperr-Notruf 116 116** — Karten und Online-Banking sperren.

Österreich (AT) - Watchlist Internet (watchlist-internet.at) — meldet und dokumentiert Betrugsmaschen, gibt Handlungshinweise. - Deine Bank sofort kontaktieren und die Karte sperren lassen; Anzeige bei der Polizei.

Schweiz (CH) - NCSC — Nationales Zentrum für Cybersicherheit (Meldeformular auf ncsc.admin.ch). - Karte/Konto über deine Bank bzw. den Kartenherausgeber sperren; Anzeige bei der Kantonspolizei.

Nach dem ersten Schock

- ☐ Alle betroffenen Konten und Passwörter noch einmal systematisch geändert

- ☐ Kontoauszüge der nächsten Wochen auf weitere unbekannte Abbuchungen kontrolliert
 - ☐ Bei Bedarf Beratung geholt (z. B. Verbraucherzentrale, Opferhilfe Weißer Ring)
 - ☐ Mit der Familie besprochen, was passiert ist — damit es andere nicht trifft
-

Merke: Schnelligkeit rettet Geld, und Melden ist keine Schwäche, sondern der einzig richtige Schritt. Häng diese Karte dort auf, wo du im Ernstfall sofort drankommst — neben das Telefon.