



COMPUTER BILD

Ratgeber

Software

Special: Backup

E-Mails, Musik, Filme, Fotos, Programme & Co.:
So retten Sie Ihre persönlichen Daten.

Ratgeber: Backup

Perfektes Backup: So sichern Sie Ihre Daten

Sie möchten Windows frisch installieren und Ihren Computer neu aufsetzen? Dann vergessen Sie nicht Ihre persönlichen Dokumente, E-Mails und Lesezeichen. COMPUTER BILD gibt eine Schritt-für-Schritt-Anleitung und zeigt, wie Sie gesicherte Daten einfügen.

Inhalt: Perfektes Backup – Daten, E-Mails, Lesezeichen sichern

1. So sichern Sie eigene Dokumente und Spielstände
2. [Backup mit Paragon Partition Manager](#)
3. So retten Sie Browser-Einstellungen und E-Mails

Wann lohnt sich eine Datensicherung?

Immer! Denn wenn der Computer spinnt, Festplatten ihren Geist aufgeben, das [Betriebssystem](#) nur noch schleichend arbeitet, sich Anwendungen immer wieder mit Fehlermeldungen verabschieden, ist es meistens Zeit für eine Neuinstallation von Windows. Und wenn Sie [auf Windows 7 umsteigen](#) möchten, ist ein Backup natürlich Pflicht. Doch im Gegensatz zu vielen Programmen lassen sich Ihre persönlichen Dokumente nicht einfach neu aufspielen. Höchste Zeit für eine Datensicherung, um auch zukünftig Datenverlust zu vermeiden.

» [Windows 7: Das müssen Sie über das neue Betriebssystem wissen](#)

Windows 7: Upgrade-Leitfaden



Frische Optik und neue Funktionen machen einen Wechsel von alten Betriebssystemen attraktiv. Doch von welchen Versionen ist ein Upgrade möglich, wann muss eine komplette Neuinstallation her und wie lassen sich die persönlichen Daten sichern?

Welche Daten muss ich sichern?

Speziell beim Backup von persönlichen Daten werden oft Inhalte vergessen, die Sie nach der [Installation](#) des neuen Betriebssystems vermissen: Neben wichtigen Dokumenten sind das Fotos, Videos oder Fortschritte Ihres Lieblingsspiels. Wo Sie diese Dateien auf Ihrem Rechner finden und wie Sie sie sichern, zeigt COMPUTER BILD in der Anleitung:

Diese Inhalte und Dokumente dürfen Sie nicht übersehen!



Weitere Backup-Tipps

- Besonders mühevoll ist es, auf einem neu eingerichteten PC seinen Internet-Browser mitsamt Lesezeichen, Einstellungen, Erweiterungen wiederherzustellen. Auch lokal abgespeicherte E-Mails in Programmen wie Outlook oder Thunderbird werden oft vergessen und sind nach der Neuinstallation unwiederbringlich gelöscht. Erstellen Sie rechtzeitig Backups:

» [So retten Sie E-Mails und Browser-Einstellungen!](#)

- Wenn Sie unsicher sind, ob der Wechsel auf ein neues Betriebssystem wirklich die beste Entscheidung ist und Sie schnell wieder den ursprünglichen Zustand Ihres Systems wiederherstellen wollen, ist ein Backup der kompletten [Festplatte](#) oder Partition ratsam – etwa mit dem [Partition Manager 10 von Paragon](#):

» [So legen Sie ein komplettes Backup Ihrer Festplatte an!](#)

Wahl des Datenträgers

Welches Speichermedium Sie für das Backup wählen, hängt von der Dateigröße ab: Für die Sicherung kleiner Datenmengen reicht in der Regel ein USB-Stick mit zwei bis vier [Gigabyte](#) Fassungsvermögen. Extra [DVDs](#) zu brennen, lohnt sich nicht, denn es kostet Sie mehr Zeit und Geld für die Datenträger. Bei größeren Mengen an Musik oder Filmen sollten Sie eine externe Festplatte nutzen. Sie bietet bis zu zwei Terabyte Speicherplatz.

» [Bestenliste: Externen Festplatten](#)

» [Bestenliste: USB-Sticks](#)

Finden Sie mehr zu folgenden Begriffen: [Backup](#), [Datensicherung](#), [Windows 7](#), [Betriebssystem](#), [Festplatte](#)