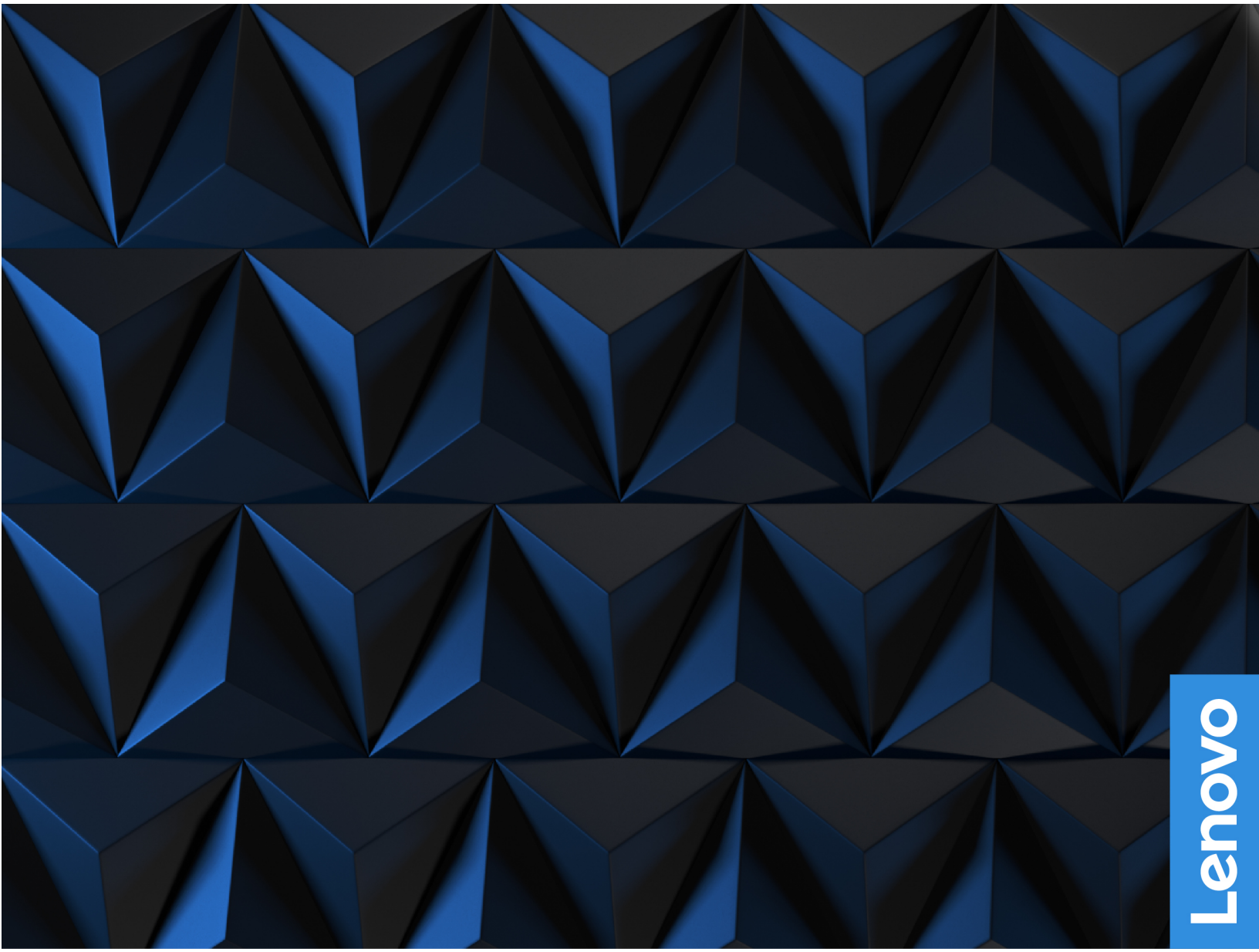
Benutzerhandbuch



Lenovo Legion 5 (15″, 6)

Wichtige Informationen

Vor Verwendung dieser Dokumentation und des darin beschriebenen Produkts sollten Sie die folgenden Informationen lesen:

- *Allgemeine Hinweise zu Sicherheit und Kompatibilität*
- *Sicherheit und Garantie*
- *Einrichtungsanleitung*

Erste Ausgabe (Mai 2021)

© Copyright Lenovo 2021.

HINWEIS ZU EINGESCHRÄNKTEN RECHTEN (LIMITED AND RESTRICTED RIGHTS NOTICE): Werden Daten oder Software gemäß einem GSA-Vertrag (General Services Administration) ausgeliefert, unterliegt die Verwendung, Vervielfältigung oder Offenlegung den in Vertrag Nr. GS-35F-05925 festgelegten Einschränkungen.

Inhaltsverzeichnis

Informationen zu diesem Handbuch. . . iii

Kapitel 1. Lernen Sie Ihren Computer kennen 1

Vorderansicht 1
Ansicht des Unterteils 2
Ansicht von links 4
Ansicht von rechts 5
Rückansicht 6
Unteransicht 7
Merkmale und technische Daten 8
Hinweis zur USB-Übertragungsrate 9
Betriebsumgebung 9

Kapitel 2. Erste Schritte mit Ihrem Computer 11

Einführung zu Windows 10 11
Windows-Konto 11
Windows-Desktop 12
Windows-Updates 13
Lenovo Vantage und Lenovo PC Manager 13
Verbindungen zu Netzwerken herstellen 14
Verbindung mit einem verkabelten Netzwerk herstellen 14
Verbindung mit Wi-Fi-Netzen herstellen. 14
Das Novo-Tastenmenü 15
Das Novo-Tastenmenü öffnen 15
Die Fn-Taste und Tastaturkurzbefehle 15
Die Fn-Taste 15
Tastaturkurzbefehle 15
Doppelfunktionstasten ohne aufgedruckte Symbole 16
Der FnLock-Schalter 16

Kapitel 3. Erkunden Sie Ihren Computer 17

Energieverwaltung 17
Akkuladezustand überprüfen 17
Akku aufladen. 17
Verhalten des Netzschalters festlegen 17
Ein Energiesparplan 17
Leistungsmodus einstellen. 18
Einstellungen im UEFI/BIOS Setup Utility ändern . . 18
Was ist die UEFI/BIOS Setup Utility 18
UEFI/BIOS Setup Utility öffnen 18
Aktivieren oder deaktivieren Fool Proof Fn Ctrl 18
Always-on aktivieren oder deaktivieren 19
Kennwörter im UEFI/BIOS Setup Utility festlegen 19
Kennwortarten 19
Administratorkennwort festlegen 19
Administratorkennwort ändern oder entfernen 20
Benutzerkennwort festlegen 20
Startkennwort aktivieren 21
Festplattenkennwort festlegen 21
Festplattenkennwort ändern oder löschen. . . 21
Windows zurücksetzen oder wiederherstellen . . . 22
Windows 10-Wiederherstellungsoptionen . . . 22
Windows-Systemwiederherstellung 22
Windows zurücksetzen 23
Ein Wiederherstellungslaufwerk erstellen . . . 23
Ein Wiederherstellungslaufwerk verwenden, um Windows wiederherzustellen oder zurückzusetzen 24

Kapitel 4. Hilfe und Unterstützung . . 25

Häufig gestellte Fragen 25
Selbsthilfe-Ressourcen 25
Was ist eine CRU?. 26
CRUs für Ihr Produktmodell 27
Lenovo telefonisch kontaktieren 27
Bevor Sie Lenovo kontaktieren 27
Lenovo Kundendienstzentrale 27
Zusätzliche Serviceleistungen anfordern 28

Anhang A. Informationen zu Barrierefreiheit und Ergonomie 29

Anhang B. Informationen zur Konformität 35

Anhang C. Hinweise und Marken . . . 37

© Copyright Lenovo 2021

Informationen zu diesem Handbuch

- Dieses Handbuch gilt für die unten aufgeführten Lenovo Produktmodelle. Möglicherweise sieht Ihr Produktmodell etwas anders aus, als in den Abbildungen dieses Benutzerhandbuchs dargestellt.

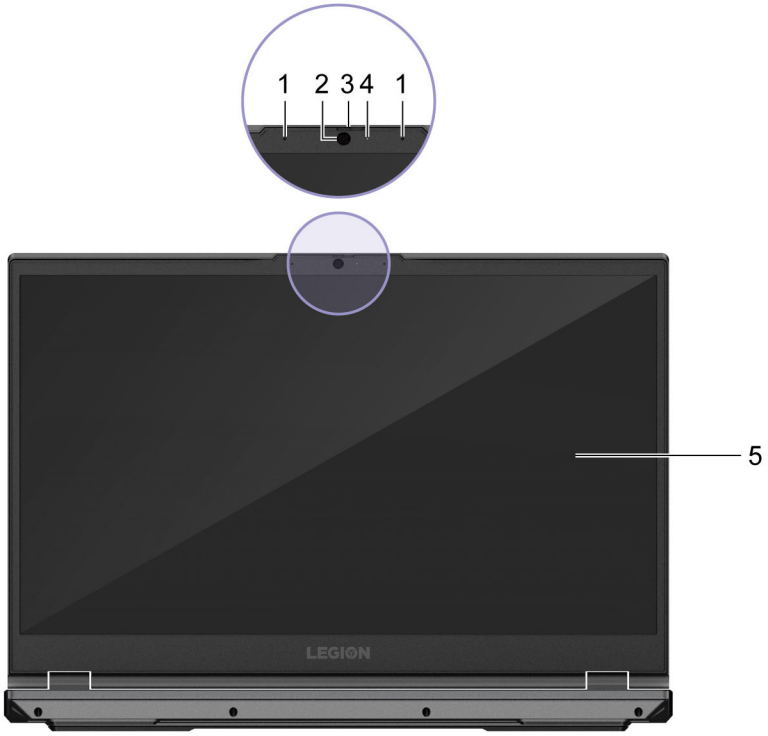
Modellname	**Computertyp (MT)**
Legion 5 15IMH6	82NL
Lenovo Legion 5 15IMH6	82NL

- Dieses Handbuch enthält möglicherweise Informationen zu Zubehör, Funktionen und Software, die nicht für alle Modelle verfügbar sind.
- Dieses Handbuch enthält Anweisungen, die auf dem Windows 10-Betriebssystem basieren. Diese Anweisungen gelten nicht, wenn Sie ein anderes Betriebssystem installieren und verwenden.
- Microsoft® ändert über das Windows Update regelmäßig Funktionen des Windows®-Betriebssystems. Folglich können die Anweisungen für das Betriebssystem veraltet sein. Erkundigen Sie sich in den Ressourcen von Microsoft nach den neuesten Informationen.
- Der Inhalt dieses Handbuchs kann ohne vorherige Ankündigung geändert werden. Die neueste Version finden Sie unter https://support.lenovo.com.

© Copyright Lenovo 2021

Kapitel 1. Lernen Sie Ihren Computer kennen

Vorderansicht



1. Mikrofone	Ton und Stimme erfassen oder aufzeichnen.
2. Kamera	Erfasst Standbilder und bewegte Bilder für die Aufnahme von Fotos, Videos und Video-Chats.
3. Kameraschalter	Kamera ein- oder ausschalten.
4. Kameraanzeige	Wenn die Anzeige leuchtet, wird die Kamera verwendet.
5. Bildschirm	Zeigt Text, Grafiken und Videos an.

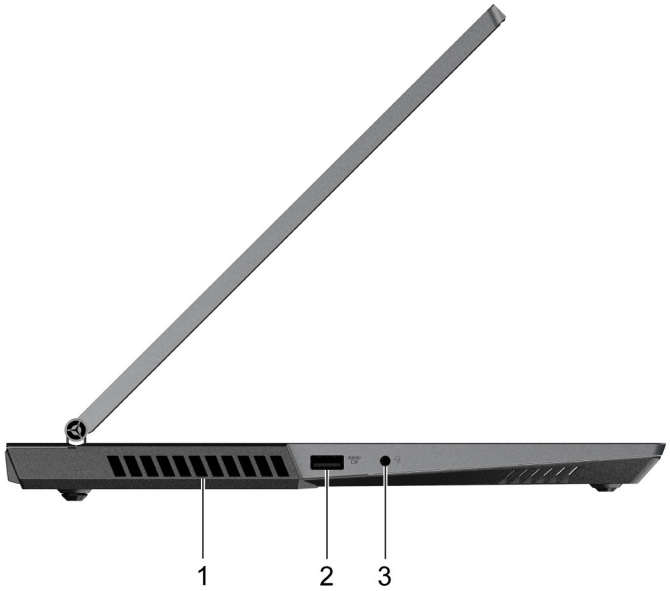
© Copyright Lenovo 2021

Ansicht des Unterteils

1. Ladeanzeige	Zeigt an, ob der Computer an das Netzteil angeschlossen ist. • Durchgehend weiß: An Netzstrom angeschlossen; Akkuladestand 91 bis 100 % • Durchgehend gelb: An Netzstrom angeschlossen; Akkuladestand 1 bis 90 % • Aus: Nicht am Netzstrom angeschlossen
2. Netzanzeige	Gibt den Energiestand des Computers an. Die Farbe der Netzanzeige spiegelt auch den aktuell aktivierten Leistungsmodus wider. Lesen Sie „Leistungsmodus einstellen“ auf Seite 18 für Informationen darüber, wie Sie den Leistungsmodus wechseln können. • Konstant leuchtend: Der Computer ist eingeschaltet. – Weiß: im Ausbalanciert-Modus – Rot: im Leistungsmodus – Blau: im Ruhemodus • Blinkend: Der Computer befindet sich im Energiesparmodus. • Aus: Der Computer ist ausgeschaltet oder befindet sich im Ruhezustand.
3. Netzschalter	Drücken Sie den Schalter, um den Computer einzuschalten oder in den Energiesparmodus zu versetzen.
4. Numerischer Tastenblock	Um den Ziffernblock zu aktivieren oder zu deaktivieren, drücken Sie die Num Lock-Taste.
5. Drahtlose Antennen	Senden und empfangen Sie Funkwellen für das integrierte drahtlose LAN (Local Area Network) und das Bluetooth-Modul. **Anmerkung:** Die Antennen sind von der Außenseite des Computers aus nicht sichtbar.

6. TouchPad	Fingerberührungen und alle Funktionen einer herkömmlichen Maus ausführen. **Anmerkung:** Das Touchpad unterstützt auch die Multi-Touch-Funktion.
7. Tastatur	Geben Sie Zeichen ein und interagieren Sie mit Programmen. **Anmerkung:** Die Tastatur enthält außerdem Tastenkombinationen und Funktionstasten zum Ändern der Einstellungen und zum schnellen Ausführen von Aufgaben.

Ansicht von links

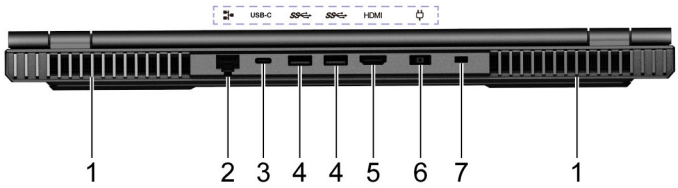


1. Lüftungsschlitze (Ausgang)	Halten Sie den abgehenden Luftstrom aufrecht, um die interne Wärme abzuleiten. **Achtung:** Blockieren Sie die Lüftungsschlitze nicht. Andernfalls kann der Computer überhitzen.
2. USB (3.2 Gen 1) Typ-A-Anschluss (Always-On)	Der Always-On-Anschluss kann externe Einheiten aufladen, wenn der Computer ausgeschaltet ist oder sich im Energiesparmodus bzw. Ruhezustand befindet. Die Always-On-Funktion kann im Programm UEFI/BIOS Setup Utility ein- oder ausgeschaltet werden. **Anmerkung:** Wenn Lenovo Vantage auf Ihrem Computer vorinstalliert ist, können Sie die Always-On-Funktion auch innerhalb dieser Software einstellen.
3. Kombinationsaudioanschluss	Zum Anschließen eines Kopfhörers oder Headsets mit einem 3,5 mm großen 4-poligen Stecker. **Anmerkung:** Dieser Anschluss unterstützt keine eigenständigen externen Mikrofone. Wenn Sie ein Headset verwenden, sollte dieses über einen einzelnen Stecker verfügen.

Ansicht von rechts

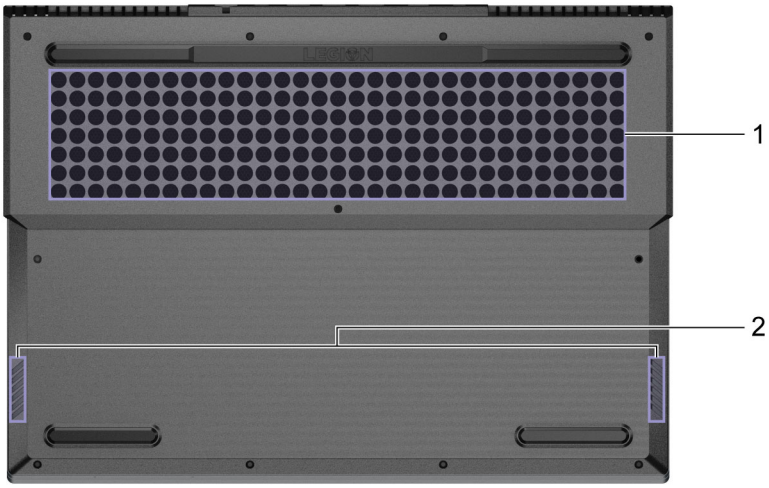
1. Netzanzeige	• Durchgehend weiß: Der Computer ist eingeschaltet; Akkuladestand 21 bis 100 % • Blinkt schnell: Der Computer ist eingeschaltet; Akkuladestand 1 bis 20 % • Blinkt langsam: Der Computer befindet sich im Energiesparmodus. • Aus: Der Computer ist ausgeschaltet oder befindet sich im Ruhezustand.
2. Öffnung für Novo-Taste	Drücken Sie Novo-Taste, um das **Novo-Tasten** Menü zu öffnen. Aus dem Menü können Sie wählen, ob Sie das UEFI/BIOS Setup Utility, das Menü „Boot“ oder den Bildschirm mit den Windows-Startoptionen öffnen möchten.
3. USB (3.2 Gen 1) Typ-A-Anschluss	Schließen Sie ein USB-kompatiblen Einheit, z. B. USB-Tastatur, USB-Maus, USB-Speichereinheit oder USB-Drucker.
4. Lüftungsschlitze (Ausgang)	Halten Sie den abgehenden Luftstrom aufrecht, um die interne Wärme abzuleiten. **Achtung:** Blockieren Sie die Lüftungsschlitze nicht. Andernfalls kann der Computer überhitzen.

Rückansicht



1. Lüftungsschlitze (Ausgang)	Halten Sie den abgehenden Luftstrom aufrecht, um die interne Wärme abzuleiten. **Achtung:** Blockieren Sie die Lüftungsschlitze nicht. Andernfalls kann der Computer überhitzen.
2. Ethernet-Anschluss	Stellen Sie eine Verbindung zu einem lokalen Netzwerk (LAN) her.
3. USB-C®-Anschluss	Dient zum Anschließen externer Anzeige-, Speicher- oder Dateneinheiten. **Anmerkung:** Möglicherweise wird ein geeigneter Adapter zum Anschluss von externen Geräten benötigt.
4. USB (3.2 Gen 1) Typ-A-Anschluss (2)	Schließen Sie ein USB-kompatiblen Einheit, z. B. USB-Tastatur, USB-Maus, USB-Speichereinheit oder USB-Drucker.
5. HDMI™-Anschluss	Schließen Sie eine kompatible digitale Audioeinheit oder einen Digitalbildschirm wie z. B. eine HDTV-Einheit an.
6. Netzteilanschluss	Dient zum Anschließen an eine Stromversorgung über das Netzteil und das Netzkabel, die im Lieferumfang enthalten sind.
7. Schlitz für das Minisicherheitsschloss	Sichern Sie den Computer mit einer kompatiblen Sicherheits-Kabelverriegelung an einem Tisch oder anderen Befestigungsmöglichkeiten. **Anmerkung:** Der Schlitz unterstützt Kabelverriegelungen, die den Kensington MiniSaver® Schlossstandards (mit Cleat™ Schlosstechnologie) entsprechen. Für die Bewertung, Auswahl und das Anbringen von Schlössern und Sicherheitseinrichtungen sind Sie selbst verantwortlich. Lenovo enthält sich jeglicher Äußerung, Bewertung oder Gewährleistung in Bezug auf die Funktion, Qualität oder Leistung von Schlössern und Sicherheitseinrichtungen. Kabelverriegelungen für Ihr Produkt sind bei Lenovo unter https://smartfind.lenovo.com/ erhältlich.

Unteransicht



1. Lüftungsschlitze (Eingang)	Halten Sie den eingehenden Luftstrom aufrecht, um die interne Wärme abzuleiten. **Achtung:** Blockieren Sie die Lüftungsschlitze nicht. Andernfalls kann der Computer überhitzen.
2. Lautsprecher	Produzieren Sound.

Merkmale und technische Daten

Abmessungen	• Breite: 363,06 mm • Tiefe: 259,61 mm • Dicke – Dünnste: 23,57 mm – Dickste: 26,1 mm
Netzteil	• Eingang: 100 bis 240 VAC, 50 bis 60 Hz • Ausgabe: 20 VDC, 8,5 A / 20 VDC, 11,5 A • Leistung: 170 W / 230 W
Akku	• Kapazität: 60 Wh • Anzahl der Zellen: 4 **Anmerkung:** Die Akkukapazität ist die typische oder durchschnittliche Kapazität, die in einer bestimmten Testumgebung gemessen wird. Kapazitäten, die in anderen Umgebungen gemessen werden, können unter Umständen unterschiedlich ausfallen, sind aber nicht geringer als die Nennkapazität (siehe Produktetikett).
Mikroprozessor	Klicken Sie zum Anzeigen der Mikroprozessor-Informationen Ihres Computers mit der rechten Maustaste auf die Schaltfläche „Start“ und wählen Sie dann **System** aus.
Speicher	• Typ: DDR4 SODIMM (Double Data Rate 4 Small Outline Dual Inline Memory Module) • Anzahl an Steckplätzen: 2
Speichervorrichtung	• Typ: – Solid-State-Laufwerk (SSD) – Festplattenlaufwerk (HDD) • Gerätetyp: – SSD: M.2 (2242 oder 2280) – HDD: 2,5-Zoll (7 mm) • Bus: – SSD: PCI Express – HDD: SATA3
Bildschirm	• Größe: 396,24 mm • Bildschirmauflösung: 1920 × 1080 Pixel (FHD-Modell)
Tastatur	• Funktionstasten • Tastaturkurzbefehle • Numerischer Tastenblock • Tastaturhintergrundbeleuchtung

Anschlüsse und Steckplätze	• Netzteilanschluss • Kombinationsaudioanschluss • HDMI 2.0-Anschluss • Ethernet-Anschluss • USB Typ-A-Anschluss × 3 • USB Typ-A-Anschluss (mit Always-On-Funktion) – Ausgangsleistung bis zu 5 V und 2,1 A • USB-C-Anschluss – Ausgangsleistung bis zu 5 V und 3 A – USB-Datenübertragungsrate bis zu 5 GBit/s für USB 3.2 Gen 1 – DisplayPort 1.2 **Anmerkung:** Datenraten und Leistungsbewertungen hängen von den angeschlossenen Geräten und Kabeln ab, falls solche verwendet werden. Bei einer DisplayPort-Verbindung über einen USB-C-Anschluss ist die aufgelistete maximale Ausgabekapazität nur auf externen Bildschirmen mit DisplayPort, Mini DisplayPort oder einem USB-C-Anschluss verfügbar, der den DisplayPort Alternate Mode unterstützt. Bei Verbindungen, die einen Konverter oder Adapter verwenden, kann die tatsächliche Ausgabeauflösung niedriger sein.
Sicherheitseinrich-tungen	• Schlitz für das Minisicherheitsschloss • UEFI-/BIOS-Kennwörter – Administratorkennwort – Benutzerkennwort – Master-Festplattenkennwort – Benutzer-Festplattenkennwort
Funktionen für drahtlose Verbindungen	• Ethernet-Netzwerkadapter (10/100/1000 MBit/s) • Kombinationsadapter für Bluetooth und Wi-Fi

Hinweis zur USB-Übertragungsrate

Abhängig von zahlreichen Faktoren wie z. B. den Verarbeitungskapazitäten von Host und Peripheriegeräten, den Dateiattributen und anderen Faktoren im Zusammenhang mit der Systemkonfiguration und Betriebsumgebung variiert die tatsächliche Übertragungsrate über die verschiedenen USB-Anschlüsse an diesem Gerät und kann u. U. langsamer als die Datenrate sein, die unten für jedes Gerät aufgeführt ist.

USB-Einheit	Datenrate (Gbit/s)
3.2 Gen 1	5
3.2 Gen 2	10

Betriebsumgebung

Maximale Höhe (unter normalen Luftdruckbedingungen)

3.048 m

Temperatur

- Bei Höhen bis zu 2.438 m

  - In Betrieb: 5 bis 35 °C
  - Lagerung: 5 bis 43 °C
- Bei Höhen über 2.438 m
  - Maximale Betriebstemperatur unter normalen Druckbedingungen: 31,3 °C

  Anmerkung: Der Akku muss beim Laden eine Temperatur von mindestens 10 °C haben.

Relative Feuchtigkeit

- In Betrieb: 8 bis 95 % bei einer Kühlgrenztemperatur von 23 °C
- Lagerung: 5 bis 95 % bei einer Kühlgrenztemperatur von 27 °C

Kapitel 2. Erste Schritte mit Ihrem Computer

Einführung zu Windows 10

Lernen Sie die Grundlagen von Windows 10 und beginnen Sie sofort mit der Nutzung. Weitere Informationen zu Windows 10 erhalten Sie in der Windows-Hilfefunktion.

Windows-Konto

Sie müssen mindestens ein Konto anlegen, um das Betriebssystem Windows zu verwenden. Dies kann entweder ein lokales Konto oder ein Microsoft-Konto sein.

Lokale Konten

Ein lokales Konto wird auf einem bestimmten Windows-fähigen Gerät erstellt und kann nur auf diesem Gerät verwendet werden. Es wird empfohlen, ein Kennwort für jedes lokale Konto festzulegen, um unbefugten Zugriff auf das Gerät zu verhindern.

Microsoft-Konten

Ein Microsoft-Konto ist ein Benutzerkonto, das Sie verwenden, um sich bei Microsoft-Software und Microsoft-Services anzumelden. Wenn Sie Microsoft-Dienste wie OneDrive, Outlook.com, Xbox Live, Office 365 und Skype nutzen, verfügen Sie möglicherweise bereits über diese Informationen. Wenn Sie kein Microsoft-Konto haben, können Sie kostenlos eines erstellen.

Die Verwendung eines Microsoft-Kontos hat zwei grundlegende Vorteile:

- Sie müssen sich nur einmal anmelden. Wenn Sie sich mit einem Microsoft-Konto für Windows 10 anmelden, müssen Sie sich nicht erneut für OneDrive, Skype, Outlook.com und andere Microsoft-Dienste anmelden.
- Die Einstellungen können synchronisiert werden. Wenn Sie Ihr Microsoft-Konto verwenden, um sich bei auf mehreren Windows-fähigen Geräten anzumelden, können bestimmte Windows-Einstellungen auf diesen Geräten synchronisiert werden.

Zwischen lokalem und Microsoft-Konto wechseln

Wenn Sie ein lokales Konto verwenden, um sich bei Windows 10 anzumelden, können Sie stattdessen auf die Verwendung eines Microsoft-Kontos wechseln.

Schritt 1. Öffnen Sie das Startmenü und wählen Sie **Einstellungen → Konten** aus.

Schritt 2. Wählen Sie **Stattdessen mit einem Microsoft-Konto anmelden** aus.

Schritt 3. Wenn Sie bereits über ein Microsoft-Konto verfügen, geben Sie den Kontonamen und das Kennwort ein, um sich anzumelden. Andernfalls wählen Sie **Konto erstellen** aus, um ein neues Microsoft-Konto zu erstellen.

Anmerkung: Bei der ersten Verwendung eines Microsoft-Kontos auf einem Gerät muss dieses über Internetzugang verfügen.

Wenn Sie auf die Verwendung eines lokalen Kontos zurück wechseln möchten, öffnen Sie das Startmenü und wählen **Einstellungen → Konten → Stattdessen mit einem lokalen Konto anmelden** aus.

Weitere Benutzerkonten hinzufügen

Ihr Benutzerkonto muss über Administratorrechte verfügen, damit Sie zusätzliche Benutzerkonten zu Windows hinzufügen können.

© Copyright Lenovo 2021

Fügen Sie zusätzliche Benutzerkonten hinzu, wenn Sie den Computer mit Familienmitgliedern oder anderen Benutzer teilen.

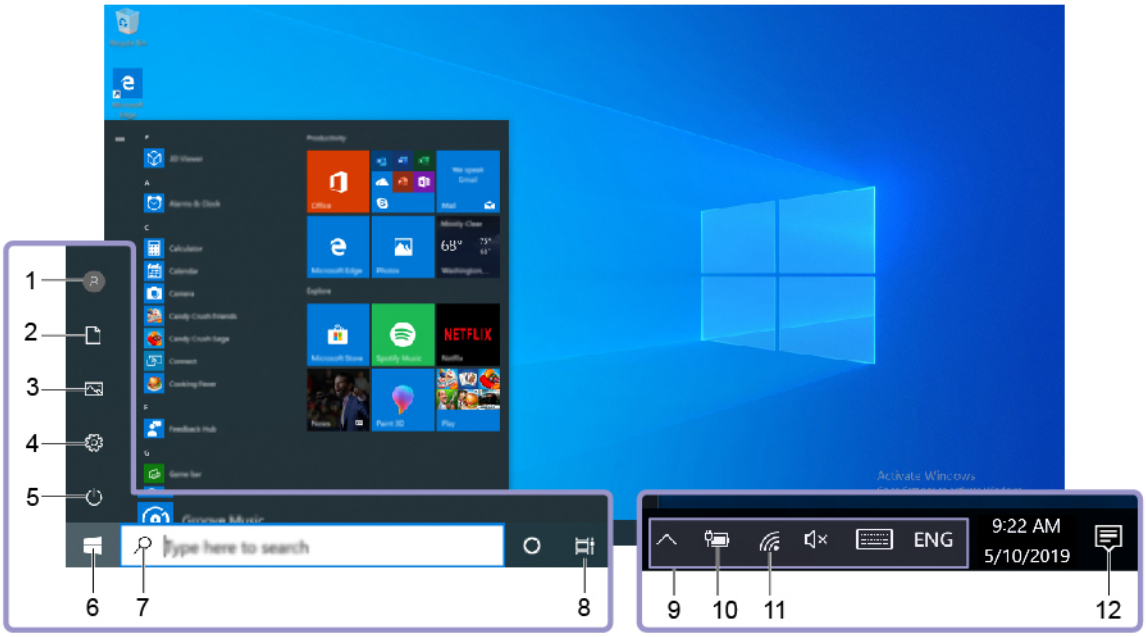
Schritt 1. Öffnen Sie das Startmenü und wählen Sie **Einstellungen → Konten → Familie & andere Benutzer** aus.

Schritt 2. Wählen Sie **Weitere Personen zu diesem PC hinzufügen** aus.

Anmerkung: Um Familienmitglieder hinzuzufügen, müssen Sie sich mit einem Microsoft-Konto anmelden.

Schritt 3. Legen Sie den Namen und das Kennwort für das Benutzerkonto fest.

Windows-Desktop



1. **Konto**	Ändern Sie Kontoeinstellungen, sperren Sie den Computer oder melden Sie sich vom aktuellen Konto ab.
2. **Dokumente**	Öffnen Sie den Ordner **Dokumente**, einen Standardordner zum Speichern Ihrer empfangenen Dateien.
3. **Bilder**	Öffnen Sie den Ordner **Bilder**, einen Standardordner zum Speichern Ihrer empfangenen Bilder.
4. **Einstellungen**	Öffnen Sie die Einstellungen.
5. **Ein/Aus**	Fahren Sie den Computer herunter, starten Sie ihn neu oder versetzen Sie ihn in den Energiesparmodus.
6. **Schaltfläche „Start“**	Öffnen Sie das Startmenü.
7. **Windows-Suche**	Geben Sie das, wonach Sie suchen, in das Suchfeld ein und erhalten Sie Suchergebnisse von Ihrem Computer und aus dem Internet.
8. **Aufgabenansicht**	Zeigen Sie alle geöffneten Apps an und wechseln Sie zwischen ihnen.
9. **Windows-Infobereich**	Zeigen Sie Benachrichtigungen und den Status einiger Funktionen an.

10. **Symbol für Akkustatus**	Zeigen Sie den Status der Stromversorgung an und ändern Sie die Akku- oder Energieeinstellungen.
11. **Netzwerk-Symbol**	Verbinden Sie sich mit einem verfügbaren drahtlosen Netzwerk und zeigen Sie den Netzwerkstatus an. Wenn eine Verbindung zu einem kabelgebundenen Netzwerk besteht, ändert sich das Symbol zu .
12. **Info-Center**	Zeigen Sie die neuesten Benachrichtigungen von Apps an und sorgen Sie für einen schnellen Zugriff auf einige Funktionen.

Öffnen Sie das Startmenü

- Klicken Sie auf die Schaltfläche **Start**.
- Drücken Sie die Windows-Taste auf der Tastatur.

Systemsteuerung öffnen

- Öffnen Sie das Startmenü und wählen Sie **Windows-System → Systemsteuerung** aus.
- Windows-Suche verwenden.

Eine App öffnen

- Öffnen Sie das Startmenü und wählen Sie die App aus, die Sie öffnen möchten.
- Windows-Suche verwenden.

Windows-Updates

Microsoft veröffentlicht regelmäßig Funktions- und Sicherheitsupdates für das Windows-Betriebssystem. Updates, die für Ihre Windows-Version verfügbar sind, werden automatisch heruntergeladen, wenn Ihr Computer mit dem Internet verbunden ist. Wenn die Updates heruntergeladen sind, werden Sie aufgefordert, den Computer neu zu starten, um sie zu installieren.

Manuell nach Updates suchen

Updates für Windows werden automatisch heruntergeladen. Sie können jedoch auch manuell überprüfen, ob für die installierte Windows-Version Updates verfügbar sind.

Achtung: Aktualisierungen nur mithilfe von Windows Update herunterladen und installieren. Updates, die von anderen Quellen heruntergeladen wurden, können Sicherheitsrisiken enthalten.

Schritt 1. Wählen Sie **Start → Einstellungen → Update und Sicherheit**.

Schritt 2. Klicken Sie auf **Nach Updates suchen**.

Lenovo Vantage und Lenovo PC Manager

Beide Apps sind von Lenovo entwickelt. Mit beiden können Sie:

- Produktinformationen und Systemstatus anzeigen
- Geräteeinstellungen verwalten und ändern
- Systemaktualisierungen prüfen und durchführen

  Anmerkung: Diese Funktion ist nur in Lenovo Vantage verfügbar. In Lenovo PC Manager können Sie nach Treiber-Updates suchen und diese durchführen.

Je nach Land oder Region, in dem/der Ihr Computer gekauft wurde, kann eine der Apps auf Ihrem Computer vorinstalliert sein. Um sie zu öffnen, geben Sie ihren Namen in das Windows-Suchfeld ein und wählen Sie

das zutreffende Ergebnis aus. Wenn keine der beiden Apps vorinstalliert ist, können Sie eine davon selbst installieren. Lenovo Vantage steht im Microsoft Store zum kostenlosen Download zur Verfügung.

Anmerkung: Die Funktionen von Apps können sich mit Updates ändern und bestimmte Funktionen sind möglicherweise nicht für alle Lenovo Produkte verfügbar.

Verbindungen zu Netzwerken herstellen

Mit Ihrem Computer können Sie sich über ein kabelgebundenes oder drahtloses Netzwerk mit der Welt verbinden.

Verbindung mit einem verkabelten Netzwerk herstellen

Wenn Ihr Computer über einen Ethernet-Anschluss (RJ-45) verfügt, können Sie Ihren Computer über ein Ethernet-Kabel mit einem kabelgebundenen Netzwerk verbinden.

Verbindung mit Wi-Fi-Netzen herstellen

Wenn Ihr Computer über ein WLAN-Modul verfügt, können Sie ihn mit Wi-Fi®-Netzwerken verbinden. Das WLAN-Modul Ihres Computers unterstützt möglicherweise unterschiedliche Standards. In einigen Ländern oder Regionen ist die Verwendung von 802.11ax gemäß den lokalen Richtlinien möglicherweise nicht zulässig.

Schritt 1. Klicken Sie im Windows-Infobereich auf das Netzwerk-Symbol.Es wird eine Liste der Netzwerke in der Nähe angezeigt.

Anmerkung: Wird kein Netzwerk angezeigt, prüfen Sie, ob der Flugzeugmodus eingeschaltet ist.

Schritt 2. Wählen Sie ein Netzwerk aus und klicken Sie auf **Verbinden**. Geben Sie den Sicherheitsschlüssel an, wenn Sie dazu aufgefordert werden.

Anmerkung: Der Sicherheitsschlüssel wird in der Regel vom Netzwerkadministrator verwaltet.

Ein Wi-Fi-Netzwerk aus dem Speicher entfernen

Windows speichert eine Liste mit Wi-Fi-Netzwerken, mit denen Sie sich verbunden haben, zusammen mit den Kennwörtern und anderen Einstellungen. Dadurch wird der Computer automatisch verbunden, wenn er sich im Bereich eines der zuvor verbundenen Netzwerke befindet. Hat sich jedoch das Netzwerkkennwort geändert, müssen Sie das Netzwerk aus dem Speicher entfernen, um ein neues Kennwort eingeben zu können.

Schritt 1. Wählen Sie **Start** → **Einstellungen** → **Netzwerk und Internet** → **Wi-Fi** aus.

Schritt 2. Klicken Sie auf **Bekannte Netzwerke verwalten**.

Schritt 3. Klicken Sie auf den Netzwerknamen und dann auf **Nicht speichern**.

Flugzeugmodus ein- oder ausschalten

Der Flugzeugmodus ist eine praktische Einstellung, mit der die gesamte drahtlose Kommunikation Ihres Computers ein- oder ausgeschaltet werden kann. An Bord eines Flugzeugs müssen Sie diese Funktion möglicherweise einschalten.

Schritt 1. Klicken Sie im Windows-Benachrichtigungsbereich auf das Wartungscentersymbol.

Schritt 2. Klicken Sie auf das Symbol für den **Flugzeugmodus**, um diesen ein- oder auszuschalten.

Anmerkung: Klicken Sie auf **Erweitern**, falls Sie das Flugzeugmodus-Symbol nicht finden können.

Das Novo-Tastenmenü

Das Novo-Tastenmenü kann vor dem Start des Betriebssystems angezeigt werden. Im Menü haben Sie folgende Auswahlmöglichkeiten

- BIOS/UEFI Setup Utility öffnen
- Auswahlmenü des Startgeräts öffnen
- Bildschirm mit den Windows-Startoptionen öffnen

Anmerkung: Vom Bildschirm mit den Windows-Startoptionen haben Sie dann folgende Auswahlmöglichkeiten

Computer von einem Wiederherstellungslaufwerk starten

Ihren Computer auf Originaleinstellung zurücksetzen

Bildschirm mit erweiterten Optionen öffnen

Das Novo-Tastenmenü öffnen

Schritt 1. Schalten Sie den Computer ein oder starten Sie ihn neu.

Schritt 2. Öffnen Sie den LCD-Bildschirm und drücken Sie die Novo-Taste.

Die Fn-Taste und Tastaturkurzbefehle

Die Fn-Taste

Viele Tasten auf einer Lenovo-Tastatur haben eine Doppelfunktion: eine Standardfunktion und eine versteckte Funktion. Die Fn-Taste wird verwendet, um eine Doppelfunktionstaste zu modifizieren und so ihre versteckte Funktion zu aktivieren.

Anmerkung: Die Fn-Taste befindet sich auf einer Lenovo-Tastatur in der linken unteren Ecke.

Tastaturkurzbefehle

Tastaturkurzbefehle sind Doppelfunktionstasten mit einem auf der Taste aufgedruckten Symbol. Die Symbole zeigen die versteckten Funktionen der Tastaturkurzbefehle an. Um die versteckten Funktion zu verwenden, halten Sie die Fn-Taste gedrückt.

Tastaturkurzbefehl	Funktion
	Schaltet den Ton stumm/aktiviert ihn wieder.
– +	Verringert/erhöht die Systemlautstärke.
	Die Mikrofone stummschalten/die Stummschaltung aufheben.
+ –	Erhöht oder verringert die Bildschirmhelligkeit.
	Wechselt das Anzeigegerät.
	Flugzeugmodus ein- oder ausschalten.
	Öffnen Sie Lenovo Vantage, Lenovo PC Manager oder eine App Launch Bar.
	Aktiviert/deaktiviert das Touchpad.

Tastaturkurzbefehl	Funktion
	Zeigt Miniaturansichten aller geöffneten Anwendungen an.
	Öffnen Sie die Windows-Rechner-App.
	Öffnen Sie das Windows Snipping Tool.
▶/II	Medien wiedergeben oder die Wiedergabe pausieren.
■	Wiedergabe der Medien beenden.
⏮	Gehen Sie in der Playlist oder im Ordner zur vorherigen Mediendatei.
⏭	Gehen Sie in der Playlist oder im Ordner zur nächsten Mediendatei.
	Schaltet Tastatur-Hintergrundbeleuchtung ein-/aus oder passt deren Helligkeit an. **Anmerkung:** Dieser Hotkey muss mit der Fn-Taste verwendet werden.

Doppelfunktionstasten ohne aufgedruckte Symbole

Einige Doppelfunktionstasten teilen sich Tasten mit Buchstabentasten und Zifferntasten. Solche Tasten haben kein spezielles aufgedrucktes Symbol. Die folgende Tabelle listet die versteckten Funktionen für diese Tasten auf.

Tastenkombination	Versteckte Funktion
Fn + B	Break
Fn + P	Pause
Fn + S	SysRq
Fn + K	ScrLk
Fn + Q	Leistungsmodi wechseln
Fn + L	LED der Frontabdeckung ein- und ausschalten
Fn + R	Passen Sie die Aktualisierungsrate der Anzeige an
Fn + 4	Den Computer in Energiesparmodus versetzen
Fn + U	LED für den hinteren Anschluss ein- und ausschalten

Der FnLock-Schalter

FnLock ist ein Schalter, der die standardmäßige und die versteckte Funktion von Tastaturkurzbefehlen umkehrt. Der FnLock-Schalter teilt sich die ESC-Taste (in der oberen linken Ecke der Tastatur). Um ihn ein- oder auszuschalten, drücken Sie Fn + ESC. Die folgende Tabelle enthält ein Beispiel dafür, wie der FnLock-Schalter die Standardfunktion der Taste F1 ändert.

FnLock	FnLock-Licht	Standardfunktion der Taste F1
Aus	Aus	Funktion F1 *
Ein	Ein	Schaltet den Ton stumm/aktiviert ihn wieder

* Die Funktion F1 ist anwendungsabhängig. Sie kann keine Funktion haben, wenn die aktive Anwendung keine Definition für die Taste hat.

Kapitel 3. Erkunden Sie Ihren Computer

Energieverwaltung

Nutzen Sie die Informationen in diesem Abschnitt, um das optimale Gleichgewicht zwischen Leistung und Energieeffizienz zu erreichen.

Akkuladezustand überprüfen

Das Symbol für den Akkuladezustand oder befindet sich im Windows-Infobereich. Damit können Sie schnell den Akkuladezustand überprüfen, das aktuelle Energiesparplan anzeigen und die Akkueinstellungen öffnen.

Um zu sehen, wie viel Akkustrom noch verbleibt und um den Strommodus zu ändern, klicken Sie auf das Symbol für den Akkuladezustand. Bei niedrigem Akkuladezustand zeigt der Computer einen Warnhinweis an.

Akku aufladen

Ist die verbleibende Akkuladung gering, laden Sie den Akku wieder auf, indem Sie den Computer an eine Netzsteckdose anschließen.

Der Akku ist nach ca. zwei bis vier Stunden vollständig aufgeladen. Die tatsächliche Aufladezeit ist abhängig von der Akkukapazität und der physischen Umgebung. Es spielt auch eine Rolle, ob Sie den Computer verwenden.

Das Aufladen des Akkus kann auch durch seine Temperatur beeinflusst werden. Die empfohlene Temperatur zum Laden des Akkus liegt zwischen 10 und 35 °C.

Anmerkung:

Sie können die Akkutemperatur in Lenovo Vantage oder Lenovo PC Manager überprüfen.

Um die Lebensdauer des Akkus zu maximieren, muss er nach der vollständigen Aufladung erst auf 94 % oder darunter entladen werden, bevor er wieder aufgeladen werden kann.

Um die Akkulebensdauer zu verlängern, kann der Akku seine volle Ladekapazität abhängig von Ihrer Nutzung optimieren. Wenn der Computer längere Zeit nur eingeschränkt genutzt wird, ist die volle Akkukapazität möglicherweise erst wieder verfügbar, wenn Sie den Akku bis 20 % entladen und anschließend wieder vollständig aufladen. Weitere Informationen finden Sie im Abschnitt „Stromversorgung“ von Lenovo Vantage.

Verhalten des Netzschalters festlegen

Durch das Drücken des Netzschalters wird der Computer standardmäßig in den Energiesparmodus versetzt. Das Verhalten des Netzschalters kann jedoch in der Windows Systemsteuerung geändert werden.

Schritt 1. Klicken Sie mit der rechten Maustaste im Windows-Infobereich auf das Symbol für den Akkuladezustand.

Schritt 2. Wählen Sie **Energieoptionen → Auswählen, was beim Drücken des Netzschalters geschehen soll** aus.

Ein Energiesparplan

Ein Energiesparplan ist eine Reihe von Energiespareinstellungen, die von einem Betriebssystem zur Verfügung gestellt werden. Mit einem Energiesparplan können Sie Leerlaufzeitlimits für verschiedene

© Copyright Lenovo 2021

Hardwarekomponenten einstellen, damit diese in einen Niedrigverbrauchszustand übergehen. Der Standardenergiesparplan und einige seiner Einstellungen für das Leerlaufzeitlimit sind nachstehend für Computermodelle aufgeführt, auf denen Windows 10 vorinstalliert ist.

Die aufgeführten Einstellungen sind aktiv, wenn der Computer an eine Steckdose angeschlossen ist. Wenn Ihr Computer mit einem eingebauten Akkusatz ausgestattet ist, wird eine andere Reihe von Einstellungen für das Leerlaufzeitlimit im Akkustrombetrieb festgelegt.

- Standardenergiesparplan: Ausbalanciert
- Bildschirm ausschalten: nach 10 Minuten
- Den Computer in Energiesparmodus versetzen: nach 30 Minuten

  Anmerkung: Um den Computer aus dem Energiesparmodus zu holen, drücken Sie den Netzschalter oder eine beliebige Taste auf der Tastatur.

Einen Energiesparplan ändern oder anpassen

Dieser Vorgang ist auf Computer mit vorinstalliertem Windows 10 anwendbar.

Schritt 1. Klicken Sie mit der rechten Maustaste im Windows-Infobereich auf das Symbol für den Akkuladezustand.

Schritt 2. Wählen Sie **Energieoptionen** → **Energiesparplaneinstellungen ändern** aus.

Sie können einen anderen Energiesparplan auswählen oder einen Plan anpassen, indem Sie **Energiesparplaneinstellungen ändern** auswählen.

Leistungsmodus einstellen

Ihr Computer kann in verschiedenen Leistungsmodi arbeiten. Die Leistung und der Stromverbrauch des Computers variieren in verschiedenen Leistungsmodi. Drücken Sie **Fn** + **Q**, um durch die verschiedenen Leistungsmodi zu schalten.

Anmerkung: Der Leistungsmodus ist nicht verfügbar, wenn Ihr Computer mit Akkustrom betrieben wird.

Einstellungen im UEFI/BIOS Setup Utility ändern

Dieser Abschnitt beschreibt, was UEFI/BIOS ist und welche Vorgänge Sie in seinem Setup Utility-Programm ausführen können.

Was ist die UEFI/BIOS Setup Utility

UEFI/BIOS ist das erste Programm, das ausgeführt wird, wenn ein Computer gestartet wird. UEFI/BIOS initialisiert die Hardwarekomponenten und lädt das Betriebssystem sowie andere Programme. Ihr Computer verfügt über ein Setup-Programm (Setup Utility), mit dem Sie bestimmte UEFI/BIOS-Einstellungen ändern können.

UEFI/BIOS Setup Utility öffnen

Schritt 1. Schalten Sie den Computer ein oder starten Sie ihn neu.

Schritt 2. Drücken Sie wiederholt die Taste F2.

Schritt 3. Wählen Sie auf dem Begrüßungsbildschirm **More Settings**.

Aktivieren oder deaktivieren Fool Proof Fn Ctrl

Schritt 1. Öffnen Sie das Programm UEFI/BIOS Setup Utility.

Schritt 2. Wählen Sie **Configuration** aus.

Schritt 3. Ändern Sie die Einstellung **Fool Proof Fn Ctrl** in **Enabled** oder **Disabled**.

Schritt 4. Wählen Sie **Exit → Exit Saving Changes** aus.

Bei Aktivierung können die Fn-Taste und die Ctrl-Taste gleichwertig für Tastenkombinationen mit der **Ctrl**-Taste verwendet werden. Sie können z. B. entweder **Ctrl** + **A** oder **Fn** + **A** drücken, um den gesamten Text in einem Textbearbeitungsprogramm auszuwählen.

Always-on aktivieren oder deaktivieren

Bei manchen Lenovo Computern mit Always-on-Anschlüssen kann die Always-on-Funktion im Programm UEFI/BIOS Setup Utility aktiviert oder deaktiviert werden.

Schritt 1. Öffnen Sie das Programm UEFI/BIOS Setup Utility.

Schritt 2. Wählen Sie **Configuration → Always On USB** aus und drücken Sie die Eingabetaste.

Schritt 3. Ändern Sie die Einstellung auf **Disabled** oder **Enabled**.

Schritt 4. Wählen Sie **Exit → Exit Saving Changes** aus.

Kennwörter im UEFI/BIOS Setup Utility festlegen

In diesem Abschnitt werden die Arten von Kennwörtern vorgestellt, die Sie im UEFI (Unified Extensible Firmware Interface) oder BIOS (Basic Input/Output System) Setup Utility festlegen können.

Kennwortarten

Sie können im UEFI/BIOS Setup Utility verschiedene Arten von Kennwörtern festlegen.

Kennworttyp	Voraussetzung	Verwendung
Administratorkennwort	Nein	Muss zum Starten der Setup Utility eingegeben werden.
Benutzerkennwort	Das Administratorkennwort muss gesetzt sein.	Sie können das Benutzerkennwort zum Starten der Setup Utility verwenden.
Master-Festplattenkennwort	Nein	Muss zum Starten des Betriebssystems eingegeben werden.
Benutzer-Festplattenkennwort	Das Master-Festplattenkennwort muss gesetzt sein.	Sie können das Benutzer-Festplattenkennwort zum Starten des Betriebssystems verwenden.

Anmerkungen:

- Alle Kennwörter in der Setup Utility müssen nur aus alphanumerischen Zeichen bestehen.
- Wenn Sie die Setup Utility unter Verwendung des Benutzerkennworts starten, können Sie nur einige Einstellungen ändern.

Administratorkennwort festlegen

Sie legen das Administratorkennwort fest, um den unbefugten Zugriff auf die UEFI/BIOS Setup Utility zu verhindern.

Achtung: Wenn Sie das Administratorkennwort vergessen haben, kann das von Lenovo autorisierte Service-Personal Ihr Kennwort nicht zurücksetzen. In diesem Fall müssen Sie den Computer zu von Lenovo

autorisiertem Service-Personal bringen, um die Systemplatine austauschen zu lassen. Dafür ist der Kaufnachweis erforderlich; außerdem fallen Gebühren für die ausgetauschten Teile und die Serviceleistungen an.

Schritt 1. Öffnen Sie das Programm UEFI/BIOS Setup Utility.

Schritt 2. Wählen Sie die Option **Security → Set Administrator Password** aus, und drücken Sie die Eingabetaste.

Schritt 3. Geben Sie eine Kennwortzeichenfolge ein, die ausschließlich aus Buchstaben und Zahlen besteht, und drücken Sie anschließend die Eingabetaste.

Schritt 4. Geben Sie das Kennwort erneut ein und drücken Sie anschließend die Eingabetaste.

Schritt 5. Wählen Sie **Exit → Exit Saving Changes** aus.

Beim nächsten Computerstart müssen Sie das Administratorkennwort eingeben, um das Programm Setup Utility öffnen zu können. Wenn **Power on Password** aktiviert ist, müssen Sie das Administratorkennwort oder das Benutzerkennwort eingeben, um den Computer starten zu können.

Administratorkennwort ändern oder entfernen

Das Administratorkennwort kann nur vom Administrator geändert oder gelöscht werden.

Schritt 1. Öffnen Sie das Programm UEFI/BIOS Setup Utility unter Verwendung des Administratorkennworts.

Schritt 2. Wählen Sie die Option **Security → Set Administrator Password** aus, und drücken Sie die Eingabetaste.

Schritt 3. Geben Sie das aktuelle Kennwort ein.

Schritt 4. Geben Sie das neue Kennwort im Feld **Enter New Password** ein.

Schritt 5. Geben Sie im Feld **Confirm New Password** das neue Kennwort erneut ein.

Anmerkung: Wenn Sie das Kennwort löschen möchten, drücken Sie in beiden Feldern die Eingabetaste, ohne ein Zeichen einzugeben.

Schritt 6. Wählen Sie **Exit → Exit Saving Changes** aus.

Wenn Sie das Administratorkennwort löschen, wird das Benutzerkennwort ebenfalls gelöscht.

Benutzerkennwort festlegen

Sie müssen zunächst das Administratorkennwort festlegen, bevor Sie ein Benutzerkennwort festlegen können.

Der Administrator des Setup Utility-Programms muss möglicherweise ein Benutzerkennwort für die Verwendung durch andere Personen festlegen.

Schritt 1. Öffnen Sie das Programm UEFI/BIOS Setup Utility unter Verwendung des Administratorkennworts.

Schritt 2. Wählen Sie die Option **Security → Set User Password** aus, und drücken Sie die Eingabetaste.

Schritt 3. Geben Sie eine Kennwortzeichenfolge ein, die ausschließlich aus Buchstaben und Zahlen besteht, und drücken Sie anschließend die Eingabetaste.Das Benutzerkennwort muss sich vom Administratorkennwort unterscheiden.

Schritt 4. Geben Sie das Kennwort erneut ein und drücken Sie anschließend die Eingabetaste.

Schritt 5. Wählen Sie **Exit → Exit Saving Changes** aus.

Startkennwort aktivieren

Wenn Sie ein Administratorkennwort eingerichtet haben, können Sie das Startkennwort aktivieren, um die Sicherheit zu erhöhen.

Schritt 1. Öffnen Sie das Programm UEFI/BIOS Setup Utility.

Schritt 2. Wählen Sie die Option **Security → Power on Password** aus, und drücken Sie die Eingabetaste.

Anmerkung: Das Administratorkennwort muss zuvor festgelegt werden.

Schritt 3. Ändern Sie die Einstellung in **Enabled**.

Schritt 4. Wählen Sie **Exit → Exit Saving Changes** aus.

Wenn ein Startkennwort aktiviert ist, wird nach jedem Einschalten des Computers eine Eingabeaufforderung angezeigt. Sie müssen das Administrator- oder Benutzerkennwort eingeben, um den Computer starten zu können.

Festplattenkennwort festlegen

Mithilfe des Programms Setup Utility können Sie ein Festplattenkennwort definieren, das den unbefugten Zugriff auf Ihre Daten verhindert.

Achtung: Seien Sie äußerst vorsichtig beim Festlegen eines Festplattenkennworts. Wenn Sie das Festplattenkennwort vergessen haben, kann von Lenovo autorisiertes Service-Personal das Kennwort nicht zurücksetzen und keine Daten vom Festplattenlaufwerk wiederherstellen. In diesem Fall müssen Sie den Computer zu von Lenovo autorisiertem Service-Personal bringen, um das Festplattenlaufwerk austauschen zu lassen. Dafür ist der Kaufnachweis erforderlich; außerdem fallen Gebühren für die ausgetauschten Teile und die Serviceleistungen an.

Schritt 1. Öffnen Sie das Programm UEFI/BIOS Setup Utility.

Schritt 2. Wählen Sie die Option **Security → Set Hard Disk Password** aus, und drücken Sie die Eingabetaste.

Anmerkung: Wenn Sie die Setup Utility unter Verwendung des Benutzerkennworts starten, können nicht Sie das Festplattenkennwort nicht festlegen.

Schritt 3. Befolgen Sie die angezeigten Anweisungen, um sowohl das Master- als auch das Benutzerkennwort festzulegen.

Anmerkung: Die Master- und Benutzer-Festplattenkennwörter müssen gleichzeitig festgelegt werden.

Schritt 4. Wählen Sie **Exit → Exit Saving Changes** aus.

Wenn das Festplattenkennwort festgelegt ist, müssen Sie das korrekte Kennwort eingeben, um das Betriebssystem zu starten.

Festplattenkennwort ändern oder löschen

Schritt 1. Öffnen Sie das Programm UEFI/BIOS Setup Utility.

Schritt 2. Wählen Sie **Security** aus.

Schritt 3. Ändern oder löschen Sie das Festplattenkennwort.

Zum Ändern oder Entfernen des Master-Kennworts wählen Sie **Change Master Password** aus, und drücken Sie die Eingabetaste.

Anmerkung: Wenn Sie das Master-Festplattenkennwort löschen, wird das Benutzer-Festplattenkennwort ebenfalls gelöscht.

Zum Ändern des Benutzerkennworts wählen Sie **Change User Password** aus, und drücken Sie die Eingabetaste.

Anmerkung: Das Benutzer-Festplattenkennwort kann nicht separat gelöscht werden.

Schritt 4. Wählen Sie **Exit → Exit Saving Changes** aus.

Windows zurücksetzen oder wiederherstellen

In diesem Abschnitt lernen Sie die Wiederherstellungsoptionen von Windows 10 kennen. Stellen Sie sicher, dass Sie die angezeigten Anweisungen für die Wiederherstellung lesen und befolgen.

Achtung: Beim Wiederherstellungsprozess können die Daten auf Ihrem Computer gelöscht werden. Erstellen Sie eine Sicherungskopie aller Daten, die Sie behalten möchten, um einen Datenverlust zu vermeiden.

Windows 10-Wiederherstellungsoptionen

Windows 10 bietet Ihnen verschiedene Optionen zum Wiederherstellen oder Zurücksetzen Ihres Computers. Mithilfe der folgenden Tabelle können Sie entscheiden, welche Option Sie auswählen sollten, falls Sie Probleme mit Windows haben.

Problem	Option
Nach dem Installieren von Apps, Treibern oder Updates funktioniert Ihr Computer nicht ordnungsgemäß.	Führen Sie eine Wiederherstellung auf einen Systemwiederherstellungspunkt durch.
Ihr Computer funktioniert nicht ordnungsgemäß und Sie kennen die Ursache des Problems nicht.	Setzen Sie Ihren Computer zurück.
Sie möchten Ihren Computer recyceln oder spenden.	Setzen Sie Ihren Computer zurück.
Windows kann nicht ordnungsgemäß gestartet werden.	Verwenden Sie ein Wiederherstellungslaufwerk, um Ihren Computer wiederherzustellen oder zurückzusetzen.

Windows-Systemwiederherstellung

Die Systemwiederherstellung ist ein Tool in Windows 10. Sie überwacht Änderungen, die an Windows-Systemdateien vorgenommen werden und speichert den Systemstatus als Wiederherstellungspunkt. Wenn Ihr Computer nach der Installation von Apps, Treibern oder Updates nicht ordnungsgemäß funktioniert, können Sie Ihr System auf einen vorherigen Wiederherstellungspunkt zurücksetzen.

Anmerkung: Wenn Sie Ihr System auf einen vorherigen Wiederherstellungspunkt zurücksetzen, sind Ihre persönlichen Daten davon nicht betroffen.

Die Systemwiederherstellung erstellt Wiederherstellungspunkte:

- automatisch (wenn sie Änderungen an Windows-Systemdateien erkennt)
- in regelmäßigen Abständen (wenn dies vom Benutzer so eingerichtet ist)
- jederzeit (soweit manuell durch den Benutzer initiiert)

Anmerkung: Damit die Systemwiederherstellung Wiederherstellungspunkte erstellt, muss der Computerschutz für das Systemlaufwerk aktiviert sein.

Systemwiederherstellungspunkt manuell erstellen

Sie können die Windows-Systemwiederherstellung verwenden, um jederzeit einen Wiederherstellungspunkt zu erstellen.

Schritt 1. Geben Sie im Windows 10-Suchfeld **Wiederherstellungspunkt erstellen** ein und wählen Sie dann das zutreffende Ergebnis aus.

Schritt 2. Wählen Sie die Registerkarte **Computerschutz** und anschließend **Erstellen** aus.

Anmerkung: Der Systemschutz muss für das Systemlaufwerk (in der Regel Laufwerk C) aktiviert sein, bevor Sie Wiederherstellungspunkte erstellen können. Wählen Sie ein Laufwerk und anschließend **Konfigurieren** aus, um den Computerschutz zu aktivieren oder zu deaktivieren.

Über einen Systemwiederherstellungspunkt wiederherstellen

Schritt 1. Geben Sie im Windows 10-Suchfeld **Wiederherstellung** ein und wählen Sie das zutreffende Ergebnis aus.

Schritt 2. Wählen Sie die Optionen **Systemwiederherstellung öffnen → Weiter** aus.

Schritt 3. Wählen Sie einen Wiederherstellungspunkt aus und klicken Sie dann auf **Weiter → Fertig stellen**.

Anmerkung: Sie können die Option **Nach betroffenen Programmen suchen** auswählen, um zu prüfen, welche Programm- und Treiberinstallation mit einem bestimmten Wiederherstellungspunkt verbunden ist.

Windows zurücksetzen

Wenn Windows nicht wie gewohnt ausgeführt wird, können Sie es zurücksetzen.

Schritt 1. Öffnen Sie das Startmenü und wählen Sie dann **Einstellungen → Update und Sicherheit → Wiederherstellung** aus.

Schritt 2. Klicken Sie unter **PC auf Originaleinstellungen zurücksetzen** auf **Los geht´s**.

Schritt 3. Wählen Sie entweder **Eigene Dateien beibehalten** oder **Alles entfernen** aus.

Achtung: Sichern Sie Ihre persönlichen Daten, bevor Sie **Alles entfernen** auswählen.

Schritt 4. Befolgen Sie die angezeigten Anweisungen, um das Zurücksetzen abzuschließen.

Ein Wiederherstellungslaufwerk erstellen

Verwenden Sie ein USB-Laufwerk (nicht im Lieferumfang enthalten), um ein Windows-Wiederherstellungslaufwerk zu erstellen. Wenn Windows nicht gestartet wird, können Sie das Wiederherstellungslaufwerk verwenden, um Windows wiederherzustellen oder zurückzusetzen.

Anmerkungen: Die meisten USB-Laufwerke nutzen den Typ-A-Anschluss. Wenn Ihr Computer keinen USB-Typ-A-Anschluss besitzt, gibt es zwei Optionen:

- Erwerben und verwenden Sie ein USB-Laufwerk mit dem Typ-C-Anschluss oder
- Erwerben und verwenden Sie einen USB-Typ-C-auf-USB-Typ-A-Adapter

Schritt 1. Geben Sie im Windows 10-Suchfeld **Wiederherstellungslaufwerk erstellen** ein und wählen Sie das zutreffende Ergebnis aus.

Schritt 2. Stellen Sie sicher, dass **Sichert die Systemdateien auf dem Wiederherstellungslaufwerk** ausgewählt ist. Klicken Sie dann auf **Weiter**.

Schritt 3. Verbinden Sie ein USB-Laufwerk mit Ihrem Computer, wählen Sie es aus und klicken Sie dann auf **Weiter → Erstellen**.

Achtung: Die vorherigen Dateien auf dem Laufwerk werden gelöscht. Sichern Sie die persönlichen Dateien, bevor Sie diese zum Erstellen eines Wiederherstellungslaufwerks verwenden.

Beim Erstellen des Wiederherstellungslaufwerks wird Ihnen möglicherweise die Option **Sie können die Wiederherstellungspartition des PCs auch löschen, um Speicherplatz auf dem Laufwerk freizugeben** angezeigt. Wenn Sie Speicherplatz auf Ihrem Computer freigeben möchten, wählen Sie diesen aus und klicken Sie dann auf **Löschen**. Wählen Sie andernfalls **Fertig stellen** aus.

Ein Wiederherstellungslaufwerk verwenden, um Windows wiederherzustellen oder zurückzusetzen

Wenn Windows nicht gestartet werden kann, können Sie ein (im Voraus erstelltes) Wiederherstellungslaufwerk verwenden, um Windows wiederherzustellen oder zurückzusetzen.

Schritt 1. Schließen Sie das Wiederherstellungslaufwerk an Ihren Computer an, starten Sie Ihren Computer dann neu und legen Sie den Start über das Wiederherstellungslaufwerk fest.

Anmerkung: Für Computer ohne USB-Typ-A-Anschluss müssen Sie einen Adapter (von USB-Typ-C auf USB-Typ-A) erwerben und verwenden, um ein Wiederherstellungslaufwerk verwenden zu können.

Schritt 2. Wählen Sie auf dem Bildschirm **Option auswählen** die Option **Problembehandlung** aus.

Schritt 3. Wählen Sie eine Wiederherstellungsoption aus.

Wählen Sie **Erweiterte Optionen → Systemwiederherstellung** aus, um Ihren Computer gemäß Systemwiederherstellungspunkt wiederherzustellen.

Oder wählen Sie **Von einem Laufwerk wiederherstellen** aus, um Ihren Computer zurückzusetzen.

Anmerkung: Wenn Sie die Option **Sichert die Systemdateien auf dem Wiederherstellungslaufwerk** beim Erstellen des Wiederherstellungslaufwerks nicht ausgewählt haben, ist die Option **Wiederherstellung über ein Laufwerk** nicht verfügbar.

Achtung: Alle persönliche Dateien, die auf Ihrem Computer erstellt wurden, werden nach der Wiederherstellung vom Laufwerk gelöscht.

Kapitel 4. Hilfe und Unterstützung

Häufig gestellte Fragen

Wie öffne ich die Systemsteuerung?	• Öffnen Sie das Startmenü und wählen Sie **Windows-System → Systemsteuerung** aus. • Windows-Suche verwenden.
So schalten Sie den Computer aus	Öffnen Sie das Startmenü und wählen Sie **Ein/Aus → Herunterfahren** aus.
So partitionieren Sie Ihr Speicherlaufwerk?	Weitere Informationen unter https://support.lenovo.com/solutions/ht503851
Das können Sie tun, wenn Ihr Computer nicht mehr reagiert.	Halten Sie den Netzschalter gedrückt, bis der Computer ausgeschaltet ist. Starten Sie nun den Computer neu.
So verhalten Sie sich, wenn Sie Flüssigkeit über den Computer verschüttet haben.	1. Entfernen Sie vorsichtig das Netzteil und schalten Sie den Computer sofort aus. Je schneller Sie die elektrische Spannung des Computers reduzieren, um so geringer sind wahrscheinlich die Schäden, die durch Kurzschlüsse hervorgerufen werden können. **Achtung:** Obwohl Sie Daten oder einen Teil Ihrer Arbeit verlieren können, wenn Sie den Computer sofort ausschalten, sollten Sie berücksichtigen, dass Ihr Computer dauerhaft beschädigt werden kann, wenn das Ausschalten hinausgezögert wird. 2. Warten Sie, bis Sie sicher sind, dass die gesamte Flüssigkeit getrocknet ist, bevor Sie den Computer einschalten. **Vorsicht:** **Versuchen Sie nicht, die Flüssigkeit anlaufen zu lassen, indem Sie den Computer umdrehen. Falls Ihr Computer über Abflussöffnungen in der Tastatur verfügt, läuft die Flüssigkeit durch diese Öffnungen ab.**
Wo kann ich die aktuellsten Einheitentreiber und UEFI/BIOS herunterladen?	• Lenovo Vantage oder Lenovo PC Manager • Lenovo Unterstützungswebsite unter https://support.lenovo.com

Selbsthilfe-Ressourcen

Anhand der folgenden Selbsthilfe-Ressourcen erfahren Sie mehr über den Computer und die Problembehandlung.

© Copyright Lenovo 2021

Ressourcen	So greifen Sie darauf zu?
Mit Lenovo Vantage oder Lenovo PC Manager können Sie folgende Aktionen ausführen: • Die neuesten Versionen von Treibern und Firmware herunterzuladen. • Hardwareeinstellungen konfigurieren • Probleme der Computer-Hardware zu diagnostizieren. • Den Garantiestatus des Computers zu überprüfen.	• Öffnen Sie das Startmenü und wählen Sie **Lenovo Vantage** oder **PC Manager** aus. • Windows-Suche verwenden.
Produktdokumentation: • *Sicherheit und Garantie* • *Einrichtungsanleitung* • Dieses *Benutzerhandbuch* • *Regulatory Notice*	1. Rufen Sie die folgende Adresse auf https://support.lenovo.com. 2. Lassen Sie Ihren Computer erkennen oder wählen Sie das Computermodell manuell. 3. Wählen Sie **Documentation** (Dokumentation) und filtern Sie die gewünschte Dokumentation heraus.
Lenovo Support-Website mit den neuesten Unterstützungsinformationen zu Folgendem: • Treiber und Software • Diagnoselösungen • Produkt- und Servicegarantie • Details zu Produkten und Teilen • Wissensdatenbank und häufig gestellte Fragen	Besuchen Sie https://support.lenovo.com.
Windows-Hilfefunktion	• Öffnen Sie das Startmenü und wählen Sie **Hilfe anfordern** oder **Tipps** aus. • Verwenden Sie die Windows-Suche oder den persönlichen Assistenten Cortana®. • Microsoft Support-Website: https://support.microsoft.com

Was ist eine CRU?

„Durch den Kunden austauschbare Funktionseinheiten“ (CRUs – Customer Replaceable Units) sind Teile, die der Kunde durch eine verbesserte Version ersetzen oder austauschen kann. Ein Computer von Lenovo kann einen der folgenden CRU-Typen enthalten:

Self-Service-CRU	Teile, die auf einfache Weise von Kunden selbst oder gegen eine Gebühr von einem geschulten Kundendiensttechniker installiert oder ersetzt werden können.
Optional-Service-CRU	Teile, die von Kunden mit höherem Kompetenzniveau installiert oder ersetzt werden können. Geschulte Kundendiensttechniker können die Teile ebenso unter dem für die Maschine des Kunden bestimmten Garantietypen installieren oder ersetzen.

Sollten Sie eine CRU installieren wollen, wird Lenovo Ihnen diese zusenden. Sie müssen möglicherweise die fehlerhafte Komponente, die von der CRU ersetzt wird, zurücksenden. Ist eine Rückgabe vorgesehen: (1) sind im Lieferumfang der Ersatz-CRU Anweisungen für die Rückgabe, ein bereits frankierter

Versandaufkleber und ein Versandkarton enthalten; und (2) Ihnen kann die Ersatz-CRU in Rechnung gestellt werden, falls Lenovo die fehlerhafte CRU nicht innerhalb von dreißig (30) Tagen nach Ihrem Erhalt der Ersatz-CRU zurück erhält. Alle Einzelheiten können Sie in der *Begrenzte Herstellergarantie von Lenovo* auf https://www.lenovo.com/warranty/llw_02 nachlesen.

CRUs für Ihr Produktmodell

Die Tabelle unten führt die CRUs und CRU-Typen auf, die für Ihr Produktmodell definiert sind.

Komponente	Self-Service-CRU	Optional-Service-CRU
Netzkabel	X	
Netzteil	X	

Anmerkungen:

- Anweisungen zum Austausch der CRU finden sich in einer oder mehreren der folgenden Veröffentlichungen und sind auf Anfrage jederzeit bei Lenovo erhältlich.

  Das Produkt – *Benutzerhandbuch*

  Die gedruckten Veröffentlichungen, die mit dem Produkt einhergehen
- Der Austausch aller oben nicht aufgeführten Teile, einschließlich des integrierten wiederaufladbaren Akkus, muss durch eine von Lenovo autorisierte Reparaturwerkstatt oder Fachkraft durchgeführt werden. Weitere Informationen finden Sie unter https://support.lenovo.com/partnerlocation.

Lenovo telefonisch kontaktieren

Wenn Sie versucht haben, das Problem selbst zu beheben, und weiterhin Hilfe benötigen, können Sie die Lenovo Kundendienstzentrale anrufen.

Bevor Sie Lenovo kontaktieren

Notieren Sie Produktinformationen und Details zum Problem, bevor Sie sich an Lenovo wenden.

Produktinformationen	Fehlersymptome und weitere Einzelheiten
• Produktname • Computertyp und Seriennummer	• Wie äußert sich der Fehler? Tritt der Fehler fortlaufend oder gelegentlich auf? • Gibt es eine Fehlermeldung oder einen Fehlercode? • Welches Betriebssystem verwenden Sie? Welche Version? • Welche Anwendungen wurden ausgeführt, als der Fehler auftrat? • Kann der Fehler reproduziert werden? Falls ja, wie?

Anmerkung: In der Regel befinden sich Produktname und Seriennummer an der Unterseite des Computers, auf ein Etikett gedruckt oder auf die Abdeckung graviert.

Lenovo Kundendienstzentrale

Während des Garantiezeitraums können Sie die Lenovo Kundendienstzentrale anrufen, um Hilfe zu erhalten.

Telefonnummern

Eine Liste der Telefonnummern für den Lenovo Support für Ihr Land oder Ihre Region finden Sie unter der Adresse https://pcsupport.lenovo.com/supportphonelist.

Anmerkung: Telefonnummern können jederzeit ohne Vorankündigung geändert werden. Wenn die Nummer für Ihr Land oder Ihre Region nicht angegeben ist, wenden Sie sich an Ihren Lenovo Reseller oder Lenovo Vertriebsbeauftragten.

Verfügbare Services im Garantiezeitraum

- Fehlerbehebung: Mithilfe von erfahrenen Mitarbeitern können Sie feststellen, ob ein Hardwarefehler aufgetreten ist und welche Maßnahme zum Beheben des Fehlers durchgeführt werden muss.
- Lenovo Hardwarereparatur: Wenn festgestellt wurde, dass der Fehler durch die Garantiebestimmungen für Lenovo Hardwareprodukte abgedeckt ist, stehen Ihnen erfahrene Kundendienstmitarbeiter für die entsprechende Serviceleistung zur Verfügung.
- Verwaltung technischer Änderungen: In einigen Fällen müssen auch nach dem Verkauf eines Produkts Änderungen vorgenommen werden. Gewisse technische Änderungen (ECs, Engineering Changes), die sich auf die von Ihnen verwendeten Hardwarekomponenten beziehen, werden von Lenovo oder dem zuständigen Reseller (sofern dieser von Lenovo autorisiert ist) durchgeführt.

Nicht enthaltene Services

- Austauschen oder Verwenden von Komponenten, die nicht für oder von Lenovo hergestellt wurden, oder von Komponenten, die nicht der Garantie unterliegen
- Erkennung von Softwarefehlern
- Konfiguration des UEFI/BIOS als Teil einer Installation oder eines Upgrades
- Änderungen oder Upgrades an Einheitentreibern
- Installation und Wartung von Netzbetriebssystemen (NOS)
- Installation und Wartung von Programmen

Die Bestimmungen der begrenzten Herstellergarantie von Lenovo, die für Ihr Lenovo-Hardwareprodukt gelten, finden Sie in „Informationen zur Garantie“ in der Broschüre *Sicherheit und Garantie*, die mit Ihrem Computer geliefert wird.

Zusätzliche Serviceleistungen anfordern

Während und nach der Garantielaufzeit können Sie zusätzliche Services von Lenovo unter https://pcsupport.lenovo.com/warrantyupgrade erwerben.

Die Verfügbarkeit einer bestimmten Serviceleistung sowie deren Bezeichnung kann je nach Land oder Region variieren.

Anhang A. Informationen zu Barrierefreiheit und Ergonomie

Dieses Kapitel enthält Informationen zur barrierefreien und ergonomischen Nutzung Ihres Computers.

Informationen zu Eingabehilfen

Lenovo ist bemüht, Benutzern mit Hör-, Seh- oder Bewegungseinschränkungen den Zugang zu Informationen und den Umgang mit Technologien zu erleichtern. Dieser Abschnitt enthält Informationen darüber, wie diese Benutzer den Computer einfacher verwenden können. Sie können die aktuellen Informationen zur Barrierefreiheit auch von der folgenden Website herunterladen:

https://www.lenovo.com/accessibility

Tastenkombinationen

Die folgende Liste enthält die Tastenkombinationen, die bei einer einfacheren Benutzung des Computers helfen können.

Anmerkung: Je nach Tastatur stehen möglicherweise nicht alle der folgenden Tastenkombinationen zur Verfügung.

- **Windows-Logo-Taste+U**: Center für erleichterte Bedienung öffnen
- **Rechte Umschalttaste für acht Sekunden**: Filtertasten aktivieren oder deaktivieren
- **Fünfmal Umschalttaste**: Einfingertasten aktivieren oder deaktivieren
- **Num Lock-Taste für fünf Sekunden**: Vorzeichenwechseltaste aktivieren oder deaktivieren
- **Alt links+Umschalt links+Num Lock**: Maustasten aktivieren oder deaktivieren
- **Alt links+Umschalt links+PrtScn (oder PrtSc)**: Hohen Kontrast aktivieren oder deaktivieren

Weitere Informationen finden Sie unter https://windows.microsoft.com/, indem Sie nach einem der folgenden Schlüsselwörter suchen: `keyboard shortcuts`, `key combinations`, `shortcut keys`.

Center für erleichterte Bedienung

Mit dem Center für erleichterte Bedienung im Windows-Betriebssystem können Sie die Computerkonfiguration an Ihre individuellen Bedürfnisse anpassen.

So greifen Sie auf das Center für erleichterte Bedienung zu:

1. Rufen Sie die Systemsteuerung auf und wählen Sie die Anzeige nach Kategorie.
2. Klicken Sie auf **Erleichterte Bedienung → Center für erleichterte Bedienung**.
3. Wählen Sie das entsprechende Tool aus, indem Sie die angezeigten Anweisungen befolgen.

Hauptsächlich umfasst das Center für erleichterte Bedienung die folgenden Tools:

- Funktion „Vergrößern“

  Die Bildschirmlupe vergrößert den gesamten Bildschirm oder einzelne Bereiche des Bildschirms, sodass die Elemente besser erkannt werden.
- Sprachausgabe

  Über die Sprachausgabe wird ein Text auf dem Bildschirm vorgelesen und Ereignisse wie Fehlernachrichten beschrieben.
- Bildschirmtastatur

© Copyright Lenovo 2021

Wenn Sie Eingaben lieber mit der Maus, einem Joystick oder einer anderen Zeigereinheit vornehmen möchten, können Sie anstelle einer klassischen Tastatur die Bildschirmtastatur verwenden. Bei der Bildschirmtastatur sehen Sie eine Standardtastatur auf dem Bildschirm. Sie können Tasten mithilfe der Maus oder einer anderen Zeigereinheit auswählen oder, wenn Ihr Computer über einen Multitouchscreen verfügt, auf die Tasten tippen.

- Hoher Kontrast

  Mit der Funktion des hohen Kontrasts wird der Farbkontrast einiger Texte und Bilder auf dem Bildschirm erhöht. Daher sind diese Elemente deutlicher und leichter zu erkennen.

- Personalisierte Tastatur

  Passen Sie die Tastatureinstellungen an, um die Bedienung der Tastatur zu erleichtern. Beispielsweise können Sie mit der Tastatur den Zeiger steuern und die Bedienung der Tastatur bei bestimmten Tastenkombinationen vereinfachen.

- Personalisierte Maus

  Passen Sie die Mauseinstellungen an, um die Bedienung der Maus zu erleichtern. Beispielsweise können Sie die Zeigerdarstellung ändern und die Bedienung der Maus zur Verwaltung der Fenster vereinfachen.

Spracherkennung

Spracherkennung ermöglicht die Computersteuerung mithilfe von Sprache.

Sie können die Tastatur und die Maus mit Sprachbefehlen steuern. Mit Sprache können Programme gestartet, Menüs geöffnet, auf Objekte auf dem Bildschirm geklickt, Texte in Dokumente diktiert, E-Mails geschrieben und gesendet werden.

So verwenden Sie die Spracherkennung:

1. Rufen Sie die Systemsteuerung auf und wählen Sie die Anzeige nach Kategorie.
2. Klicken Sie auf **Erleichterte Bedienung → Spracherkennung**.
3. Befolgen Sie die angezeigten Anweisungen.

Sprachausgabeprogramme

Sprachausgabeprogramme werden besonders für Softwareprogrammschnittstellen, Hilfefunktionen und verschiedene Onlinedokumente eingesetzt. Weitere Informationen zu Sprachausgabeprogrammen finden Sie in folgenden Abschnitten:

- Nutzung von PDF-Dateien mit Sprachausgabeprogrammen:

  https://www.adobe.com/accessibility.html?promoid=DJGVE

- Nutzung der JAWS-Sprachausgabe:

  https://www.freedomscientific.com/Products/Blindness/JAWS

- Nutzung der NVDA-Sprachausgabe:

  https://www.nvaccess.org/

Bildschirmauflösung

Sie können die Texte und Bilder auf dem Bildschirm lesbarer darstellen, indem Sie die Bildschirmauflösung des Computers anpassen.

So passen Sie die Bildschirmauflösung an:

1. Klicken Sie mit der rechten Maustaste in einen leeren Bereich auf dem Desktop und klicken Sie dann auf **Anzeigeeinstellungen → Anzeige**.
2. Befolgen Sie die angezeigten Anweisungen.

Anmerkung: Eine zu geringe Auflösung kann dazu führen, dass einige Elemente nicht auf den Bildschirm passen.

Vom Benutzer anpassbare Elementgröße

Sie können die Elemente auf dem Bildschirm lesbarer darstellen, indem Sie die Elementgröße ändern.

- Zur vorübergehenden Änderung der Elementgröße können Sie die Bildschirmlupe im Center für erleichterte Bedienung verwenden.
- So ändern Sie die Größe der Elemente dauerhaft:
  - Ändern Sie die Größe aller Elemente auf dem Bildschirm.
    1. Klicken Sie mit der rechten Maustaste in einen leeren Bereich auf dem Desktop und klicken Sie dann auf **Anzeigeeinstellungen → Anzeige**.
    2. Ändern Sie anhand der angezeigten Anweisungen die Elementgröße. Bei einigen Anwendungen wird die Konfiguration möglicherweise erst übernommen, wenn Sie sich ab- und wieder anmelden.
  - Ändern Sie die Größe der Elemente auf einer Webseite.

    Halten Sie die Strg-Taste gedrückt und drücken Sie zum Vergrößern des Texts die Taste mit dem Pluszeichen (+) und zum Verkleinern des Texts die Taste mit dem Minuszeichen (–).
  - Ändern Sie die Größe der Elemente auf dem Desktop oder in einem Fenster.

    Anmerkung: Diese Funktion funktioniert möglicherweise nicht bei allen Fenstern.

    Wenn die Maus über ein Mausrad verfügt, halten Sie die Strg-Taste gedrückt und drehen Sie das Rad, um die Elementgröße zu ändern.

Anschlüsse nach Industriestandard

Der Computer ist mit Anschlüssen ausgestattet, die dem Industriestandard entsprechen und den Anschluss von Hilfseinheiten erlauben.

Dokumentation in den zugänglichen Formaten

Lenovo stellt seine Dokumentation in elektronischer und leicht zugänglicher Form zur Verfügung, z. B. mit den korrekten Tags versehene PDF-Dateien oder Dateien im HTML-Format (Hypertext Markup Language). Lenovo stellt seine Dokumentation in elektronischer Form zur Verfügung, um sehbehinderten Benutzern das Lesen der Dokumentation mithilfe eines Screenreaders zu ermöglichen. Jedes Bild in einer Dokumentation beinhaltet auch den adäquaten alternativen Text, der das Bild erläutert, damit sehbehinderte Benutzer das Bild auch bei Verwendung des Screenreaders erfassen können.

Hinweise zur Ergonomie

Die Einhaltung von ergonomischen Regeln ist wichtig, um den Computer optimal nutzen zu können und Unannehmlichkeiten zu vermeiden. Richten Sie Ihren Arbeitsplatz und Ihre Geräte so ein, dass sie Ihrem individuellen Bedarf und Ihrer Arbeit entsprechen. Auch die richtige Körperhaltung bei der Arbeit am Computer sowie gelegentliche kurze Pausen tragen zur Optimierung von Leistung und Bequemlichkeit bei.

Das Arbeiten in einem virtuellen Büro kann bedeuten, dass Sie sich häufig auf Änderungen Ihrer Arbeitsumgebung einstellen müssen. Durch Anpassen der Umgebungsbeleuchtung, aktives Sitzen und die richtige Positionierung der Computerhardware kann Ihre Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden verbessert werden.

Das folgende Beispiel stellt eine Person an einem typischen Arbeitsplatz dar. Auch wenn Ihr persönlicher Arbeitsplatz von dem hier dargestellten abweicht, könnten einige der folgenden Ratschläge nützlich für Sie sein. Haben Sie sich erst an die richtigen Verhaltensweisen gewöhnt, können Sie in Zukunft sicher davon profitieren.

Allgemeine Sitzhaltung: Wenn Sie während des Arbeitens Ihre Sitzhaltung gelegentlich geringfügig ändern, können Sie körperlichen Beschwerden vorbeugen, die durch langes Arbeiten in derselben Position auftreten. Regelmäßige kurze Pausen während der Arbeit sind ebenfalls hilfreich.

Bildschirm: Halten Sie zum Bildschirm einen Abstand von ca. 510 bis 760 mm ein. Stellen Sie den Computer so auf, dass die Deckenbeleuchtung oder externe Lichtquellen nicht vom Bildschirm reflektiert werden und Sie blenden. Halten Sie den Bildschirm sauber, und stellen Sie die Helligkeit so ein, dass Sie die Anzeigen klar und deutlich sehen können. Drücken Sie die Tasten für die Helligkeitssteuerung, um die Bildschirmhelligkeit anzupassen.

Kopfhaltung: Achten Sie auf eine bequeme und aufrechte Kopfhaltung.

Stuhl: Benutzen Sie einen Stuhl mit einer guten Rückenlehne und einstellbarer Sitzhöhe. Stellen Sie den Stuhl Ihrer Sitzhaltung entsprechend ein.

Arm- und Handposition: Stützen Sie die Arme nach Möglichkeit auf den Armstützen des Stuhls oder auf der Arbeitsoberfläche auf. Halten Sie Ihre Unterarme, Handgelenke und Hände entspannt und in einer horizontalen Position. Achten Sie auf einen leichten Tastenanschlag.

Beinposition: Ihre Oberschenkel sollten sich parallel zum Boden befinden. Stellen Sie Ihre Füße flach auf den Boden oder auf eine Fußstütze.

Verhalten auf Reisen

Es wird Ihnen vielleicht nicht immer möglich sein, die genannten Ergonomieregeln zu befolgen, besonders wenn Sie unterwegs sind oder sich an ungewöhnlichen Arbeitsplätzen befinden. Versuchen Sie dennoch, möglichst viele der genannten Hinweise zu beachten. Die richtige Sitzhaltung und eine angemessene Beleuchtung sind beispielsweise Faktoren, die erheblich zu einem komfortableren Arbeiten und einer entsprechenden Leistungsfähigkeit beitragen. Insbesondere wenn Sie nicht in einem Büro arbeiten, sollten Sie auf aktives Sitzen und Arbeitspausen achten. Es sind viele Lösungen erhältlich, mit denen Sie Ihren Computer Ihren Anforderungen entsprechend verändern und erweitern können. Auf der Website https://www.lenovo.com/accessories können Sie einige dieser Optionen ansehen. Lesen Sie die Informationen zu Zusatzeinrichtungen, z. B. Andocklösungen und externen Produkten, durch die Sie die Funktionalität des Computers erweitern können.

Augenschonender Bildschirm

LCD-Bildschirme von Notebook-Computern erfüllen die höchsten Qualitätsstandards. Diese Bildschirme bieten Ihnen eine gut erkennbare, helle und scharfe Anzeige, die Ihre Augen schont. Durch langes und konzentriertes Arbeiten sind gewisse Ermüdungserscheinungen dennoch nicht auszuschließen. Bei Augenschmerzen oder Sehbeschwerden sollten Sie sich an einen Optiker oder Augenarzt wenden.

Nachtmodus einschalten

Der Nachtmodus ist ein Schalter in Windows, den Sie ein- und ausschalten können. Wenn er eingeschaltet ist, gibt Ihr Bildschirm wärmere Farben aus und der ausgesendete Anteil an blauem Licht wird reduziert. Die Aktivierung des Nachtmodus verringert eine mögliche Ermüdung oder Belastung der Augen.

Schritt 1. Klicken Sie auf das Hinweissymbol im Windows-Infobereich.

Schritt 2. Klicken Sie auf das Symbol **Nachtmodus**, um diesen ein- oder auszuschalten.

> **Anmerkung:** Klicken Sie auf **Erweitern**, wenn das Symbol für den Nachtmodus nicht angezeigt wird.

Weitere Hinweise dazu, wie Sie die Ermüdung oder Belastung Ihrer Augen verringern können, finden Sie auf https://www.lenovo.com/us/en/compliance/visual-fatigue.

Farbtemperatur einstellen

Wenn der Nachtmodus von Windows 10 eingeschaltet ist, können Sie die Farbtemperatur des Bildschirms anpassen.

Schritt 1. Wählen Sie **Start → Einstellungen**.

Schritt 2. Wählen Sie **System → Anzeige → Einstellungen für den Nachtmodus**.

Schritt 3. Bewegen Sie den Schieberegler, um die Farbtemperatur einzustellen.

Anmerkung: Ausgewählte Lenovo-Computer sind Blaulicht-zertifiziert. Diese Computer werden mit eingeschaltetem Nachtmodus und einer auf den Standardwert von 48 eingestellten Farbtemperatur getestet.

Vermeiden Sie dauerhaften Körperkontakt mit bestimmten heißen Bereichen

Vorsicht:
Wenn der Computer in Betrieb ist, sollte er auf einer harten und ebenen Oberfläche stehen und sein unterer Bereich nicht mit der nackten Haut des Benutzers in Berührung kommen. Unter normalen Betriebsbedingungen bleibt die Temperatur der Unterseite innerhalb eines akzeptablen Bereichs, wie in *IEC 62368-1* definiert. Solche Temperaturen können einem Benutzer jedoch immer noch Unbehagen bereiten oder Schaden zufügen, wenn die Unterseite länger als 10 Sekunden lang am Stück berührt wird. Es wird daher empfohlen, dass Benutzer einen längeren direkten Kontakt mit der Unterseite des Computers vermeiden.

Anhang B. Informationen zur Konformität

Weitere Informationen finden Sie *Regulatory Notice* unter https://pcsupport.lenovo.com und *Allgemeinen Hinweise zu Sicherheit und Kompatibilität* unter https://pcsupport.lenovo.com/docs/generic_notices.

FCC-Konformitätserklärung des Lieferanten (Federal Communications Commission)

Die folgenden Informationen beziehen sich auf die unten aufgeführten Lenovo-Produktmodelle.

Modellname	Computertyp (MT)
Legion 5 15IMH6	82NL
Lenovo Legion 5 15IMH6	82NL

This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses, and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult an authorized dealer or service representative for help.

Lenovo is not responsible for any radio or television interference caused by using cables and connectors other than those recommended by Lenovo or by unauthorized changes or modifications to this equipment. Unauthorized changes or modifications could void the user's authority to operate the equipment.

This device complies with Part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions: (1) this device may not cause harmful interference, and (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

Responsible Party:
Lenovo (United States) Incorporated
7001 Development Drive
Morrisville, NC 27560
Email: FCC@lenovo.com

Wo Sie die FCC-ID und das IC-ID-Etikett finden

Wenn Sie Ihren Computer in den Vereinigten Staaten oder Kanada erworben haben und der Computer über werkseitig vorinstallierte Drahtlosmodule verfügt, finden Sie die Informationen zur FCC-ID und dem IC-ID-Etikett für die Drahtlosmodule auf der untere Abdeckung des Computers aufgedruckt. Der Text kann

entweder mit einem Laser auf die untere Abdeckung graviert worden sein oder sich auf einem physischen Aufkleber befinden, der sich auf der Abdeckung befindet. Um die FCC-ID und das IC-ID-Etikett für werkseitig vorinstallierte Drahtlosmodule zu erhalten, suchen Sie auf der unteren Abdeckung nach Zeichenfolgen direkt nach „FCC ID“ oder „IC ID“.

Konformitätserklärungen zur Funkfrequenz in Korea

무선설비 전파 혼신 **(**사용주파수 **2400~2483.5 , 5725~5825** 무선제품해당**)**

해당 무선설비가 전파혼신 가능성이 있으므로 인명안전과 관련된 서비스는 할 수 없음

SAR 정보

본 장치는 전파 노출에 대한 가이드라인을 충족합니다.

본 장치는 무선 송수신기 입니다. 본 장치는 국제 가이드라인으로 권장되는 전파 노출에 대한 제한을 초과하지 않도록 설계되었습니다. 장치 액세서리 및 최신 부품을 사용할 경우 SAR 값이 달라질 수 있 습니다. SAR 값은 국가 보고 및 테스트 요구 사항과 네트워크 대역에 따라 다를 수 있습니다. 본 장치 는 사람의 신체에서 10mm 이상의 거리에서 사용할 수 있습니다.

Anhang C. Hinweise und Marken

Hinweise

Möglicherweise bietet Lenovo die in dieser Dokumentation beschriebenen Produkte, Services oder Funktionen in anderen Ländern nicht an. Informationen über die gegenwärtig im jeweiligen Land verfügbaren Produkte und Services sind beim Lenovo Ansprechpartner erhältlich. Hinweise auf Lenovo Lizenzprogramme oder andere Lenovo Produkte bedeuten nicht, dass nur Programme, Produkte oder Services von Lenovo verwendet werden können. Anstelle der Lenovo Produkte, Programme oder Services können auch andere ihnen äquivalente Produkte, Programme oder Services verwendet werden, solange diese keine gewerblichen oder anderen Schutzrechte von Lenovo verletzen. Die Verantwortung für den Betrieb der Produkte, Programme oder Services in Verbindung mit Fremdprodukten und Fremdservices liegt beim Kunden, soweit solche Verbindungen nicht ausdrücklich von Lenovo bestätigt sind.

Für in diesem Handbuch beschriebene Erzeugnisse und Verfahren kann es Lenovo Patente oder Patentanmeldungen geben. Mit der Auslieferung dieser Dokumentation ist keine Lizenzierung dieser Patente verbunden. Lizenzanfragen sind schriftlich an folgende Adresse zu richten (Anfragen an diese Adresse müssen auf Englisch formuliert werden):
Lenovo (United States), Inc.
8001 Development Drive
Morrisville, NC 27560
U.S.A.
Attention: Lenovo Director of Licensing

LENOVO STELLT DIESE VERÖFFENTLICHUNG IN DER VORLIEGENDEN FORM (AUF „AS-IS“-BASIS) ZUR VERFÜGUNG UND ÜBERNIMMT KEINE GARANTIE FÜR DIE HANDELSÜBLICHKEIT, DIE VERWENDUNGSFÄHIGKEIT FÜR EINEN BESTIMMTEN ZWECK UND DIE FREIHEIT DER RECHTE DRITTER. Einige Rechtsordnungen erlauben keine Garantieausschlüsse bei bestimmten Transaktionen, so dass dieser Hinweis möglicherweise nicht zutreffend ist.

Die Angaben in diesem Handbuch werden in regelmäßigen Zeitabständen aktualisiert. Die Änderungen werden in Überarbeitungen oder in Technical News Letters (TNLs) bekannt gegeben. Um einen besseren Service zu ermöglichen, behält sich Lenovo das Recht vor, die in den Handbüchern zu Ihrem Computer beschriebenen Produkte und Softwareprogramme sowie den Inhalt des Benutzerhandbuchs jederzeit ohne zusätzlichen Hinweis zu verbessern und/oder zu ändern.

Die in den Handbüchern zu Ihrem Computer beschriebene Benutzeroberfläche und Funktion der Software sowie die Hardwarekonfiguration entsprechen möglicherweise nicht genau der tatsächlichen Konfiguration des von Ihnen erworbenen Computers. Sehen Sie sich bezüglich der Konfiguration des Produkts den entsprechenden Vertrag (falls vorhanden) oder den Lieferschein des Produkts an oder wenden Sie sich an den zuständigen Händler. Werden an Lenovo Informationen eingesandt, können diese beliebig verwendet werden, ohne dass eine Verpflichtung gegenüber dem Einsender entsteht.

Die in diesem Dokument beschriebenen Produkte sind nicht zur Verwendung bei Implantationen oder anderen lebenserhaltenden Anwendungen, bei denen ein Nichtfunktionieren zu Verletzungen oder zum Tod führen könnte, vorgesehen. Die Informationen in diesem Dokument beeinflussen oder ändern nicht die Lenovo Produktspezifikationen oder Garantien. Keine Passagen in dieser Dokumentation stellen eine ausdrückliche oder stillschweigende Lizenz oder Anspruchsgrundlage bezüglich der gewerblichen Schutzrechte von Lenovo oder von anderen Firmen dar. Alle Informationen in dieser Dokumentation beziehen sich auf eine bestimmte Betriebsumgebung und dienen zur Veranschaulichung. In anderen Betriebsumgebungen werden möglicherweise andere Ergebnisse erzielt.

© Copyright Lenovo 2021

Werden an Lenovo Informationen eingesandt, können diese beliebig verwendet werden, ohne dass eine Verpflichtung gegenüber dem Einsender entsteht.

Verweise in dieser Veröffentlichung auf Websites anderer Anbieter dienen lediglich als Benutzerinformationen und stellen keinerlei Billigung des Inhalts dieser Websites dar. Das über diese Websites verfügbare Material ist nicht Bestandteil des Materials für dieses Lenovo Produkt. Die Verwendung dieser Websites geschieht auf eigene Verantwortung.

Alle in diesem Dokument enthaltenen Leistungsdaten stammen aus einer gesteuerten Umgebung. Die Ergebnisse, die in anderen Betriebsumgebungen erzielt werden, können daher erheblich von den hier erzielten Ergebnissen abweichen. Einige Daten stammen möglicherweise von Systemen, deren Entwicklung noch nicht abgeschlossen ist. Eine Garantie, dass diese Daten auch in allgemein verfügbaren Systemen erzielt werden, kann nicht gegeben werden. Darüber hinaus wurden einige Daten unter Umständen durch Extrapolation berechnet. Die tatsächlichen Ergebnisse können abweichen. Benutzer dieses Dokuments sollten die entsprechenden Daten in ihrer spezifischen Umgebung prüfen.

Dieses Dokument unterliegt dem Urheberrecht von Lenovo und wird von keiner Open Source-Lizenz abgedeckt. Dazu zählen auch jegliche Linux-Vereinbarungen, die möglicherweise für die im Lieferumfang dieses Produkts enthaltene Software gelten. Lenovo kann dieses Dokument jederzeit ohne Vorankündigung aktualisieren.

Um die neuesten Informationen zu erhalten, Fragen zu stellen oder Kommentare abzugeben, besuchen Sie die Lenovo Website:

https://support.lenovo.com

Marken

Lenovo, das Lenovo-Logo und Lenovo Legion sind Marken von Lenovo. Microsoft, Windows, OneDrive, Outlook, Skype, Office 365 und Cortana sind Marken der Microsoft-Unternehmensgruppe. DisplayPort ist eine Marke der Video Electronics Standards Association. Die Begriffe HDMI und HDMI High-Definition Multimedia Interface sowie das HDMI-Logo sind Marken oder eingetragene Marken von HDMI Licensing Administrator, Inc. in den Vereinigten Staaten und anderen Ländern. Wi-Fi ist ein eingetragenes Marken von Wi-Fi Alliance. USB-C ist eine Marke des USB Implementers Forum. Alle anderen Marken sind Eigentum der jeweiligen Inhaber.