

## Bruksanvisning – Eksportere og Importere data for Outlook

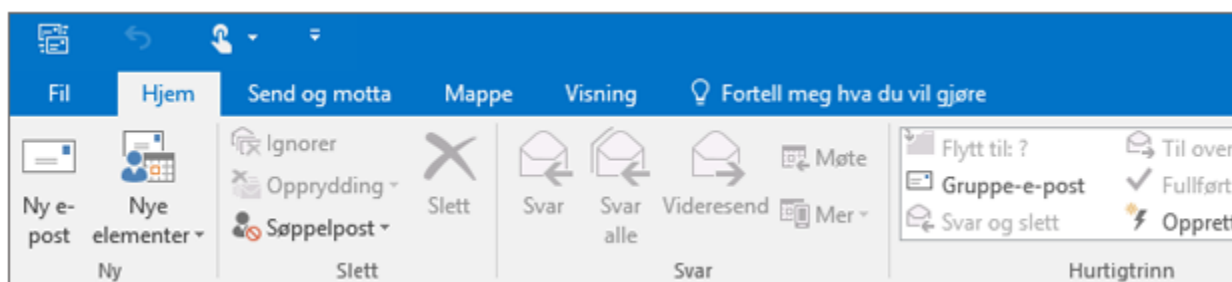
Denne bruksanvisningen gjelder for kunder som allerede bruker og har installert Outlook på sin datamaskin.

Bruksanvisningen gjelder dersom du har POP- eller IMAP-innstillinger. Hvis du bruker IMAP er det anbefalt å bruke webmail til Telefiber og der du laget ny konto for å importere kontakter og e-poster.

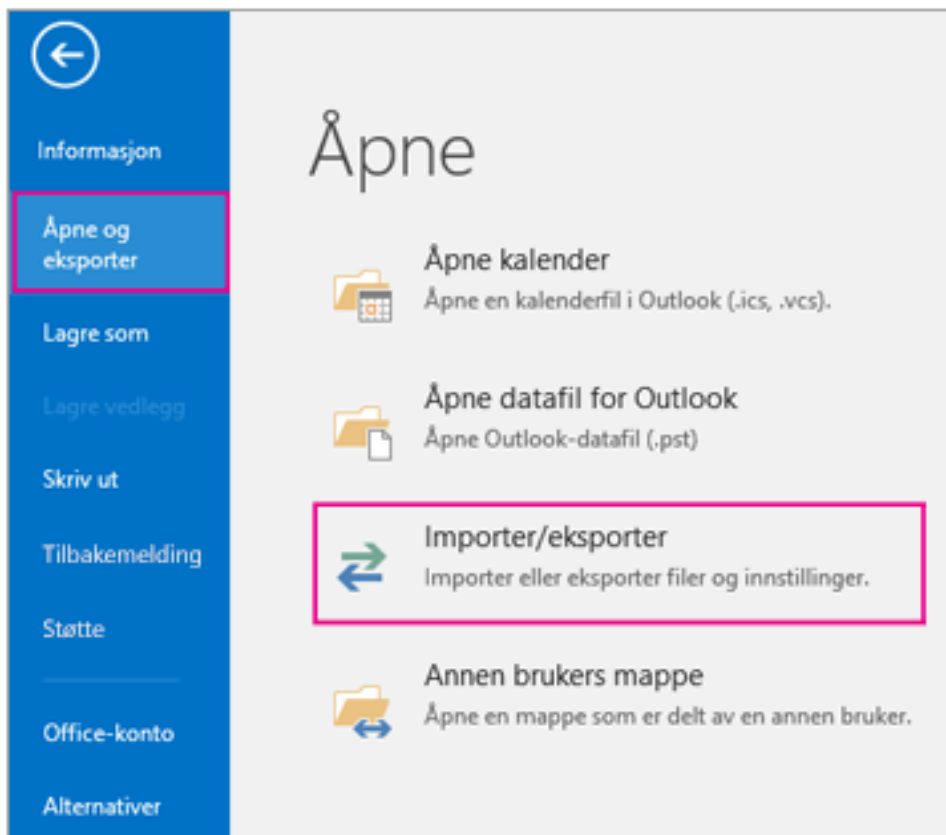
Bruksanvisningen vil gå gjennom hvordan du lagrer/eksporterer data fra din Telefiber-epost til datamaskinen din. Det blir lagret i en fil som du senere kan bruke for å importere dataen til din nye epost. Den går også gjennom hvordan du importerer data til din nye Outlook-epost.

### Eksportere data:

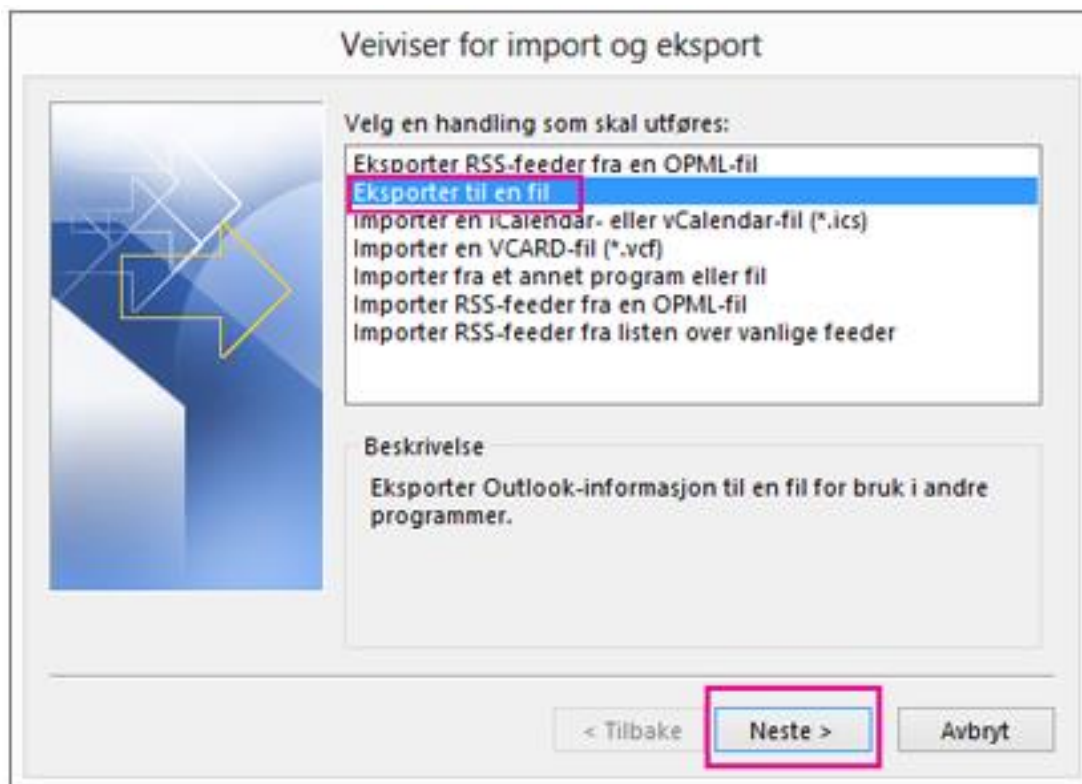
1. Gå til «Fil» øverst til venstre i vinduet



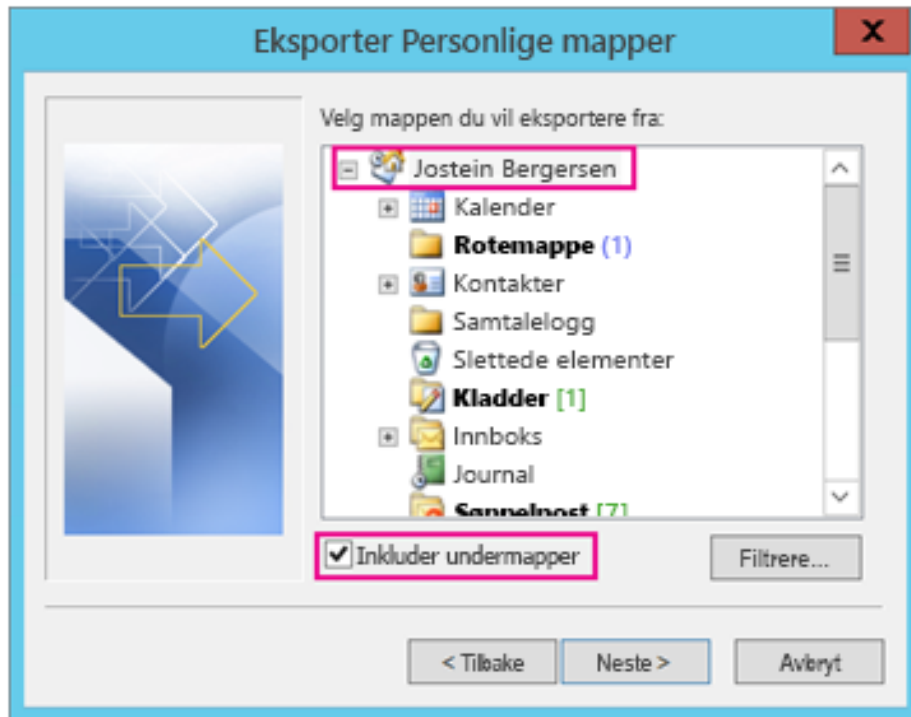
2. Trykk på «Åpne og Eksporter» og deretter «Importer/Eksporter»



3. Velg «Eksporter til en fil» og trykk «Neste»



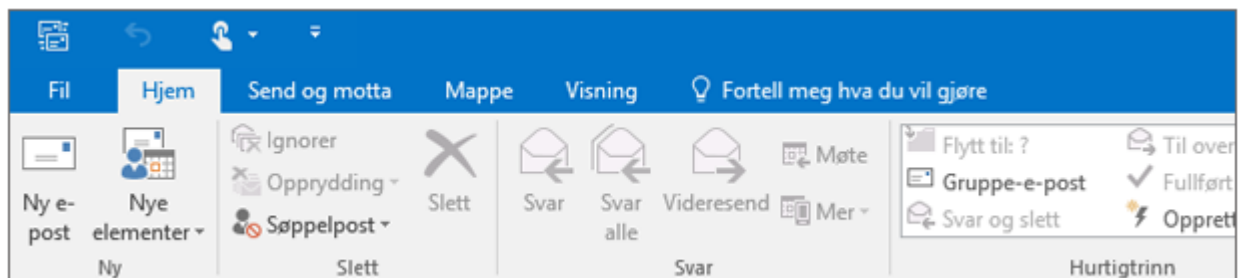
4. Velg «**Outlook Data File (.pst)**» og klikk «**Neste**»
5. Velg din Telefiber-adresse og huk av for «**Inkluder undermapper**»



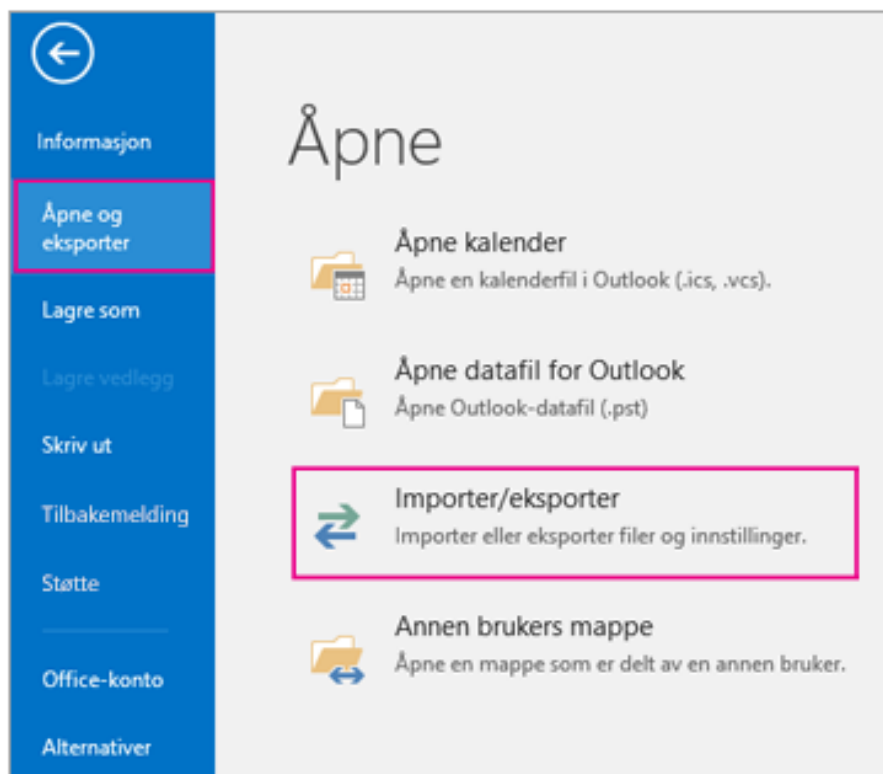
6. Klikk «**Bla gjennom**» for å velge hvor du vil lagre Outlook-datafilen (PST). Skriv inn et **filnavn**, og klikk deretter «**OK**» for å fortsette. Det anbefales å lagre denne under «**Dokumenter**» for å finne den enkelt når du skal importere den til den nye kontoen.
7. Deretter får du valget om du ønsker å sette et passord på filen. Dette vil si at du må skrive inn passordet når du skal importere den senere.
8. Når du er ferdig med å eksportere filen så vil du finne den der du lagret den.

## Importere data:

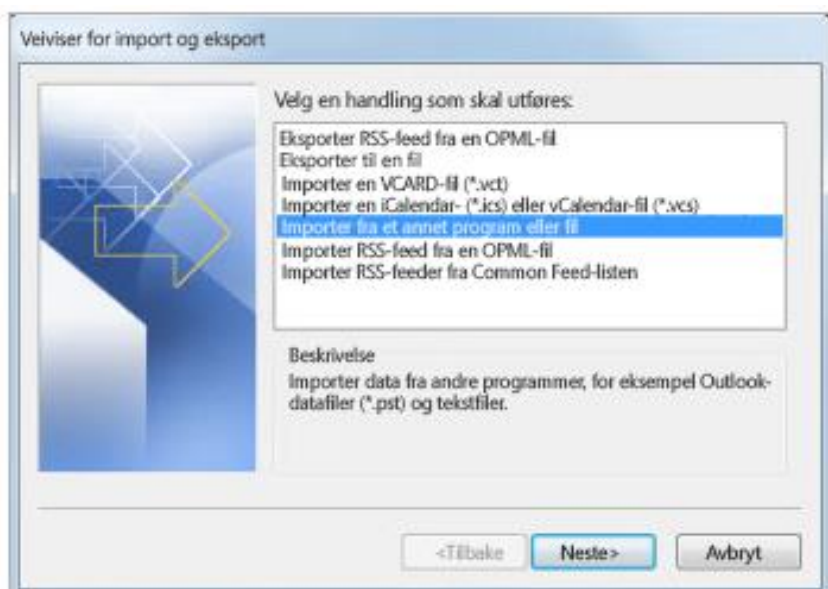
1. Gå til «**Fil**» øverst til venstre i vinduet



2. Trykk på «**Åpne og Eksporter**» og deretter «**Importer/Eksporter**»

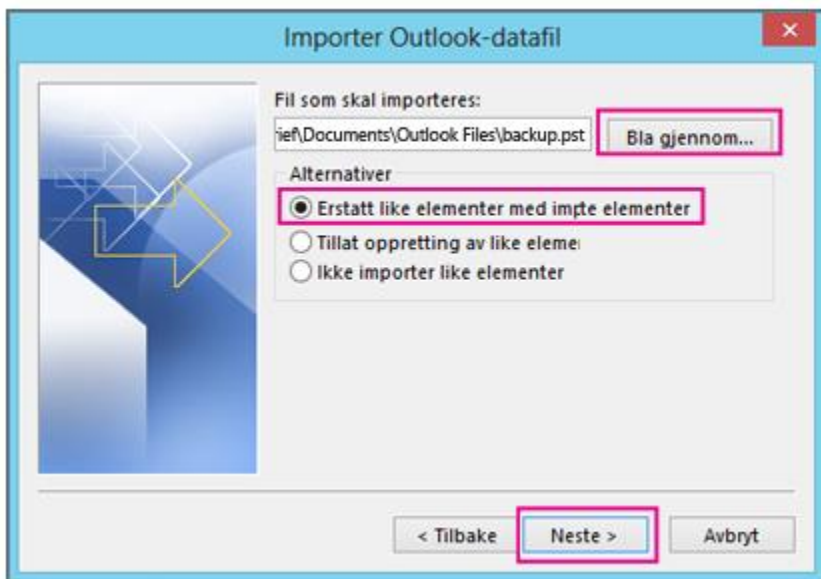


3. Velg «**Importer fra et annet program eller fil**»



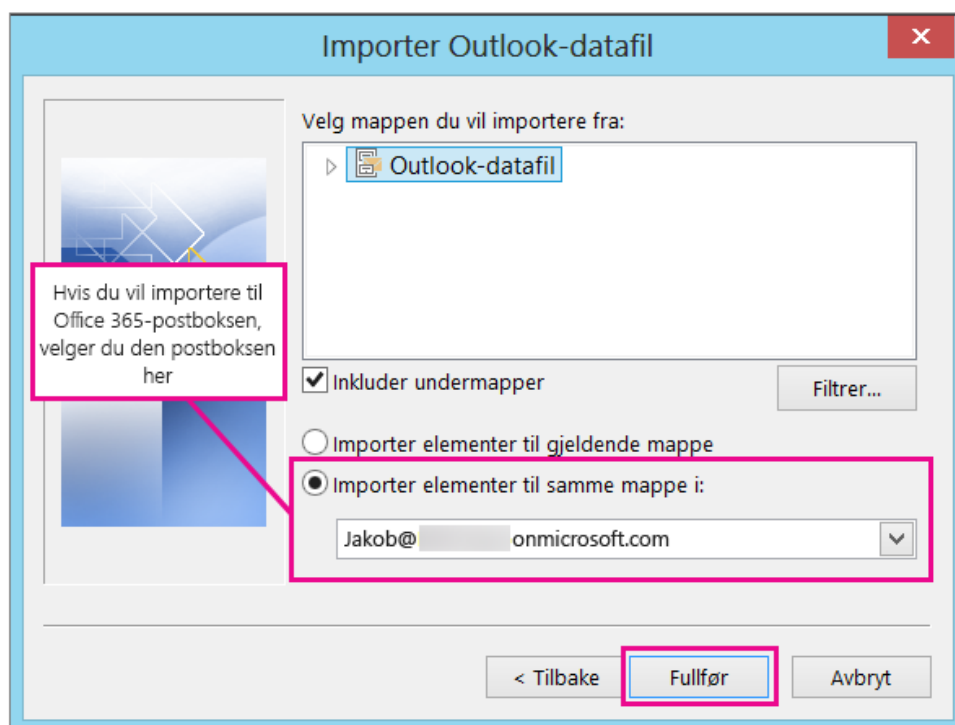
4. Velg «**Outlook-datafil (.pst)**»

5. Trykk på «**Bla gjennom...**» og finn den filen du ønsker å importere. Velg hvordan du ønsker å håndtere e-postmeldinger og kontakter under «**Alternativer**»



6. Hvis du har lagt til passord på filen, skriv inn passordet. Deretter trykk «OK».
7. Hvis du importerer innholdet til Office 365-postboksen, kan du velge postboksen her.

Hvis du **IKKE** importerer til Office 365-postboksen, velger du «**Importer elementer til den gjeldende mappen**». Dette importerer dataene til mappen som er valgt.



8. Trykk på «**Fullfør**». Outlook importerer innholdet i PST-filen og når fremdriftsboksen forsvinner, er importen fullført. Da vil dine e-postmeldinger og kontakter fra Telefiber-eposten bli overført til din nye epost.

9.8.