

# Von einem Back-up wird man zen



**Verbessern Sie Ihre  
digitale Gesundheit.**

FERTIGEN SIE BACK-UPS VON DEN DATEN AUF IHREM COMPUTER, SMARTPHONE UND TABLET AN, BEVOR ES ZU SPÄT IST. WEITERE TIPPS UNTER [SAFEONWEB.BE](https://www.safeonweb.be).

# Regelmäßige Updates fördern das Wohlbefinden



**Verbessern Sie Ihre  
digitale Gesundheit.**

UPDATEN SIE IHREN COMPUTER, IHR SMARTPHONE UND IHR TABLET, BEVOR ES ZU SPÄT IST. WEITERE TIPPS UNTER [SAFEONWEB.BE](https://www.safeonweb.be).

## Regelmäßige Updates fördern das Wohlbefinden.

Wussten Sie, dass Sie Updates für sowohl Ihr Betriebssystem als auch Ihre Apps und Programme installieren müssen? Veraltete Software gibt Cyberkriminellen die Gelegenheit, auf Ihr Gerät und Ihre Informationen zuzugreifen.

- Jedes Computerprogramm enthält Sicherheitslücken. Sicherheitsupdates schließen diese.
- Eine Meldung für ein Update? Installieren Sie es noch am selben Tag, bevor Sie Ihren Computer herunterfahren.
- Stellen Sie Ihre Programme so ein, dass sie Updates automatisch installieren. So arbeiten Sie immer mit der sichersten Version.



## Von einem Back-up wird man zen.

Dateien können jederzeit von Viren befallen werden oder anderweitig verlorengehen. Dank Back-ups können Sie Ihre Dateien wiederherstellen.

- Bestimmen Sie, welche Dateien (Fotos, Musik ...) Ihnen wichtig sind und fertigen Sie davon regelmäßig Back-ups an.
- Bewahren Sie Ihr Back-up nicht am selben Ort wie die Originaldateien, sondern auf einer externen Festplatte, einem USB-Stick oder in der Cloud. Am besten ist, Sie erstellen mehrere Back-ups.
- Ein Back-up macht zen. Testen Sie, ob Ihnen die Wiederherstellung der Dateien gelingt, sodass Sie sicher sein können, dass Ihre Backup-Methode nützlich ist.