

Checkliste: Digitaler Nachlass

Ein Überblick über Ihr digitales Leben.

Warum diese Checkliste?

Wir hinterlassen heute überall digitale Spuren — E-Mail-Konten, soziale Netzwerke, Online-Banking, Streaming-Dienste, Cloud-Speicher, Fotos.

Wenn etwas passiert, stehen unsere Angehörigen oft ratlos vor dem Smartphone und wissen nicht, wo sie anfangen sollen.

Mit dieser Checkliste schaffen Sie in Ruhe einen Überblick. Sie müssen nicht sofort alles regeln — der Überblick ist der erste Schritt.

SO NUTZEN SIE DIESE CHECKLISTE

1. Drucken Sie die Liste aus oder bearbeiten Sie sie am Rechner.
2. Kreuzen Sie an, was bei Ihnen vorhanden ist.
3. Tragen Sie wichtige Hinweise auf den Linien ein.
4. Bewahren Sie die fertige Liste an einem sicheren Ort auf.

WICHTIG — Sicherheitshinweis

Schreiben Sie KEINE Passwörter, PINs oder TANs direkt in diese Liste. Notieren Sie stattdessen, wo Ihre Vertrauensperson sie findet (z. B. „Passwort-Manager auf dem iPhone“ oder „Versiegelter Umschlag im Tresor“).

Diese Checkliste gehört:

Name: _____

Erstellt am: _____

Letzte Aktualisierung: _____

Checkliste: Digitaler Nachlass

Ein Überblick über Ihr digitales Leben.

1. Hardware & Geräte

- Computer / Laptop _____
- Smartphone(s) _____
- Tablet(s) _____
- Externe Festplatte(n) _____
- USB-Sticks _____
- Smartwatch / Fitness-Tracker _____
- Sonstige Geräte: _____

2. Zentrale Zugänge

- Haupt-E-Mail-Adresse _____
- Zweite E-Mail-Adresse _____
- Wo sind die Passwörter aufbewahrt? _____
- Google-Konto _____
- Apple-ID _____

Checkliste: Digitaler Nachlass

Ein Überblick über Ihr digitales Leben.

3. Konten & Verträge (finanziell)

- Online-Banking (Hausbank) _____
- Weiteres Konto / Sparkasse _____
- PayPal _____
- Kreditkarten-Konten _____
- Online-Shopping (Amazon, eBay) _____
- Versicherungen online _____

4. Soziale Medien & Kommunikation

- Facebook _____
- Instagram _____
- WhatsApp _____
- Signal / Telegram _____
- Skype / Zoom _____

5. Streaming & Abos

- Netflix _____
- Amazon Prime _____
- Spotify / Apple Music _____
- Zeitungs-Abos digital _____
- Sonstige Abos: _____

Checkliste: Digitaler Nachlass

Ein Überblick über Ihr digitales Leben.

6. Cloud & Daten

- iCloud (Apple) _____
- Google Drive / Google Fotos _____
- Dropbox / OneDrive _____
- Wichtige Fotos / Videos _____
- E-Books (Kindle, Apple Books) _____

7. Vorsorge-Funktionen aktiviert?

- Google Nachlasskontakt eingerichtet **ja / nein**
- Apple Nachlasskontakt eingerichtet **ja / nein**
- Facebook-Gedenkzustand vorbereitet **ja / nein**
- Vertrauensperson über diese Liste informiert **ja / nein**

Meine Vertrauensperson(en):

Name: _____

Beziehung (Kind, Partner, ...): _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Checkliste: Digitaler Nachlass

Ein Überblick über Ihr digitales Leben.

Wo bewahren Sie diese Liste auf?

Ein guter Aufbewahrungsort ist:

- An einem Ort, den Ihre Vertrauensperson kennt
- Aber nicht offen sichtbar (z. B. Aktenordner „Wichtige Dokumente“)
- Gemeinsam mit Ihrem Testament oder der Patientenverfügung
- Ggf. Kopie bei einer zweiten Vertrauensperson hinterlegen

TIPP — Halten Sie die Liste aktuell

Digitales ändert sich — Konten kommen hinzu, andere werden aufgegeben.
Schauen Sie einmal im Jahr auf diese Liste und ergänzen Sie sie.
Ein guter Termin: zum Geburtstag oder zum Jahresanfang.

Eigene Notizen:

*Diese Checkliste wurde von Uwe Matern mit Unterstützung von Claude (Anthropic) erstellt —
im Rahmen des Vortrags „Digitaler Nachlass + KI“
für digitales-fuer-einsteiger.de*