

MAINTENANCE et SAUVEGARDE (Restauration) DE L'ORDINATEUR

(Pour un PC protégé avec **XP SP2**, **Windows Defender** et **Antivir**)

1/ Mise à Jour [Windows Update](#)

2/ Mise à Jour [Office Update](#)

3/ Mise à Jour **Antivir** (clic droit sur Icône Antivir + **Start Update** + Scan)

4/ Redémarrer le PC

5/ **Supprimer Anciens Points de Restauration** (Poste de Travail / Disk **C:** clic droit / Propriétés / **Nettoyage** / Supprimer Fichiers Temporaires inutiles / Supprimer Anciennes Restaurations (sauf la dernière)

- **Vider les Cookies** (C:/ Mes Documents / Utilisateur / Cookies) **Sauf Index.dat**

- **Vider dossier Historique** (Poste de Travail / Panneau de Configuration / Options Internet / Historique / Jours Précédents + Aujourd'hui)

- **Vider dossier Récents** (C:/ Mes Documents / Utilisateur / Application Data / Microsoft / Office / Récents)

- **Outils** : Clic sur **Scan Disk** (redémarrage) / Clic sur **Défragmentation** (choisir Disque)

6/ **Vider la Corbeille** (clic droit + Vider la corbeille)

7/ Redémarrer le PC

8/ **Créer un Point de Restauration** (Démarrer / Programme / Outils Système / Restauration Système / Créer et le Nommer)

9/ **Sauvegarde des Dossiers ou Fichiers sur Disque RW** (Gravure sur CD, Disquette ou Sauvegarde sur Clé USB)

Astuce : Faites chaque semaine des **MISES A JOUR** (Windows et Antivirus), des **SAUVEGARDES** de vos documents et créez régulièrement un **POINT DE RESTAURATION*** (~ 1 à 2 fois par mois) et effectuez une **MAINTENANCE** (décrite ci-dessus) environ tous les 2 ou 3 mois.

***RESTAURATION** : création d'une "Copie" de votre ordinateur au moment où vous le faites, c'est-à-dire quand tout va bien et que le PC fonctionne correctement. Ainsi, en cas de problème, vous pouvez revenir à un Point précédent, au moment où votre ordinateur fonctionnait correctement. Cela annule et supprime les programmes exécutables dernièrement installés comme par exemple certains virus, mais conserve vos fichiers et dossiers. Outil valable avec Windows Millenium et XP.

Voir également le tutoriel pour **Outlook et Internet** concernant la :

Sauvegarde du Carnet d'adresses et des Favoris Internet