

## Vorbereiden en maken van een systeem back-up V2.8

Voor het onderhouden van een computer en het maken van back-up's is de gebruiker verantwoordelijk. Gebruik het best de aangegeven volgorde.

1. Free Internet Window Washer
2. Opschonen diverse (systeem) mappen
3. Power Defragmenter
4. Backup maken
5. Enkele tips

Start met het uitvoeren van punt 1. Voer deze uit voor alle aanwezige accounts. Voer daarna de punten 2 en 3 uit. Meer informatie is te vinden in het Opschonen (pdf) document.

### 2A. Verwijderen van Windows Update bestanden:

► **Verwijder alléén de installatie-bestanden van Windows Updates als het systeem goed werkt.** Deze nemen snel heel veel ruimte in. Zorg dat men een account gebruikt met beheerder faciliteiten en dat in Windows Vista / 7 (eventueel tijdelijk) de UAC is aangepast \* (User Account Control). Zorg dat àlle bestanden en mappen (tijdelijk) zichtbaar zijn (Verkenner Extra menu, Map opties, Weergave: "Verborgene mappen en bestanden weergeven" aanvinken).

Start de Windows Verkenner en ga naar de Windows installatie map. In Windows XP en 2000: Indien aanwezig, de mappen en bestanden waarvan de naam begint met een \$ teken en de map \$hf\_mig\$ selecteren en met Shift+Delete verwijderen. Verwijder daar ook de bestanden die beginnen met KB\*.log. Voor alle Windows: Ga naar de map Windows \ Software Distribution \ Download en selecteer daar alle bestanden en mappen en verwijder die ook met Shift+Delete. Ook de inhoud van de eventueel aanwezige map Windows \ IE8updates (of IE7 of IE9) kan men wissen. Daarna kan men eventueel de hierboven beschreven map opties weer terugzetten in de toestand zoals men dat wenst of had.

## 2B. Verwijderen systeemherstel bestanden (Windows XP / Vista / 7):

► **Doe dit alleen wanneer het systeem probleemloos werkt!** Ga naar de (Mijn) Computer icoon op het bureaublad of startmenu en rechtsmuisklik op de eigenschappen. Selecteer het tabblad Systeemherstel. Vink in XP "Systeemherstel op alle stations uitschakelen" aan en klik dan toepassen. Wacht tot alle harddiskactiviteit weg is en vink daarna "Systeemherstel op alle stations uitschakelen" weer op uit en klik toepassen. Zonodig kan nu voor elke partitie nog worden gekozen om het systeemherstel uit te schakelen (Zet dit altijd aan voor de harddisk partitie waarop Windows is geïnstalleerd!). In Windows Vista en 7 werkt deze procedure echt veel gemakkelijker. Hier kan men per harddisk partitie dit aan- en uitzetten. Hiermee worden de oudere toestanden van register en veranderingen in installatie verwijderd en wordt veel ruimte gespaard. Let wel op:

► **Maak ná verwijderen van de herstelpunten, een nieuw herstelpunt aan!**

## 2C. Systeembestanden opruimen:

Een andere opschoon actie kan men doen door op '(Mijn) Computer' te dubbelklikken en de Systeem C: harddisk partitie de eigenschappen op te vragen. Onder de tab 'Algemeen' klikken we de knop 'Schijfopruiming'. Vink in de nu komende lijst alle blokjes aan, behalve eventueel de 'Office Setup bestanden' en 'Oude bestanden comprimeren' en klik dan de knop 'Systeembestanden opschonen' of 'OK', afhankelijk van het Windows type.

## 2D. Indien van toepassing, opschonen Symantec Antivirus map

In Windows 2000/XP, de map Program Files / Common Files / Symantec Shared / Virusdefs, en voor Windows Vista / 7, de map ProgramData / Symantec / Definitions / Virusdefs, de daar eventueel aanwezige \*.tmp mappen en de oudere genummerde datum-mappen verwijderen maar altijd de meest recente Datum-map laten staan!

### \* Uitschakelen of verlagen van de UAC (Windows Vista / 7)

Het gaat als volgt: Ga naar het startmenu en ga naar het Configuratie scherm. Dan naar Gebruikers-accounts. Klik hier op Gebruikers account-beheer in- of uitschakelen en haal het vinkje weg en klik op OK. Men is dan verlost van de meeste irritante en vooral onnodige pop-up schermen! Windows 7 heeft een schuifregelaar om dit aan te passen: Zet die op één stand boven het minimum.

### 4. Algemeen: Back-up's:

Het maken van een reservekopie (Back-up) is ook van groot belang. Er zijn een aantal geschikte pakketten om Back-up's te maken: Norton Ghost, Acronis True Image Home of Windows Back-up. Windows Back-up kan al aanwezig zijn in de Windows installatie van Windows Vista en Windows 7. Er kunnen gecomprimeerde harddisk partitie back-up's worden gemaakt op een andere harddisk (partitie) of op DVD's. Het maken en terugzetten van een back-up is ook mogelijk met de opstartbare CDROM van het gebruikte Back-up programma. **Het terugzetten (Restore) van Systeem-partities is alléén mogelijk via de opstartbare CDROM van het back-up programma, door daar van op te starten.**

Norton Ghost 2003 kan worden gebruikt voor oudere systemen met alleen IDE harddisk en CD/DVD. Voor systemen met een SATA type harddisk Ghost 8.x of Ghost 11\*. Ghost 11 en 11.5 zijn geschikt voor Vista (32 bit). Norton Ghost 15 en Acronis True Image Home 2010 en nieuwer en de Windows Back-up zijn geschikt voor Windows Vista en 7 (32 en 64 bit). Windows Back-up's zijn ca. 1,5 x groter dan bij Ghost 15.

Back-up programma's die met een DOS-boot CDROM werken, kunnen bij moderne(re) systemen (Windows XP, maar zéker bij Windows Vista of 7) problemen geven wanneer de DVD en harddisk van het SATA type zijn: Er zijn namelijk geen DOS stuur-programma's voor SATA. Hiervoor dient dan de BIOS voor de IDE-emulatie zorg te dragen. Het kan dan helpen in de BIOS, AHCI /IDE tijdelijk op IDE (emulatie) te zetten. Bij moderne systemen met een EFI compatibel BIOS is het zó niet mogelijk:

Hiervoor gebruiken we een opstart (Boot-) CD die het Back-up/Restore programma bevat. Wanneer men een back-up image maakt van een hard-disk partitie naar een andere harddisk partitie, zorg er dan voor dat er tevoren een map is aangemaakt. Bijv. een map Back-up en laat daarin de back-up maken. Het hebben van een kopie back-up op externe HD of DVD's is aanbevolen, om een reserve back-up te hebben als de harddisk crashed en de gegevens verloren gaan of deze het begeeft!

**\* Ghost11: Ghost.exe -split=2048 -auto (DVD compatibele grootte)**

**► Terugzetten van een DOS back-up (Ghost 2003 t/m Ghost 11):**

1. Opstarten van het systeem met DOS Boot Ghost DVD/CD-rom.
2. Kies bij het opstarten: "met cdrom ondersteuning".
3. Kies: Local => Partition => "From Image".
4. Selecteer in het nieuwe venster de juiste Ghost image.
5. Selecteer waar deze Image naar toe moet: (div. vensters).  
Primary => Basic => Primary partitie (C).  
of Primary => Basic => Logical partitie (D).
7. Honoreer de opdracht voor de "Load" en "overschrijven".
8. Laat de Restore zijn werk doen (Let op de progressie balk).
9. Sluit af met "Quit", indien gereed en verwijder de boot CD/DVD.
10. Start het systeem opnieuw op en maak o.a. de viruschecker en Anti-Adware / malware definities weer up-to-date.

**► Maken van een DOS back-up (Ghost 2003 t/m Ghost 11):**

1. Opstarten van het systeem met DOS Boot Ghost DVD/CD-rom.
2. Kies bij het opstarten: "met cdrom ondersteuning".
3. Kies: Local => Partition => "To Image".
4. Selecteer in het nieuwe venster de juiste harddisk.
5. Dan de Primary partitie (part 1) voor "System-C.gho" Image.
6. Selecteer waar de image naar toe moet. Kies juiste partitie, dan Back-up map.
7. Honoreer het "Overschrijven" bericht en kies dan de hoogste compressie etc.
8. Laat de Backup zijn werk doen (Let op de progressie balk).
9. Sluit de Backup af met "Quit", als deze gereed is.
10. Verwijder de Boot DVD/CD en start het systeem opnieuw op.

## Windows 7 Back-up / Restore:

► Bij het maken van een systeemkopie van de Windows 7 installatie, ook een back-up van de kleine verborgen Windows 7 SYSTEM (EFI) partitie (ca. 100-200MB grootte) maken.

► Windows 7 Back-up / Restore EN met de Windows 7 Repair Disc of RETAIL installatie DVD (32 of 64 bit hangt af van Win 7 installatie):

1. Start op met de juiste versie Windows 7 Repair Disc (32 of 64 bit) [Engels].  
Druk een toets om van de cd op te starten. [dit neemt even wat tijd]
2. Kies: Restore your computer -etc. etc.-, click 'Next'.
3. Het systeem zoekt nu op aanwezige Windows 7 installaties...  
Kies: 'Volgende', om eventuele opstartproblemen te verhelpen, of:
4. Kies: 'Computer met behulp van een eerder gemaakte systeemkopie herstellen' en klik dan op 'Volgende'.
5. Het systeem zoekt standaard de meest recente systeemkopie, maar men kan klikken op 'Een andere systeemkopie herstellen' en browsen voor een andere systeemkopie / back-up, ook op DVD of externe harddisk.
6. Kies degene die men wil terugzetten en klik op: 'Volgende'.
7. Kies in het nieuwe scherm weer 'Volgende' en dan weer 'Volgende'.
8. De gekozen systeemkopie / back-up wordt nu teruggezet en nadien zal het systeem opnieuw worden opgestart.

► Windows 7 Back-up / Restore NL met de Windows 7 Hersteldisk of RETAIL installatie DVD (32 of 64 bit hangt af van Win 7 installatie):

1. Start op met de juiste versie Windows 7 Hersteldisk (32 of 64 bit) [Nederlands].  
Druk een toets om van de cd op te starten. [dit neemt even wat tijd]
2. Kies in het eerste scherm: Next, dan op 'Uw Computer herstellen'.
3. Het systeem zoekt nu op aanwezige Windows 7 installaties...  
Kies: 'Volgende', om eventuele opstartproblemen te verhelpen, of:
4. Kies: 'Computer met behulp van een eerder gemaakte systeemkopie herstellen' en klik dan op 'Volgende'.
5. Het systeem zoekt standaard de meest recente systeemkopie, maar men kan klikken op 'Een andere systeemkopie herstellen' en browsen voor een andere systeemkopie / back-up, ook op DVD of externe harddisk.

6. Kies degene die men wil terugzetten en klik op: 'Volgende'.
7. Kies in het nieuwe scherm weer 'Volgende' en dan weer 'Volgende'.
8. De gekozen systeemkopie / back-up wordt nu teruggezet en nadien zal het systeem opnieuw worden opgestart.

### ► Back-up maken met Windows Back-up in Windows 7:

1. Tik in Startmenu: backup, kies dan 'Back-up maken en terugzetten'.
2. Kies 'Een systeemkopie maken'
3. Kies waar de back-up op wordt gemaakt.
4. Het volgende scherm is reeds voorgedefinieerd.
5. Klik 'Volgende' en bevestig de instellingen.
6. Klik 'Back-up Starten': De back-up wordt gemaakt.
7. Maak ook een reserve kopie op een ander medium.

### ► Norton Ghost 15 Back-up met de Ghost 15 SRD BootCD:

1. Start het systeem op met de Norton Ghost 15 BootCD.  
Druk een toets om van deze cd op te starten.
2. Accepteer de licentie voorwaarden: Klik 'Accept'.
3. Hoofdmenu: 'Recover My Computer', 'Back-up My Computer'.  
Recover: Terugzetten eerder gemaakte back-ups. Back-up: Maken van een back-up.
4. Kies: 'Back-up My Computer' en dan 'Next'.
5. Volgende scherm: Geef aan welke partities ge-back-up-ed dienen te worden door aanvinken. De Windows 7 en kleine verborgen SYSTEM (EFI) partitie altijd beide!
6. Volgende scherm: Blader naar de plaats waar de back-up gezet dient te worden en klik daarna op 'Next'.
7. Options scherm: Klik 'Advanced' en geef de back-up grootte in.  
Vink aan: 'Divide into smaller files to simplify archiving'. De back-up zal in delen met ingestelde deel grootte maken. Stel de DVD compatibel grootte 2048 in.  
Klik daarna: 'OK' en dan 'Next'.
8. Vink aan: 'Verify Recovery Point after creation' en zet de Compressie op het gewenste niveau (Standaard of Medium). Klik daarna op 'Next'.
9. Klik 'Exit' wanneer gereed, verwijder de opstart cd en herstart het systeem.

## ► Norton Ghost 15 Restore met de Ghost 15 SRD BootCD:

1. Start het systeem op met de Norton Ghost 15 Opstart CD.  
Druk een toets om van deze cd op te starten.
2. Accepteer de licentie voorwaarden: Klik 'Accept'.
3. Hoofdmenu: 'Recover My Computer', 'Back-up My Computer'.  
Recover: Terugzetten gemaakte back-ups. Back-up: Maken van een back-up.
4. Kies: 'Recover My Computer'.
5. Recover My Computer Wizard: Klik 'Next'. Er wordt gezocht naar back-ups, zonodig bladeren naar de plaats waar de back-up staat (een externe harddisk).
6. Volgende scherm: Selecteer de back-up(s) door aanvinken. Eerst Windows 7 en pas wanneer het echt nodig is, de kleine verborgen SYSTEM (EFI) partitie!
7. Niet vergeten: Klik de 'Edit' knop (rechts) om het vinkje weg te halen van de optie 'Restore original disk signature' en klik op 'OK'.
8. Aanvinken: 'Verify Recovery Point after creation' en klik dan op 'Next'. In het volgende scherm 'Finish'. In afvraag scherm: Klik 'Yes' om Recovery te starten.
9. Klik 'Exit' wanneer gereed, verwijder de opstart cd en herstart het systeem.

SRD = Serialized Recovery Disc

## ► Backup maken met Ghost 15 in Windows (voorbeeld):

1. Start (de geïnstalleerde) Ghost 15 in Windows.
2. Klik in scherm het Ghost icoon (linksboven) en selecteer 'Define new Backup'.
3. Wizard: Selecteer 'Backup My Computer', klik 'Next'.
4. In Windows 7 selecteer 'Show hidden drives' en selecteer de OS partitie én de verborgen kleine SYSTEM (EFI) partitie.  
Wanneer niet Windows 7, selecteer alleen de OS partitie. Klik daarna 'Next'.
5. Kies 'Independent Recovery Point' en klik Next.
6. Kies waar de backup dient te komen (Browse: map / harddisk partitie of externe harddisk), klik Next.
7. Compressie: Standard of Medium.  
Vink aan: 'Verify recovery point after creation'  
Klik 'Advanced' en vink aan 'Divide into smaller files...' en kies '2048' voor een DVD compatible grootte.
8. Klik 'OK', dan 'Next' en vink aan: 'Run Back-up Now' en klik op 'Finish'
9. De backup wordt nu gemaakt.
10. Maak ook een reserve kopie op een ander medium.

## 5. Enkele tips:

### Adresboek en documenten

Het is aan te bevelen om ook geregeld het adresboek te exporteren als reservekopie. Zorg er ook voor dat uw documenten geregeld worden veiliggesteld, beter is deze standaard op een andere harddisk-partitie te plaatsen (door bijv. de hele (Mijn) Documenten map te verplaatsen naar een andere harddisk partitie, zie hiervoor de [Opschonen-XX.pdf](#)). Stel ook die veilig, omdat een harddisk ook defect kan raken. Is de harddisk niet (juist) ingedeeld, kan men dit beter door iemand met kennis van deze zaken laten doen. Dat is géén taak voor een gewone PC gebruiker.

### Verwijderen van Windows Vista Service Pack bestanden: (éénmalig)

Ga naar: Start (menu) / Uitvoeren, en tik in: cmd (Beheerders rechten zijn nodig). In het nieuwe venster intikken: `compcln.exe` en dan j (Ja). Men kan hiermee circa 1 gigabyte ruimte op de harddisk terugwinnen.

### Verwijderen van Windows 7 Service Pack bestanden: (éénmalig)

Ga naar: Start (menu) / Uitvoeren, en tik in: cmd (*Shift+Ctrl+Enter*) [beheerdersrechten zijn nodig]. Tik in het nieuwe venster in:  
`dism /online /cleanup-image /spsuperseded`

Men wint hiermee circa 1,5 gigabyte aan ruimte op de harddisk terug.

### Reservekopie van Email en Browser instellingen en gegevens

Om een reservekopie van alle instellingen en gegevens van Mozilla Thunderbird (email) en Firefox (browser) te realiseren, wordt het programma MozBackup aanbevolen. Het programma spreekt voor zich. Ook voor dit programma staat een kleine handleiding op mijn server.

## Behandelen van media

- a. CD's, DVD's en dergelijke altijd koel en in het donker bewaren.
- b. Voorkom dat krassen en vlekken ontstaan op CD's en DVD's en raak ook de achterzijde van de media niet aan.
- c. Beschrijf CD's en DVD's nooit op de hoogst mogelijke snelheid.
- d. Gebruik alleen een speciale markerstift om media te beschrijven.
- e. Stoot nooit tegen een harddisk, laat deze nooit vallen en voorkom dat kabels losgetrokken worden tijdens schrijven. Dit en ook het uitvallen van de netspanning tijdens schrijven kan zorgen dat de gegevens corrupt raken of zelfs de harddisk onbruikbaar wordt.

## Noot:

► Alle handelingen zijn voor de volle verantwoordelijkheid van de gebruiker. De schrijver van deze informatie kan niet aansprakelijk worden gesteld voor eventuele schade voortkomend uit (mogelijk verkeerde) handelingen verricht door de gebruiker.

Enkele links naar de gebruikte programma's:

Eusing Free Registry Cleaner:

[http://www.eusing.com/free\\_registry\\_cleaner/registry\\_cleaner.htm](http://www.eusing.com/free_registry_cleaner/registry_cleaner.htm)

Free Internet Window Washer:

[http://www.eusing.com/Window\\_Washer/Window\\_Washer.htm](http://www.eusing.com/Window_Washer/Window_Washer.htm)

Power Defragmenter en de benodigde contig.exe:

<http://www.softpedia.com/get/System/Hard-Disk-Utills/Power-Defragmenter.shtml>

en voor Contig.exe:

<http://www.softpedia.com/progDownload/Contig-Download-40913.html>

MozBackup download:

<http://mozbackup.jasnapaka.com/download.php>