



# Sicherheit im Alter

Informationen und Tipps zur Kriminalitätsprävention

Ihre Polizei und die Schweizerische  
Kriminalprävention (SKP) –  
eine interkantonale Fachstelle  
der Konferenz der Kantonalen  
Justiz- und Polizeidirektorinnen  
und -direktoren [KKJPD]

## Impressum

### Sicherheit im Alter

Informationen und Tipps zur Kriminalitätsprävention

Die Broschüre ist bei jedem Polizeiposten in der Schweiz und bei jeder Polizeidienststelle der Landespolizei des Fürstentums Liechtenstein erhältlich.

Die Broschüre erscheint in Deutsch, Französisch und Italienisch und kann auch als PDF-Datei unter [www.skppsc.ch](http://www.skppsc.ch) heruntergeladen werden.

### Herausgeberin

Schweizerische Kriminalprävention (SKP)  
Haus der Kantone  
Speichergasse 6  
Postfach  
CH-3000 Bern 7

### Verantwortlich

Martin Boess  
E-Mail [info@skppsc.ch](mailto:info@skppsc.ch)  
[www.skppsc.ch](http://www.skppsc.ch)

### Text

Chantal Billaud,  
Schweizerische Kriminalprävention (SKP)

### Redaktion

SKP-Fachkommission: Die Fachkommission erarbeitet Projekte und Informationsmaterialien zur Unterstützung der Kriminalprävention in den Kantonen. In der Fachkommission sind die Präventionsverantwortlichen der Polizeikorps aus allen Regionen der Schweiz vertreten.

Redaktionelle Überarbeitung:  
Weber & Partner, Bern.

### Grafische Gestaltung

faktor plus & neuweiss communications,  
Bern

### Druck

Fischer Print, Münsingen

### Auflage

60'000 Ex. Deutsch  
30'000 Ex. Französisch  
10'000 Ex. Italienisch

### Copyright

Schweizerische Kriminalprävention (SKP),  
Sommer 2010, 1. Auflage

## Inhalt

Vorwort	5
Diebstahl	6
Trickdiebstahl	8
Enkeltrick	10
Einschleichdiebstahl	12
Einbruch	14
Diebe unterwegs	16
Haustürgeschäfte, Geldsammlungen und Kaffeefahrten	18
Zahlungen lieber bargeldlos	20
Sicherer Umgang mit den neuen Medien	22
Angenehm und sicher leben	24
Nachbarschaftshilfe	25
Nutzen Sie seriöse Angebote für Senioren und Seniorinnen	26
Weiterführende Angebote und Informationen	27
Ihre Polizei ist für Sie da	28
Kontaktadressen und Links der kantonalen und städtischen Polizeikorps	29
Schweizerische Kriminalprävention	30



## Vorwort

### Sicherheit im Alter

Liebe Leserin, lieber Leser

Das Leben im Alter wird oft ruhiger, man hat weniger Sorgen, mehr freie Zeit und weniger Verpflichtungen. Man ist schon ein gutes Stück durchs Leben gegangen und hat sich mittlerweile ein wenig zurücklehnen können. Von den neuen Medien und modernen technischen Entwicklungen kennt man nur, was man kennen möchte, denn früher ging es ja schliesslich auch ohne... Doch Achtung! Diebe und Betrüger schlafen nicht, im Gegenteil: Sie nutzen ganz gezielt eine gewisse «Altersnachsicht» aus, sei es als Taschendieb im Tram, als windiger Weinverkäufer an der Haustür oder sogar als Heiratsschwindler auf einer Partnervermittlungsseite im Internet.

Die Schweiz gehört dennoch weiterhin zu den sichersten Ländern der Welt, lassen Sie sich nicht von den teils erschreckenden Medienberichten verunsichern, die uns glauben machen, Kriminalität beherrsche den Alltag. Angst ist keine gute Lebensbegleiterin und ängstliche Menschen werden oft eher zu Opfern als Selbstbewusste. Man muss aber wachsam bleiben, auch und gerade im Ruhestand!

Unsere Broschüre «Sicherheit im Alter» möchte Ihnen dabei helfen, sich wirksam vor all den kleineren und grösseren Betrügern und Übeltätern des Alltags zu schützen. Zu diesem Zweck informieren wir Sie in den ersten sieben Kapiteln über die gängigsten Methoden, mit denen Kriminelle versuchen könnten, an Ihr Geld und Ihre Wertsachen zu gelangen:

Über den Taschendiebstahl, den Trickdiebstahl (hier besonders über den «Enkeltrick»), den Einschleichdiebstahl, den Einbruch, den Diebstahl auf Reisen und die unseriösen Verkaufsstrategien bei Haustürgeschäften, Spendensammlungen und Kaffeefahrten. In jedem dieser Kapitel finden Sie Verhaltenstipps, die Sie unbedingt beachten sollten!

Im zweiten Teil der Broschüre haben wir für Sie einige grundsätzliche Empfehlungen zu Ihrer Sicherheit. So empfehlen wir in diesen Kapiteln vor allem einen aufmerksamen und vernünftigen Umgang beim Zahlungsverkehr und bei Angeboten im Internet und plädieren für eine Pflege der «Guten Nachbarschaft»: Gemeinsam ist man immer stärker als alleine, und ein gutes Verhältnis zu den Nachbarn, Freunden und Kollegen kann das Leben nicht nur sicherer, sondern auch angenehmer, bunter und interessanter machen!

Wir von der Polizei sehen uns als Teil dieser guten Nachbarschaft. Wir wollen, dass Sie in Sicherheit leben können, und wir helfen Ihnen gerne, wenn Sie eine Frage haben oder mit einer Straftat direkt oder indirekt in Berührung gekommen sind. So finden Sie am Schluss der Broschüre auch noch eine Reihe von Adressen und Ansprechpartnern, die Sie nutzen sollten. Geniessen Sie auch Ihren dritten Lebensabschnitt in Sicherheit!

Ihre Polizei

## Diebstahl

Taschendiebe schlagen am häufigsten dort zu, wo sich viele Menschen aufhalten und sie sich im Schutz des Gedränges einfach an ihre Opfer heranzumachen können: So zum Beispiel an Bahnhöfen und Haltestellen des öffentlichen Verkehrs, in der Bahn, im Bus und im Tram oder auf dem Schiff, in Einkaufszentren oder auch an Grossveranstaltungen wie Sportanlässe oder Warenmessen.

Taschendiebe sind meist nicht alleine unterwegs, sondern arbeiten in Gruppen und versuchen, ihre Opfer vor dem Diebstahl abzulenken. Dies kann beispielsweise durch anrumpeln passieren, beim nach dem Weg fragen oder wenn Sie gerade etwas einkaufen wollen.



## TIPPS

Tragen Sie nur wenig Bargeld auf sich. Zahlen Sie lieber mit Ihrer Kredit-, EC- oder Post-Card

Legen Sie Ihr Portemonnaie beim Bezahlen nie aus der Hand.

Lassen Sie sich nicht in Ihr Portemonnaie schauen.

Wenn Sie einen PIN-Code verwenden, dann achten Sie darauf, dass niemand Ihnen dabei zusehen kann.

Schreiben Sie den PIN-Code nicht auf bzw. bewahren Sie diesen getrennt von der Karte auf.

Sollten Sie Ihre Kreditkarte vermissen, informieren Sie umgehend Ihre Bank bzw. Post und lassen die Karte sperren.

Wird Ihre Karte von einem Bancomaten eingezogen, lassen Sie sie unverzüglich sperren.

Verteilen Sie Ihre Wertsachen auf verschiedene verschliessbare Innentaschen Ihrer Kleidung.

Tragen Sie Ihre Tasche immer verschlossen auf der Körpervorderseite oder klemmen Sie sie unter den Arm. Auch einen Rucksack können Sie vorne tragen.

Benützen Sie auch Brustbeutel oder Geldgürtel, die Sie unter Ihrer Kleidung tragen.

Lassen Sie Ihre Tasche nie unbeaufsichtigt.

Seien Sie in einem Gedränge besonders wachsam, vor allem, wenn Sie angerempelt werden.





## Trickdiebstahl

Trickdiebe sind oft gute Schauspieler, die mit erfundenen Geschichten ihre Opfer in die Falle locken. Dabei täuschen sie entweder eine Notlage vor und appellieren an Ihre Hilfsbereitschaft; oder sie behaupten, eine Amtsperson zu sein, und sprechen Ihr Pflichtgefühl an. Manchmal geben sie sich sogar als entfernte Verwandte aus und wenden sich an Ihren Familiensinn! Sind Trickdiebe erst einmal in der Wohnung, agieren sie schnell und gezielt. Innert kürzester Zeit gelingt es den Tätern, Wertgegenstände und Bargeld zu entwenden.

## TIPPS

Lassen Sie grundsätzlich keine fremden Personen in Ihre Wohnung.

Lassen Sie sich bei Amtspersonen immer einen offiziellen Ausweis zeigen.

Lassen Sie nur Handwerker in Ihre Wohnung, die Sie selbst bestellt haben oder die von Ihrer Hausverwaltung angekündigt wurden.

Lassen Sie ein Zusatzschloss mit Sperrbügel, Sperrkette oder Feststellhaken an Ihre Haustüre anbringen.



## Enkeltrick

Bei Trickdieben besonders beliebt ist der sogenannte «Enkeltrick»: Dabei gibt sich der Betrüger – meist telefonisch – als ein Verwandter aus, der in einer finanziellen Notlage sei und die Hilfe seiner Familie benötige! Diesen «Enkeltrick» gibt es in mehreren Varianten:

### «Falsche Verwandte»

Der «Enkel» erklärt seinem Opfer am Telefon, dass er leider nicht selber vorbeikommen könne, um das Geld abzuholen, und daher einen vertrauenswürdigen Freund schicken werde. Auf diese Weise bekommt das Opfer den «Enkel» nie zu Gesicht, so dass er ihn auch nicht als Betrüger entlarven kann!

### «Vermeintlicher Polizist»

Wenn das Opfer vor der Geldübergabe zögern sollte, z.B. weil es einen Betrug vermutet, melden sich plötzlich vermeintliche Polizisten (ebenfalls Betrüger!) bei ihm und bitten darum, die Anweisungen dennoch zu befolgen, damit man den Betrüger in flagranti erwischen und festnehmen könne!

### «Angeblicher Schulfreund»

Es muss nicht immer ein «Enkel» sein, der Betrüger könnte sich z.B. auch als alter Schulfreund ausgeben. Es gibt viele Varianten, deshalb beachten Sie folgende Ratschläge.



## TIPPS

Seien Sie misstrauisch gegenüber unbekanntem Personen, die sich am Telefon als Verwandte oder Bekannte ausgeben.

Geben Sie keiner unbekanntem Person irgendwelche Informationen zu Ihren familiären oder finanziellen Verhältnissen, auch nicht über Internet.

Nehmen Sie nach einem Anruf mit finanziellen Forderungen bei Familienangehörigen oder Vertrauenspersonen Rücksprache.

Übergeben Sie niemals Bargeld oder Wertsachen an unbekanntem Personen.

Wenn Ihnen ein Anrufer verdächtig vorkommt, informieren Sie sofort die Polizei (Notruf: 117)!





## Einschleichdiebstahl

Durch offene Fenster und unverschlossene Türen können Einschleichdiebe problemlos in ein Haus oder in eine Wohnung gelangen. Ihre Beute – zumeist Bargeld und Schmuck – finden erfahrene Einschleichdiebe meist sehr schnell und sind schon wieder verschwunden, bevor Sie den Diebstahl bemerkt haben.

## TIPPS

Verschliessen Sie immer Fenster, Türen, Kellerfenster und Lichtschächte.

Vermitteln Sie den Eindruck, dass Sie zuhause sind, z. B. indem Sie über eine Zeitschaltung ein Licht brennen lassen.

Informieren Sie Ihre Nachbarn, wenn Sie längere Zeit abwesend sind, und bitten Sie sie, ein Auge auf Ihre Wohnung zu werfen und Ihren Briefkasten zu leeren.

Bewahren Sie zuhause so wenig Bargeld und Wertgegenstände wie möglich auf. Nehmen Sie sich lieber einen Banksafe.

Greifen Sie bei Diebstählen nie persönlich ein. Ihr Leben ist wertvoller als Ihr Besitz!

Kontaktieren Sie die Fachleute der Polizei und lassen Sie sich beraten.





## Einbruch

Einbrecher suchen immer den Weg des geringsten Widerstands. Sie schlagen z.B. Fenster und Türscheiben im Erdgeschoss ein oder klettern auf leicht erreichbare Balkone, Terrassen und Dächer. Technische Schutzmassnahmen können Einbrüche verhindern!

Sprechen Sie beim Bau oder dem Umbau Ihres Hauses oder der Renovation Ihrer Wohnung frühzeitig mit den Architekten und/oder mit den Fachleuten der Polizei. Auch wenn es darum geht, ein bestehendes Objekt besser gegen Einbruch zu

schützen, helfen Ihnen die Spezialisten der Polizei ein Sicherheitskonzept zu erarbeiten. Nutzen Sie das Wissen Ihrer Polizei!

Einbrüche stellen immer auch einen schweren Eingriff in die Privatsphäre dar und können Ängste vor weiteren Übergriffen verursachen. Zögern Sie nicht, zur Verarbeitung professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen.

## TIPPS

Sichern Sie Fenster, Türen, Nebeneingänge, Kellerfenster und Lichtschächte. Lassen Sie sich von den Sicherheitsberatern Ihrer Polizei dabei beraten.

Beziehen Sie Nebenräume und Garagen in die Sicherheitsüberlegungen mit ein.

Hinterlegen Sie keine konkreten Angaben zu Ihren Abwesenheiten auf dem Telefonbeantworter.

Greifen Sie nie ein, wenn Sie einen Einbruch vermuten! Ob Sie noch in der Wohnung sind oder nach Hause kommen und einen Einbruch bemerken, rufen Sie sofort die Polizei!





## Diebe unterwegs

Diebe haben es auch auf Ihre Wertsachen im Auto abgesehen: Sie stehlen Autoradios, Navigationsgeräte, Mobiltelefone und andere wertvolle Gegenstände. Sind Wertgegenstände sichtbar, schlagen die Diebe die Scheiben ein und greifen zu. Autodiebstahl ist ein sehr häufiges Delikt. Schliessen Sie Ihr Auto daher immer ab und verstauen Sie Wertgegenstände so, dass man sie nicht sieht.



## TIPPS

### Einbruch in Fahrzeuge

Nehmen Sie immer alle Wertgegenstände mit. Der Kofferraum und das Handschuhfach dienen nicht zur sicheren Aufbewahrung von Wertgegenständen.

Schliessen Sie die Fenster und das Schiebedach.

Schliessen Sie beim Verlassen Ihres Fahrzeuges die Türen und den Kofferraum immer ab.

Verschliessen Sie Ihren Wagen auch in geschlossenen Garagen

Benützen Sie einen abschliessbaren Dach-Gepäckträger.

### Fahrzeugdiebstahl

Ziehen Sie den Zündschlüssel ab und sperren Sie das Lenkrad, wenn Sie Ihren Wagen verlassen. Der Einbau eines Alarmsystems kann sich lohnen.

Für Autoradios und Felgen gibt es spezielle Sicherheitssysteme: Informieren Sie sich bereits beim Kauf.





## Haustürgeschäfte, Geldsammlungen und Kaffeefahrten

Bei den sogenannten Haustürgeschäften versuchen unseriöse Händler, ihre Opfer zum Kauf überteuerter Waren (z.B. Wein, Teppiche, Lederjacken) oder zum Abschluss von Knebelverträgen zu überreden. Da diese Händler sehr aggressiv und geschickt argumentieren, ist es in den meisten Fällen am besten, sich gar nicht erst auf ein solches Verkaufsgespräch einzulassen.

Bei den sogenannten Kaffeefahrten werden den Mitreisenden als Anreiz oft kleine Geschenke gemacht, um ihnen das Gefühl zu vermitteln, sie seien verpflichtet, bei den anschließenden Verkaufsveranstaltungen für teures Geld minderwertige Ware zu kaufen.

Es gibt auch Betrüger, die angeblich für einen guten Zweck sammeln, aber in die eigene Tasche wirtschaften und die Spendenfreundlichkeit der Menschen ausnutzen. Spendensammlungen bedürfen einer amtlichen Bewilligung und seriöse Spendenorganisationen informieren offen über die Verwendung der Spenden und gestalten ihre Sammlungen lauter und ethisch.

## TIPPS

Lassen Sie sich Zeit! Unterschreiben Sie nichts unter Zeitdruck.

Lassen Sie sich vom Verkäufer nicht beeindrucken oder verwirren.

Falls Sie doch einmal unter Druck einen Kauf getätigt haben, reagieren Sie! Sie haben sieben Tage Zeit, einen Vertrag zu widerrufen. Die rechtliche Grundlage für dieses Widerrufsrecht ist das sogenannte Haustürgesetz.

Den Widerruf müssen Sie schriftlich innert sieben Tagen nach dem Vertragsabschluss [per Einschreiben!] absenden. Besprechen Sie sich mit einer Vertrauensperson oder einer Konsumentenschutzorganisation.

Lassen Sie keine Verkäufer in Ihre Wohnung.

Wenn Sie um Spenden angegangen werden – an der Wohnungstüre oder auf der Strasse – lassen Sie sich die amtliche Bewilligung zeigen.



## Zahlungen lieber bargeldlos

Vermeiden Sie es, grössere Geldbeträge auf sich zu tragen! Mit dem Abheben grösserer Geldbeträge am Schalter bzw. am Geldautomaten erhöht sich das Risiko, von einem Dieb beobachtet zu werden. Um solche Risikosituationen zu vermeiden, empfehlen wir, bargeldlose Zahlungsmittel wie Kreditkarten statt Bargeld zu benutzen. Kreditkarten sind einfach zu benutzen und werden heute praktisch an jeder Kasse angenommen.

Banken und Post ermöglichen ihren Kunden, Zahlungen bargeldlos vorzunehmen. Zahlungsaufträge können bequem am Computer von zu Hause aus erledigt werden und ersetzen das gelbe Einzahlungsbüchlein der Post. Zahlungsaufträge können auch brieflich versandt werden. Aber Achtung, Diebe können Zahlungsaufträge aus Briefkästen fischen und diese manipulieren.



## TIPPS

Verhalten Sie sich auch am Bank- oder Postomaten vorsichtig: Gewähren Sie niemandem Einsicht beim Eintippen des PIN-Codes.

Lassen Sie sich nicht drängen und machen Sie wenn nötig wartende Personen darauf aufmerksam, dass Abstand Anstand bedeutet.

Falls Sie Schwierigkeiten mit Bank- oder Postomaten haben, lassen Sie sich die Funktionsweise von Ihrer Bank oder Ihrer Post erklären. Lehnen Sie spontane Hilfe von Unbekannten jedoch ab, es könnte sich um Betrüger handeln.

Möchten Sie Ihren PIN-Code ändern? Wählen Sie keine leicht zugänglichen Kombinationen (wie z.B. Geburtsdaten oder Autonummern) und schreiben Sie den Code nicht auf.

Wenn Sie Ihre Bank- oder Postkarte verloren haben oder sie Ihnen gestohlen wurde, melden Sie den Verlust unverzüglich Ihrer Bank bzw. Post und lassen die Karte sperren.

Bewahren Sie Kreditkarten genauso sorgsam auf wie Bargeld oder Checks.

Prüfen Sie die Verkaufsbelege und bewahren Sie sie auf. Wer mit der Kreditkarte eingekauft hat, sollte den Verkaufsbeleg vor der Unterschrift kontrollieren und ihn aufbewahren. Der Kontrollbeleg ermöglicht später die Kontrolle der Monatsrechnung. Bei Unstimmigkeiten kontaktieren Sie unverzüglich den Kundendienst Ihres Finanzdienstleisters.

Wenn Sie auf Grund falscher Rechnungsstellung oder anderer Indizien den Verdacht haben, dass jemand Ihre Kreditkartendaten missbräuchlich verwendet hat, dann melden Sie dies unverzüglich – auch aus dem Ausland – der Notfallnummer Ihres Kreditinstituts. Die Telefonnummer finden Sie auf der Rückseite Ihrer Kreditkarte. Die Karte wird in diesem Fall gesperrt. Ihnen entsteht kein Schaden.

Falls Sie Zahlungsaufträge brieflich erledigen, benutzen Sie Briefkästen im Inneren von Poststellen oder geben Sie die Zahlungsaufträge direkt am Postschalter ab.





## Sicherer Umgang mit den neuen Medien

Der Computer und das Internet gehören in vielen Haushalten bereits zum Alltag. Doch das Internet hat neben den vielen faszinierenden Nutzungsmöglichkeiten auch seine Tücken: Betrüger und Diebe nutzen ebenfalls die neuen Medien. Deshalb gelten bei Zahlungen im Internet einfache Sicherheitsregeln. Gratisangeboten gegenüber sollten Sie, wie im realen Leben auch, grundsätzlich miss-

trauisch sein. Lernen Sie neue Menschen über Internet kennen oder suchen Sie einen Partner/eine Partnerin, denken Sie daran, dass man im Internet besonders leicht eine falsche Identität vortäuschen kann. Seien Sie also vorsichtig und überweisen Sie niemals Geld an Personen, die Sie nur über Internet kennen.

## TIPPS

Seien Sie im Internet genau so kritisch wie im realen Leben auch, wenden Sie Ihren gesunden Menschenverstand an und informieren Sie sich über die Risiken und Schutzmöglichkeiten.

Besuchen Sie Kurse über Computer- und Internetnutzung. Viele Veranstalter führen regelmässig auch Kurse extra für Senioren und Seniorinnen durch.

Informieren Sie sich über Schutzprogramme für Ihren Computer.

Wer im Internet Einkäufe tätigt, sollte die Kreditkartendaten nur online eingeben, wenn eine sichere SSL-Verbindung besteht. Diese erkennt man an der Internet-Adresse, die mit «https://www...» beginnt. Zudem muss in der Fussleiste (unten) ein geschlossenes Schloss erscheinen.

Überprüfen Sie regelmässig Ihre Bankkonten und Ihre Kreditkartenabrechnung und melden Sie Ihrer Bank sofort, wenn Sie Buchungen feststellen, die Sie nicht getätigt haben.

Klicken Sie niemals auf Links in E-Mails von Banken oder Finanzinstituten, bei denen Sie angeblich ein Konto unterhalten!

Bewahren Sie Ihre Passwörter sicher auf und geben Sie sie an niemanden weiter! Von seriösen Firmen werden Sie niemals aufgefordert, ein Passwort einzusenden.



## Angenehm und sicher leben

Diebe und Übeltäter werden immer versuchen, die Notlage und Schwächen von Mitmenschen auszunutzen. Doch wenn Sie sich im Alltag stärker mit den Menschen zusammenschliessen, die Ihre Interessen teilen und Ihnen wohlgesonnen sind, dann können Sie die Angriffsmöglichkeiten für Kriminelle deutlich verringern.



## Nachbarschaftshilfe

Zeigen Sie Mitverantwortung für Ihre Nachbarinnen und Nachbarn. Miteinander leben heisst auch füreinander da sein. Tun Sie den ersten Schritt in Richtung Sicherheit.

Es gibt viele Möglichkeiten: Organisieren Sie z.B. eine aktive Nachbarschaftshilfe. Sprechen Sie mit den Bewohnern und Bewohnerinnen Ihres Hauses und in den Nachbarhäusern über Sicherheit oder

veranstalten Sie ein Nachbarschaftstreffen mit Vertretern der Polizei. Tauschen Sie mit den Nachbarn im Wohnblock oder in der Strasse Telefonnummern und Erreichbarkeiten aus.

Mit gegenseitiger Aufmerksamkeit und Hilfe gewinnen Sie und alle Ihre Nachbarn deutlich an Sicherheit und auch an Lebensqualität.

## TIPPS

Pflegen Sie Ihre nachbarschaftlichen Beziehungen.

Achten Sie auf fremde Geräusche in Ihrer Umgebung oder in der Wohnung nebenan. Speziell dann, wenn Ihre Nachbarn verreist sind.

Halten Sie im Mehrfamilienhaus den Hauseingang auch tagsüber geschlossen. Prüfen Sie, wer ins Haus will, bevor Sie den Türöffner betätigen. Verständigen Sie im Zweifelsfall die Polizei.





## Nutzen Sie seriöse Angebote für Senioren und Seniorinnen

Was für die Nachbarschaft gilt, gilt auch für die weitere Umgebung und sogar für den Umgang mit anderen Menschen im Internet: Bekanntschaften und Freundschaften helfen generell gegen Übeltäter. Man fühlt sich sicherer, kann sich im Zweifel unkompliziert rückversichern, kann Erfahrungen austauschen und ist weniger anfällig für Kriminelle, die eine Notlage oder einfach die Einsamkeit ihrer Opfer ausnutzen wollen. In den meisten Gemeinden bestehen Angebote für Seniorinnen und Senioren für unterschiedlichste Lebensbereiche und zu den verschiedensten Themen.

## Weiterführende Informationen und Angebote

Unter folgenden Adressen und Links finden Sie weiterführende Angebote und Informationen:

### Pro Senectute

Pro Senectute ist die Fach- und Dienstleistungsorganisation der Schweiz im Dienste der älteren Menschen. Auf der Homepage finden Sie Angebote aller Art, interessante Inhalte zu Themen rund um das Alter, Kurse oder Beratungsstellen in Ihrer Nähe.

### Siehe unter

<https://www.pro-senectute.ch/>

### Adresse

Pro Senectute Schweiz  
Geschäfts- und Fachstelle  
Lavaterstrasse 60  
Postfach  
CH-8027 Zürich  
Tel 044 283 89 89  
Fax 044 283 89 80

### Das Seniorweb

Unter <http://www.seniorweb.ch/> finden Sie viele spannende und nützliche Informationen, Diskussionsmöglichkeiten und Angebote für ältere Menschen.

### Kirchgemeinden

Die Kirchgemeinden organisieren oft Anlässe und interessante Veranstaltungen, unabhängig vom kirchlichen Engagement und generationsübergreifend.

Unter <http://www.ref.ch/> finden Sie alle Adressen und relevanten Informationen der evangelisch-reformierten Kirchgemeinden in der Schweiz.

Unter <http://www.kath.ch/> finden Sie alle Adressen und relevanten Informationen der katholischen Kirchgemeinden in der Schweiz.

### Senioren Info

Auf <http://www.senioren-info.ch/> finden Sie eine Plattform für Themen rund ums Alter und Älterwerden. Angebote zu Wohnen, Reisen, Sport, Beratungsstellen und vieles mehr finden Sie übersichtlich gestaltet und einfach zugänglich.

### Senioren.ch

Unter <http://www.senioren.ch> finden Sie nützliche Informationen zu den Themen Lifestyle, Reisen, Gesundheit, Shop, Wohnen und Sicherheit.

### Spitex

Der Spitex Verband Schweiz ist der Dachverband der Schweizer Non-Profit-Spitex. Non-Profit-Spitex-Organisationen unterhalten in der ganzen Schweiz ein Netz an Stützpunkten für Hilfe und Pflege zu Hause. Sie finden hier alle Angaben zur Spitex an Ihrem Wohnort und weitere interessante Informationen.

### Adresse

Spitex Verband Schweiz  
Zentralsekretariat  
Sulgenauweg 38/Postfach 1074  
3000 Bern 23  
Tel 031 381 22 81

## Ihre Polizei ist für Sie da

Wenn Ihnen etwas passiert ist, wenn Sie den Verdacht auf eine Straftat haben oder wenn Sie Zeuge einer Straftat geworden sind, nehmen Sie unverzüglich mit dem Polizeiposten in Ihrer Nähe Kontakt auf (Notruf: 117).

Denken Sie daran: Niemand erwartet von Ihnen, bei einer Straftat einzuschreiten! Alarmieren Sie die Polizei, merken Sie sich möglichst vieles, das für die Polizei nützlich sein könnte. Helfen Sie allfälligen Opfern, bringen Sie sich aber keinesfalls selber in Gefahr!

Sind Sie unsicher in irgendeiner Lebenssituation in Bezug auf eine mögliche Straftat, sprechen Sie mit Ihrer Polizei und lassen Sie sich individuell beraten.

### Bei Ihrer Polizei...

... gibt es speziell ausgebildete Berater für Ihre individuellen Sicherheitsfragen. Nutzen Sie diese Dienstleistung.

... helfen Ihnen erfahrene Sicherheitsbeauftragte gerne mit Rat und Tat bei der Durchführung von Präventionsveranstaltungen, in Vereinen, an Ausstellungen oder in Ihrem Wohnquartier.

... gibt es kostenlos weitergehendes Informationsmaterial zum Thema Kriminalprävention (z.B. Einbruch, Häusliche Gewalt, Waffen, Drogen oder Internetkriminalität).

### Kontaktadressen und Links der kantonalen und städtischen Polizeikorps

Polizeikorps	Webseite	Telefon Sicherheitsberatung
Kantonspolizei Aargau	<a href="http://www.polizei-ag.ch">www.polizei-ag.ch</a>	062 835 82 63
Kantonspolizei Appenzell I.-Rh.	<a href="http://www.ai.ch">www.ai.ch</a>	071 788 97 00
Kantonspolizei Appenzell A.-Rh.	<a href="http://www.polizei.ar.ch">www.polizei.ar.ch</a>	071 343 66 66
Kantonspolizei Bern	<a href="http://www.police.be.ch">www.police.be.ch</a>	031 634 82 81
Polizei Basel-Landschaft	<a href="http://www.polizei.bl.ch">www.polizei.bl.ch</a>	061 926 30 66
Kantonspolizei Basel-Stadt	<a href="http://www.polizei.bs.ch">www.polizei.bs.ch</a>	061 267 82 84
Landespolizei Fürstentum Liechtenstein	<a href="http://www.lp.llv.li">www.lp.llv.li</a>	00423 236 71 11
Police cantonale Fribourg	<a href="http://www.policefr.ch">www.policefr.ch</a>	026 305 16 13
Police cantonale de Genève	<a href="http://www.geneve.ch/police/">www.geneve.ch/police/</a>	022 427 80 30
Kantonspolizei Glarus	<a href="http://www.gl.ch/kapo">www.gl.ch/kapo</a>	055 645 66 66
Kantonspolizei Graubünden	<a href="http://www.kapo.gr.ch">www.kapo.gr.ch</a>	0800 80 30 50
Police cantonale jurassienne	<a href="http://www.jura.ch/police/">www.jura.ch/police/</a>	032 420 76 18
Luzerner Polizei	<a href="http://www.polizei.lu.ch">www.polizei.lu.ch</a>	041 248 84 88
Police neuchâteloise	<a href="http://www.ne.ch/police">www.ne.ch/police</a>	032 889 90 00
Kantonspolizei Nidwalden	<a href="http://www.nw.ch/kapo">www.nw.ch/kapo</a>	041 618 44 66
Kantonspolizei Obwalden	<a href="http://www.ow.ch">www.ow.ch</a>	041 666 65 00
Kantonspolizei St.Gallen	<a href="http://www.kapo.sg.ch">www.kapo.sg.ch</a>	058 229 38 29
Stadtpolizei St. Gallen	<a href="http://www.staposg.ch">www.staposg.ch</a>	071 224 61 14
Schaffhauser Polizei	<a href="http://www.shpol.ch">www.shpol.ch</a>	052 624 24 24
Kantonspolizei Solothurn	<a href="http://www.polizei.so.ch">www.polizei.so.ch</a>	032 627 71 51
Kantonspolizei Schwyz	<a href="http://www.sz.ch/polizei">www.sz.ch/polizei</a>	041 819 83 54
Kantonspolizei Thurgau	<a href="http://www.kapo.tg.ch">www.kapo.tg.ch</a>	052 725 44 77
Polizia cantonale Ticino	<a href="http://www.polizia.ti.ch">www.polizia.ti.ch</a>	0848 25 55 55
Kantonspolizei Uri	<a href="http://www.ur.ch">www.ur.ch</a>	041 875 22 11
Police cantonale vaudoise	<a href="http://www.police.vd.ch">www.police.vd.ch</a>	021 644 80 27
Police cantonale valaisanne	<a href="http://www.police.vs.ch">www.police.vs.ch</a>	027 606 58 46
Zuger Polizei	<a href="http://www.zugerpolizei.ch">www.zugerpolizei.ch</a>	041 728 41 41
Kantonspolizei Zürich	<a href="http://www.kapo.zh.ch">www.kapo.zh.ch</a>	044 247 22 11
Police municipale de Lausanne	<a href="http://www.lausanne.ch/police">www.lausanne.ch/police</a>	021 315 15 15
Polizia comunale di Lugano	<a href="http://www.lugano.ch/sicurezza/">www.lugano.ch/sicurezza/</a>	058 866 81 11
Stadtpolizei Winterthur	<a href="http://www.stapo.winterthur.ch">www.stapo.winterthur.ch</a>	052 267 65 46
Stadtpolizei Zürich	<a href="http://www.stadt-zuerich.ch/polizeiberatung">www.stadt-zuerich.ch/polizeiberatung</a>	044 411 74 44









Schweizerische Kriminalprävention  
Haus der Kantone  
Speichergasse 6  
Postfach  
3000 Bern 7

[www.skppsc.ch](http://www.skppsc.ch)