



Eplehjelp Bedrift

☐ Sjekkliste for sikker og effektiv Mac-bruk

i små og mellomstore bedrifter

eplehjelp.no
24 02 20 26

eplehjelp
Bedrift

Teknologien blir mer og mer komplisert og selvom Apple-produkter er forholdsvis «enkle» er det hundrevis av ting å tenke på for bedrifter med Apple-produkter eller hvilke som helst andre IT-løsninger. Denne sjekklisten hjelper deg med å være proaktiv og kvalitetssikre oppsettet så:

- ✓ Dere har tenkt på det viktigste innen sikkerhet
- ✓ Dere kan være trygge på at ting er satt opp riktig
- ✓ Skaden blir liten når uhellet først er ute
- ... og selvfølgelig «at ting bare funker»

Innhold:

1. Viktige ting å ha tenkt på i oppsett
 - Maskin, oppsett og dingser
 - E-post
 - Finder, filsystem og fildeling
2. Sikkerhet
 - Backup og kryptering
 - Passord brukere
3. Anbefalte og ikke anbefalte programmer
4. Rutiner: 6 tips for en frisk og rask Mac



Mac

Det viktigste å ha tenkt på i oppsettet

Maskin, operativsystem og «dingser»

- ☐ Har dere det nyeste operativsystemet? (macOS Sierra)
- ☐ Er Wi-Fi et sikkert, raskt og stabilt?
- ☐ Har dere et gjestenettverk til folk som er på besøk?
Å gi gjester tilgang til hovednettverk kan føre til at sårbar data blir eksponert.
- ☐ Er printere, annet utstyr og programvare oppdatert?

Virus og brannmur

- ☐ Tar dere i bruk et ordentlig virusprogram?
- ☐ Er dere sikret mot hackere med en sofistikert brannmur?

E-post

- ☐ Synkroniserer e-post og mapper mellom enheter?
(Macer, iPader og iPhoner) (Test: Slett en e-post på iPhone - se som blir slettet på Macen)
- ☐ Er e-posten kryptert med SSL?
- ☐ Er e-posten «backet» opp i skyen? (ved å bruke IMAP, Exchange eller Google)



Finder, filsystem og deling

- ☐ Har dere kontroll på Finder og tilpasset Finder til deres bruk?
- ☐ Er skrivebordet fullt av filer og mapper? (Det kan gjøre Macen treg)
- ☐ Har dere gode mappestrukturer og måter å jobbe i Finder på?
- ☐ Bruker dere en velfungerende og trygg **skytjeneste** til filer?
(Dropbox, Google Drive eller liknende)
- ☐ Bruker dere skytjenesten til å dele filer?

Filer og harddiskplass

- ☐ Har dere nok plass på harddisken? (Rundt 5-10% av total harddiskplass anbefalt ledig)
- ☐ Finnes det farlige og unødvendige filer?
- ☐ Renser dere filsystemet jevnlig med f.eks. Disk Cleaner?

Før



Etter



Sikkerhet

Sikkerhet er viktig, men blir fort komplisert og «nerdete».

Vi skal prøve å holde det enkelt.

Mange undervurderer viktigheten av backup, kryptering, passord, virus og skjønner ikke hvor farlig og katastrofalt det kan være før de selv er ute for et uhell. Nedenfor finner du det viktigste du trenger å huske på innen sikkerhet på Mac.

Backup



- ☐ Tar dere ukentlig backup av alle Macer?
- ☐ Har dere sekundær ekstern backup av viktige filer og dokumenter i skyen eller annet sted?
- ☐ Er harddiskene dere bruker nyere enn 3-4 år?

Kryptering



- ☐ Har dere kryptert Macene?
- ☐ Har dere kryptert eksterne harddisker? (lagringsdisker og backupdisker)
- ☐ Er nettverket oppdatert og sikret med godt passord?

Passord og brukere

- ☐ Er administratorbrukere beskyttet med passord?
- ☐ Har dere deaktivert autopålogging?
- ☐ Passord ved dvale, skjermsparer & inaktivitet?
- ☐ Brukes (iCloud) nøkkelring?
- ☐ Er kortinformasjon lagret i nettleseren / iCloud?
- ☐ Har noen farlige Apper tilgang til stedsinformasjon, personinformasjon eller andre sensitive opplysninger og funksjoner på Macen?
- ☐ Hvis mye info ligger i skyen (Dropbox, Google Drive, Gmail, iCloud eller liknende): Er kontoene godt sikret med to-veis-autorisering?

Dette er et svært undervurdert tema og det er viktigere enn man tror. Enormt mye data ligger i skyen og det du kan bli «ranet» eller miste tilgang til kontoen.

Det koster $\approx 1 \$$ å få en hacker i Russland til å hacke en Gmail eller iCloud-konto.



Programmer



- Spar tid, jobb bedre og beskytt filene dine.

Programmer gjør vanskelige ting enkelt og kan hjelpe deg med å spare masse tid og penger. Samtidig kan noen programvare være veldig skadelige. Her er vår liste over Appene du **MÅ HA** og **IKKE MÅ HA**.

Anbefalte

- ☐ Norton Antivirus
- ☐ Moom
- ☐ Fildeling: Dropbox eller Google Drive
- ☐ Memory Monitor
- ☐ Disk Cleaner
- ☐ Flux

Ikke anbefalte

- ☐ MacKeeper
- ☐ Hola
- ☐ Gamle programmer som «bare ligger der»

1. Norton Antivirus eller annet godt

antivirusprogram (Sophos, Bitdefender e.l.)

Dersom du er redd for virus på din maskin anbefaler vi Norton, et gratis og bra alternativ. [Klikk her for å laste ned Norton!](#)



2. Moom

Når man jobber eller bruker Macen har man som regel mange vinduer åpne samtidig. Moom hjelper deg med å tilpasse vinduer raskt og enkelt, slik at du får utnyttet skjermen best mulig!



3. Dropbox

Fildeling i en Dropbox er gratis, og når det er installert legges Dropbox til som en egen mappe i Finder i venstre kolonne.



4. Cleaner for Memory

Gjør Macen raskere

En hendig liten applikasjon som hjelper Macen å utnytte RAMen maks. Programmet gjør Macen raskere. [Klikk her for å laste ned Cleaner for Memory!](#)



5. Disk Cleaner

Disk Cleaner er laget for å slette unødvendige filer og informasjonskapsler som er "gjemt" på harddisken, og som du ikke trenger. Dette frigjør plass, og gjør harddisken på maskinen din raskere. [Klikk her for å laste ned Disk Cleaner!](#)



6. F.lux

Sov bedre om natten

Når du sitter foran en data på kvelden kommer det blått lys fra skjermen som lurer hjernen til å tro at det er dagslys, og man får da vanskeligheter med å sove. Dette programmet endrer fargespekteret i skjermen, så du slipper «dagslyset» på kvelden. [Klikk her for å laste ned F.lux!](#)



1. MacKeeper

MacKeeper er et program mange er kjent med. Ofte dukker det opp på forskjellige nettsider, med advarsler om at din Mac er infisert med virus, selv om den ikke er det. I tillegg koster programmet penger, og det er vanskelig å fjerne det. **MacKeeper skaper mer kaos enn det hjelper og anbefales å slettes.**

<http://www.eplehjelp.no/hvordan-slette-mackeeper/>



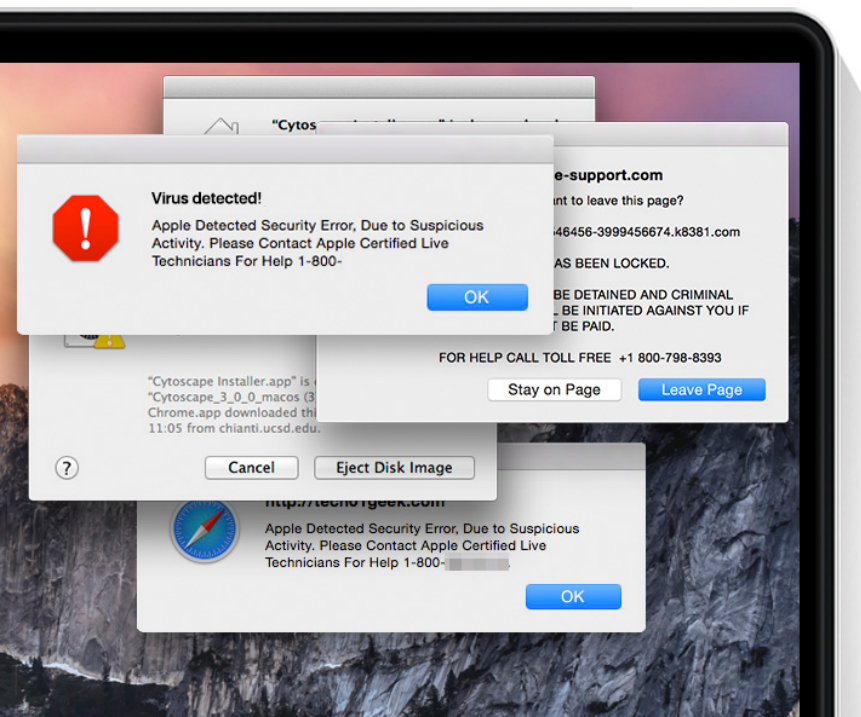
2. Hola

Hola markedsføres som et VPN-program som mange bruker for å se på NRK fra utlandet. Det er stor usikkerhet rundt hvordan Hola virker og hva det innebærer å ha det installert, men vi anbefaler deg uansett å bruke en annen VPN-klient. Les mer om Hola og hvorfor du ikke bør bruke det her: adios-hola.org



3. Gamle programmer som «bare ligger der»

Mange installerer programmer over lengre tid. Noen programmer er «enkle» og helt ufarlige mens andre legger igjen småfiler rundt omkring i systemet. Når du oppdaterer og bruker maskinen din blir disse liggende og mange av de kan skape problemer. Vi anbefaler derfor å avinstallere så mange som mulig av programmene du ikke bruker for å unngå problemer.



For å jobbe effektivt trenger man også en velfungerende Mac. Her er noen enkle ukentlige og månedlige rutiner:

Rutiner: 6 tips for en frisk og rask Mac

Ukentlige rutiner

1. Sjekk at Time Machine tar backup
2. Rydd skrivebordet
3. Hold Macen oppdatert
4. Tøm papirkurven
5. Skru av og på maskinen

Månedlige rutiner

6. Gjennomfør et Virussøk med Norton

Hvis du er usikker på hvordan du gjør dette kan du ta kontakt med oss, så skal vi forklare deg hvordan du kan gjøre dette!

Før



Treg og kjip

Etter



Frisk og rask

Oppsummering

Nå som du har gått igjennom, hvordan ligger dere an på hovedpunktene?

1. Viktige ting å ha tenkt på i oppsett
 - Maskin, oppsett og dingser
 - E-post
 - Finder, filsystem og fildeling
2. Sikkerhet
 - Backup og kryptering
 - Passord brukere
3. Anbefalte og ikke anbefalte programmer
4. Rutiner: 6 tips for en frisk og rask Mac

De fleste bedrifter har spesielle behov, ønsker og «krav» til sikkerhet rundt kunde- og interninformasjon. Det er derfor viktig å vurdere om flere av punktene er viktige for dere og ha i bakhodet at det ofte kan kreve mer avanserte løsninger og mer komplekse vurderinger enn det som er listet opp her.

Synes du dette var vanskelig?

La oss bli bedre kjent og gi deg en gratis systemsjekk:

Vår systemsjekk gir dere et bilde av hvordan dere ligger an IT-messig og forteller dere hvordan dere kan forbedre deres systemer for å: 1) bli mer effektive 2) jobbe smartere og 3) forbedre sikkerheten.

En gratis systemsjekk innebærer:

- Besøk av en kunnskapsrik og flink Eplehjelper (1-2 timer)
- En oversikt over deres nåværende IT-systemer, behov og de største risikomomentene
 - 1) produktnivå (Mac, iPad, iPhone, nettverk osv.) 2) sikkerhetsnivå og krav 3) rutiner
- Våre beste ideer og råd for hvordan dere kan forbedre dere, og hvilke ting som bør utvikles

Ring oss på **24 02 20 26**, send en e-post til bedrift@eplehjelp.no eller bestill en systemsjekk her: www.eplehjelp.no/gratis-systemsjekk-for-bedrifter

En totalleverandør som kan hjelpe til med alt innen Apple

Våre sertifiserte Apple-eksperter hjelper over hundre bedrifter hver måned

Over 100 selskaper får Eplehjelp når de trenger det



Våre 4 mest populære bedrifts-tjenester



Gratis systemsjekk

En full gjennomgang av alle IT-systemer



Mailhjelp og oppsett

Spam? Sync? Sikkerhet? Vi hjelper dere med mail



Gruppekurs i Mac

Bli flinkere og jobb smartere. Skreddersydd etter behov.



Sikkerhetshjelp

Få kontroll på dataen og sikre deg mot angrep

Vi gleder oss til å hjelpe dere også!

Les mer og ta kontakt på www.eplehjelp.no/bedrift/

Eplehjelp ordner opp i våre IT-utfordringer og er på kort tid blitt uunnværlige for oss. Eplehjelp fungerer utmerket for en liten virksomhet som vår; de er fleksible, dyktige og responderer raskt når vi trenger hjelp.



Mette Sørensen

Administrasjonssjef, Matmerk



Apple Certified
Support Professionals