	Regionale IT-Sicherheitsbeauftragte	Version 2
	Sicherung der persönlichen Daten	Seite 1 von 5
		Stand: 23.05.2016

persönliche Daten sichern unter Windows 7

Vorbemerkungen

Alle Daten auf dem Computer sollten als Sicherheitskopie (Backup) vorhanden sein. So ist man für folgende Ereignisse gewappnet und kann alle Daten wiederherstellen:

- versehentliche Überschrieben oder Löschen von Daten, auch durch Dritte
- Ausfall des Speichermediums (z.B. durch Materialverschleiß, Materialermüdung, Überspannung...)
- Elementarschäden (Feuer, Wasser, Blitz, Erdbeben u. ä.)
- Diebstahl oder absichtliches Löschen von Daten
- Computerviren, Computerwürmer und Trojanische Pferde

So ein Ereignis kann schnell eintreten. Deshalb ist es ganz wichtig, dem Verlust von Daten vorzubeugen.

Dazu dienen Sicherungskopien Ihrer Daten (sogenannte Backups), die in regelmäßigen Abständen erstellt werden. Tritt ein Datenverlust auf, kann man die Daten dann wiederherstellen.

Sie benötigen dazu lediglich eine externe Festplatte, am besten eine Festplatte 2,5 Zoll mit USB 3.0. Günstig wäre es, wenn Sie ebenfalls einen externen Datenträger mit den Backups in einem feuerfesten Behältnis (z. B. Tresor) lagern oder außerhalb des Gebäude, in dem sich Ihr Computer befindet. Dann sind Sie auch gegen Brand abgesichert.

Ganz wichtig ist es, dass die Backup-Dateien verschlüsselt auf dem Datenträger abgelegt werden. So kommt auch ein möglicher Dieb nicht an Ihre Daten heran.

Deshalb empfehlen wir nicht das Sicherungsprogramm von Windows 7 sondern das Programm **PersonalBackup**. Mit diesem Programm kann man sehr gut seine persönlichen Dateien und Ordner sichern. Dieses Programm ist nicht nur für Privatpersonen Freeware, sondern auch für öffentliche Einrichtungen und Vereine.

Allerdings können Sie mit diesem Programm keine Sicherung des gesamten Systems vornehmen. Dazu müssten Sie ein anderes Programm benutzen. Wir empfehlen zu diesem Zweck immer Programme, die die Sicherungen verschlüsselt erstellen können.

Eine sehr gute Dokumentation (incl. Präsentation) finden Sie auf den Seiten des Programmierers: <http://personal-backup.rathlev-home.de/pb-docs.html>. Unsere Anleitung soll Ihnen helfen, Ihnen schnell den Umgang mit diesem Programm zu ermöglichen.

Überprüfung der Verzeichnisstruktur für Ihre persönlichen Daten

1. Wo speichern Sie Ihre persönlichen Daten? Sind dort wirklich alle Ihre persönlichen Daten abgelegt? Oder gibt es noch andere Speicherorte?

Standardmäßig bietet Windows 7 für Ihre persönlichen Daten das Speichern in den Ordnern **eigene Bilder, eigene Dokumente, eigene Musik** und **eigene Videos** an (Bild 1). Günstiger ist es allerdings, wenn Sie Ihre Festplatte in 2 Teile (Partitionen) aufgeteilt haben; die Partition **C:** für das Betriebssystem Windows und die Partition **D:** für Ihre persönlichen Dateien.

Überprüfen Sie Ihre Verzeichnisstruktur für die persönlichen Daten.

Bei der Benutzung von **Personal Backup** dürfen Sie nur noch in dieser Ordnerstruktur persönliche Daten ablegen. Unterordner dürfen Sie dort natürlich erstellen.

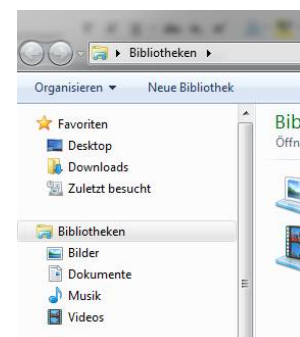


Bild 1

Download und Installation des Programms

- Informieren Sie sich, welchen Systemtyp Ihr Betriebssystem verwendet (32 Bit oder 64 Bit). Diese Information finden Sie so:
Klicken Sie auf **Start**. Dann mit der rechten Maustaste auf **Computer**. Dort dann auf **Eigenschaften** (Bild 2). In den dann sichtbaren Eigenschaften Ihres Computers können Sie den Systemtyp ablesen (Bild 3 – hier 64 Bit).

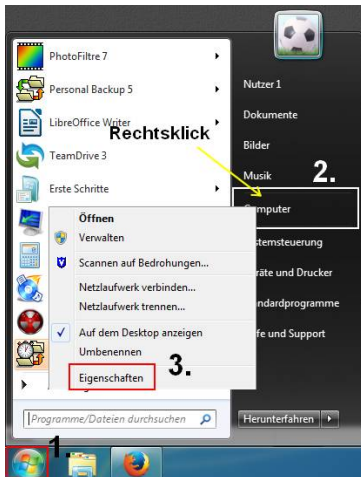


Bild 2

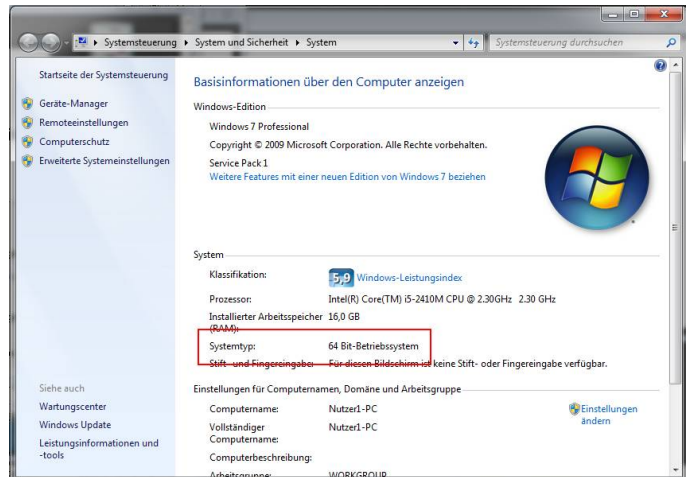


Bild 3

- Nutzen Sie zum Download die Seite des Programmierers:

<http://personal-backup.rathlev-home.de/index.html>.

Klicken Sie auf **Download**. Wählen Sie die für Sie richtige Version (32 Bit bzw. 64 Bit) und klicken Sie auf **Windows-Installation** (Bild 4).

Speichern Sie die Installationsdatei **pb-setup-x**-*****.exe** (Die Sterne stehen für die Bit-Version bzw. die Versionsnummer) an einem markanten Ort.



Bild 4

- Starten Sie die Installationsdatei (**pb-setup-x**-*****.exe**) als Administrator. Nutzen Sie die Standardeinstellungen.
- Nach erfolgreicher Installation erscheint ein Fenster mit Informationen zum Programm. Klicken Sie nach dem Lesen auf **Weiter** und dann auf **Fertigstellen**. Das Programm **PersonalBackup** wird zum ersten Mal gestartet.

Einstellen des Programms

- Verbinden Sie Ihre externe Festplatte mit einem USB-Port.
- Starten Sie den Assistenten (Bild 5). Klicken Sie auf **Ziel-Verzeichnis auswählen** und wählen Sie das Zielverzeichnis (externe Festplatte) aus. Wenn Sie die externe Festplatte auch zum Speichern anderer Dateien nutzen möchten, ist es sinnvoll, vorher mit dem Windows-Explorer für die Sicherung einen Ordner (z. B. Backups) anzulegen. Wählen Sie dann **Weiter** (Bild 6).



Bild 5

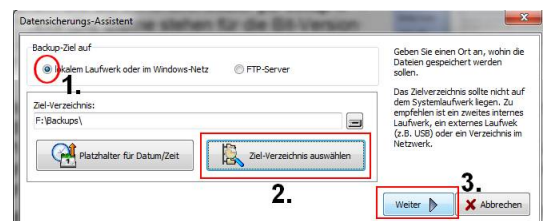


Bild 6

8. Sind persönliche Dateien von Ihnen bei **Eigene Dokumente**? Dann nutzen Sie diesen Button. Geben Sie die anderen Verzeichnisse oder die Datenpartition **D:** nacheinander über den Button **Anderes Verzeichnis** an. So finden Sie z. B. den Ordner **Eigene Bilder** in folgendem Ordner: **C:\Benutzer\. Für **<Nutzername>** müssen Sie Ihren Anmeldenamen einsetzen. Im Bild 7 wurden alle Eigene Dateien und ein anderer Ordner ausgewählt.**
9. Wählen Sie folgende Einstellungen:
- Als Einzeldateien
 - Originale vollst. Verzeichnisstruktur
 - Dateien komprimieren
 - nach Sicherung prüfen
 - Dateien verschlüsseln (Bild 8).

Klicken Sie auf **Weiter**.

Hinweis: Sollten Sie Ihre Daten auf verschiedenen Partitionen gespeichert haben, nutzen Sie bitte **Getrennte Verzeichnisse für Laufwerke**.

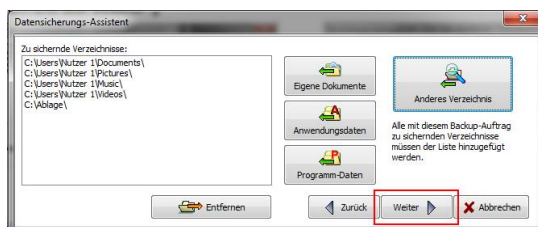


Bild 7

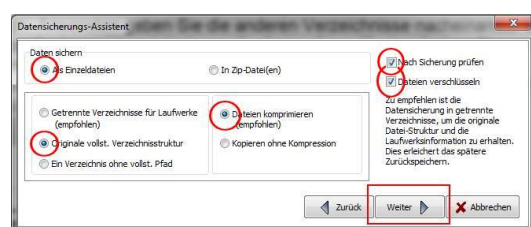


Bild 8

10. Geben Sie nun das Kennwort für die Verschlüsselung der Dateien ein. Nutzen Sie ein sicheres Kennwort (Hinweise zum Finden eines sicheren Kennwortes: https://www.bsi-fuer-buerger.de/BSIFB/DE/MeinPC/Passwoerter/passwoerter_node.html). Geben Sie das Kennwort zweimal ein. Bestätigen Sie mit **OK** (Bild 9).
11. In den letzten Monaten wurden viele Dateien durch Verschlüsselungstrojaner unbrauchbar gemacht. Das betraf auch Sicherungsdateien auf externen Datenträgern.

Deshalb raten wir z.Z. von automatischen Backups ab.

Der externe Datenträger sollte nur beim Erstellen des Backups mit dem PC verbunden sein. Danach muss er sofort wieder vom Gerät getrennt werden.

Bei einem Folge-Backup werden dann nur die Dateien neu gesichert, die sich seit dem letzten Backup geändert haben.

Wählen Sie also **Nein** und **Nie** (Bild 10). Schließen Sie mit **Fertig** ab.



Bild 9

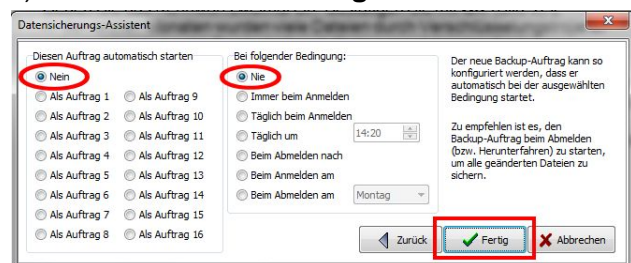


Bild 10

12. Nun wird der erstellte Auftrag abgespeichert. Das Programm erstellt automatisch im Ordner **Eigene Dokumente** einen Ordner **PersBackup**. Wählen Sie diesen Ordner und geben Sie einen sinnvollen Namen für den Auftrag an. Klicken Sie auf **Speichern** (Bild 11). So können Sie später diesen Auftrag ggf. bearbeiten.

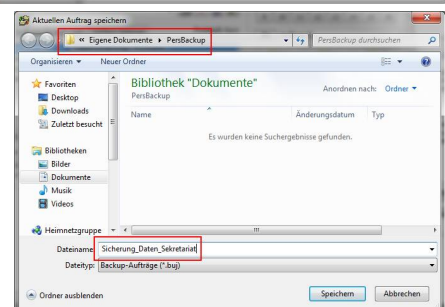


Bild 11

13. Danach öffnet sich die Programmoberfläche mit allen Angaben zum eben erstellten Auftrag.

Hier können Sie noch Änderungen am Auftrag vornehmen (Beispiele: Bild 12).
Speichern Sie den Auftrag nach dem Ändern.

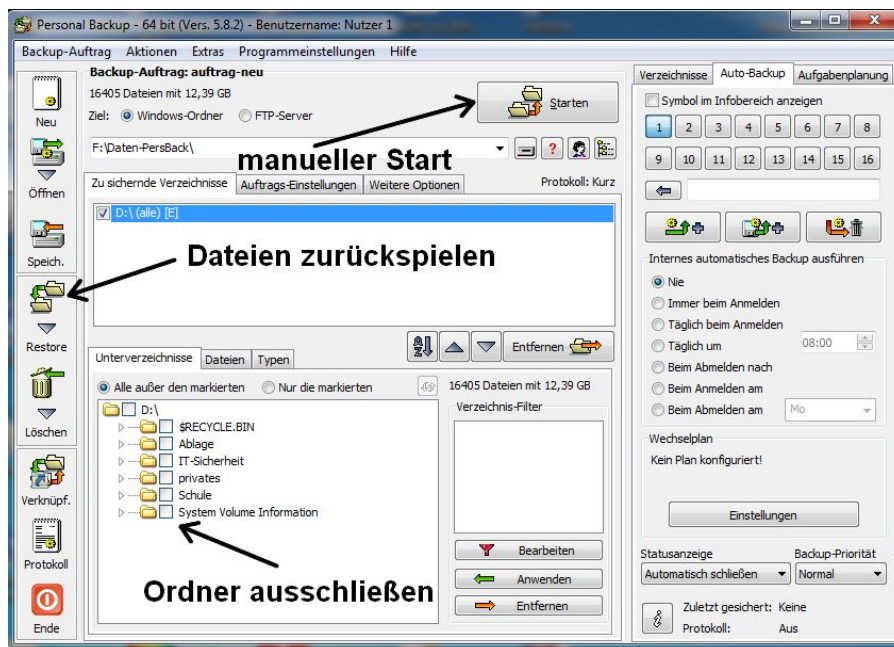


Bild 12

14. Nun werden die Sicherungen (Backups) entsprechend dem Zeitplan erstellt. Oder Sie starten das Backup manuell. Das geht so:

15. Backup manuell starten:

- Programmstart über **Start** → **alle Programme** → **Personal Backup** → **Personal Backup *****
- Starten Sie das Backup über **Starten** (Bild 12).

16. Trennen sie die externe Festplatte vom PC und lagern Sie diese an einem sicheren Ort.

Dateien zurückspeichern

17. Verbinden Sie die externe Festplatte mit dem PC.

18. starten Sie **Personal Backup** über **Start** → **alle Programme** → **Personal Backup** → **Personal Backup *****

19. Klicken Sie auf **Dateien zurückspeichern**  (Bild 12).

20. Wählen Sie im sich öffnenden Fenster die Quelle, also den Speicherort, den Sie für das Backup angegeben haben (siehe Punkt 7).

Wählen Sie danach das Zielverzeichnis/die Zielpartition.

In den anderen Einstellungen sind die standardmäßigen Einstellungen richtig gesetzt. Kontrollieren Sie jedoch noch einmal und setzen Sie ggf. die rot eingekreisten Parameter.

Je nach Zweck der Rücksicherung müssen Sie die Einstellungen im rechten Teil des Fensters selbst wählen. (Bild 13).

Hinweis: Haben Sie bei Punkt 9 **Getrennte Verzeichnisse für Laufwerke** gewählt, nutzen Sie bitte **Ursprungsverzeichnis** als Einstellung.

Schließen Sie mit **Dateien anzeigen und zurückspeichern** ab.

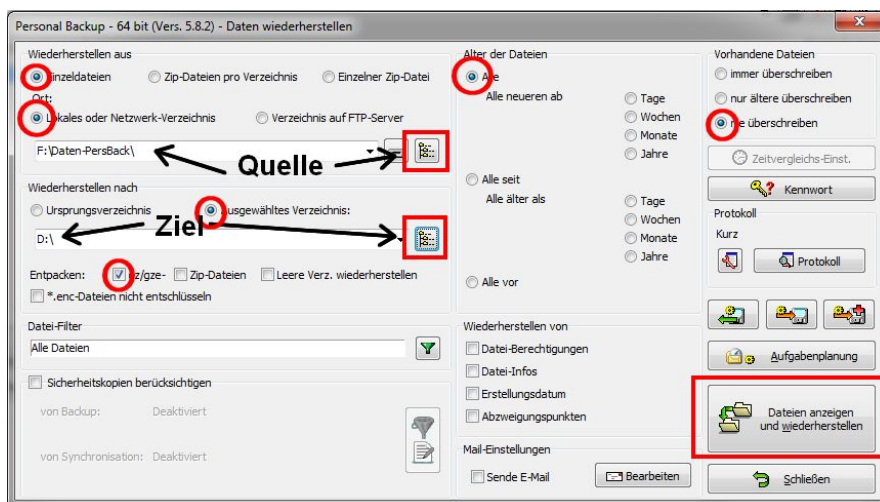


Bild 13

21. Im folgenden Fenster sehen Sie noch einmal, welche Dateien/Ordner zurückgesichert werden.

Überprüfen Sie noch einmal die Richtigkeit. Bestätigen Sie mit **Ja** (Bild 14).

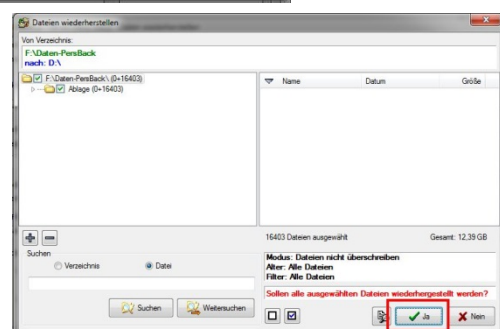


Bild 14

22. Nun werden Sie zur Eingabe des Kennworts für die Verschlüsselung gefragt (siehe Punkt 10). Geben Sie das Kennwort ein und bestätigen Sie mit **OK** (Bild 15).

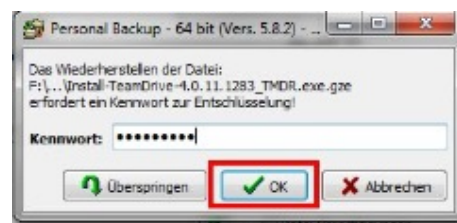


Bild 15

Nun werden die ausgewählten Dateien wieder zurückgespeichert. Ein neues Fenster meldet die Erledigung. Schließen Sie danach alle Fenster.

Fazit

In dieser Anleitung sind nicht alle Einstellmöglichkeiten von **Personal Backup** gezeigt worden. Erkunden Sie dieses Programm selbst mit Hilfe des oben genannten Links (<http://personal-backup.rathlev-home.de/pb-docs.html>).

Vielleicht benötigen Sie die gespeicherten Backups nie, da keines der ganz oben genannten Ereignisse eintritt. Wir wünschen es Ihnen.