Gratis-Text-Tools für den Start



Ein gutes (gratis) Allround-KI-Tool kombiniert mehrere Fähigkeiten: ein leistungsstarkes Sprachmodell, eventuell Bildgenerierung, Webzugriff und das Erstellen von Dokumenten.

Wichtig: Bei der Nutzung dieser Tools gibt es keine Auftragsverarbeitung und damit keinen Datenschutz. Gib deshalb keine personenbezogenen Daten ein und nur Inhalte, die auch öffentlich werden dürften.

Die Alltagshelfer: zuverlässige Allrounder

TOOL	STÄRKEN	NUTZUNGSHINWEISE
ChatGPT chatgpt.com	• vielseitig für Texte und Konzepte • gute Bildgenerierung • sehr gute Sprachsteuerung	**Achtung:** Nur die offizielle Seite nutzen.
Mistral Le Chat chat.mistral.ai	• europäisch und Open Weight • günstiger • Bildtool „Flux“	Inhaltlich etwas schwächer als die Konkurrenz, wird aber kontinuierlich besser.
Gemini gemini.google.com	• großes Kontextfenster • Integration in Google Workspace	Schneidet in Tests immer besser ab, hat mich im Alltag noch nicht überzeugt.
Claude claude.ai	• beste Texte, setzt Vorgaben genau um • sachlicherer Stil	Keine Bildgenerierung.
Perplexity perplexity.ai	• Spezialist für webbasierte Recherche	Halluziniert seltener, aber es kommt vor.

Anonym, gratis oder bezahlen?

OHNE KONTO

Wenn du ChatGPT oder Mistral nutzt, ohne dich einzuloggen, bist du **nicht anonym**. Deine Daten werden gespeichert und ggf. zu Trainingszwecken genutzt.

GRATIS-KONTO

Mehr Kontrolle und mehr Funktionen hast du mit einem kostenlosen Konto. Schalte die Nutzung zu Trainingszwecken ab.

INDIVIDUELLER BEZAHL-ACCOUNT (Z. B. CHATGPT PLUS)

Ein individueller Bezahl-Account bringt dir **keinen** höheren Datenschutz, aber mehr Funktionen, zum Beispiel für Assistenzen oder Agenten, mehr Bilder und Dokumente und stärkere Modelle.

TEAMS-/BUSINESS-LIZENZ

Ab hier gibt es eine Auftragsverarbeitung, die eine erste Grundlage für die erlaubte Verarbeitung personenbezogener Daten sein kann. Meist musst du mindestens 2 Lizenzen kaufen.

Autorin: Julia Junge · Stand: 13. Oktober 2026 · keine Gewähr

Ein bisschen mehr Datenschutz?

Du willst ohne Registrierung datensparsam arbeiten? Teste duck.ai oder lumo.proton.me. Beide sichern zu, dass deine Daten nicht dauerhaft auf Servern gespeichert oder zum Training genutzt werden. Dafür sind Modelle und Funktionen schwächer. Duck.ai nutzt US-amerikanische Modelle. Ohne Bezahlung gibt es bei beiden auch hier keine Auftragsverarbeitung.

Mehr Datenschutz gegen Bezahlung

Zahlreiche Anbieter nutzen die großen KI-Modelle (ChatGPT, Claude, Mistral etc.), speichern deine Nutzungsdaten aber sicher und verwenden sie nicht zum Training. Sie bieten eine Auftragsverarbeitung und oft Hosting auf europäischen oder deutschen Servern. Dazu kommen Team-Funktionen wie teilbare Prompt-Bibliotheken und Assistenzen. Anbieter sind zum Beispiel Langdock, Nele oder Fobizz.

> Übersicht der Anbieter (https://www.juliajunge.de/go/reseller)

Für hohen Datenschutz, besonders bei Gesundheitsdaten oder Daten Minderjähriger, brauchst du selbst gehostete Modelle oder US-unabhängige Cloud-Lösungen wie sozial-ki.de.

Kläre immer mit deiner*deinem Datenschutzbeauftragten, welches Datenschutz-Niveau bei euch wofür nötig ist.

Autorin: Julia Junge · Stand: 13. Oktober 2026 · keine Gewähr