

eplehjelp webinar

Rydd og rens Macen din

Vi starter klokken 19:00!



Målet med webinarret:
Lære noe nytt, forstå mer og
utnytte Macen din bedre



Det skal på en måte bli...

enkler
mindre frustrerende
morsommere
... å bruke Macen



Planen for webinarret

1. Grunnleggende teknisk forståelse

2. Hvordan rydde Macen

- Enkle måter å rydde Finder på
- Andre ryddetips

3. Få mer plass og rydd i programfiler

- Fjerne store programmer
- Renseprogram Ett program vi anbefaler alle

4. Få en raskere Mac

- RAM / Minne
- Harddisk

5. Ting du IKKE må gjøre

- For deg som er med helt til slutt: [Gratis e-bok](#)
- Spørsmål og svar

Hvorfor har vi dette webinar?

Trege og rotete Macer
= stort irritasjonsmoment

Renset over 1000 Macer
Vært på Norgesturné

Mange vil bruke Macen bedre

Finnes små, enkle ting som gjør at du får
mye mer glede av Mac, iPad og iPhonen din



Mange synes teknologi er vanskelig

Det er mye å huske på, komplisert og det kommer nye ting hele tiden.



Enkel og forståelig opplæring og hjelp i Apple-produkter



Hvem er jeg?

Henrik Ruud

Daglig leder og kursholder

Jobbet i Humac i 3 år (nå
Eplehuset)

Kursansvarlig

Apple-sertifiseringer



4,5 år

www.eplehjelp.no

Målet med webinarret:
Lære noe nytt, forstå mer og
få en ryddigere og raskere Mac



Før



Etter



1. Grunnleggende teknisk forståelse

2. Hvordan rydde Macen

3. Få mer plass

4. Få en raskere Mac

5. Ting du IKKE Må gjøre

• For deg som er med helt til slutt: Eksklusiv e-bok

Hvorfor blir Macen treg?

To hovedgrunner:

1) programvare og systemfeil

2) fysiske deler og støv

På samme måte som alt annet blir delene i Macen din slitt ved bruk. Spesielt to deler har stor effekt på hastigheten på Macen din:

1. Harddisk

2. Minne

(RAM / hukommelse)

1. Grunnleggende teknisk forståelse

2. Hvordan rydde Macen

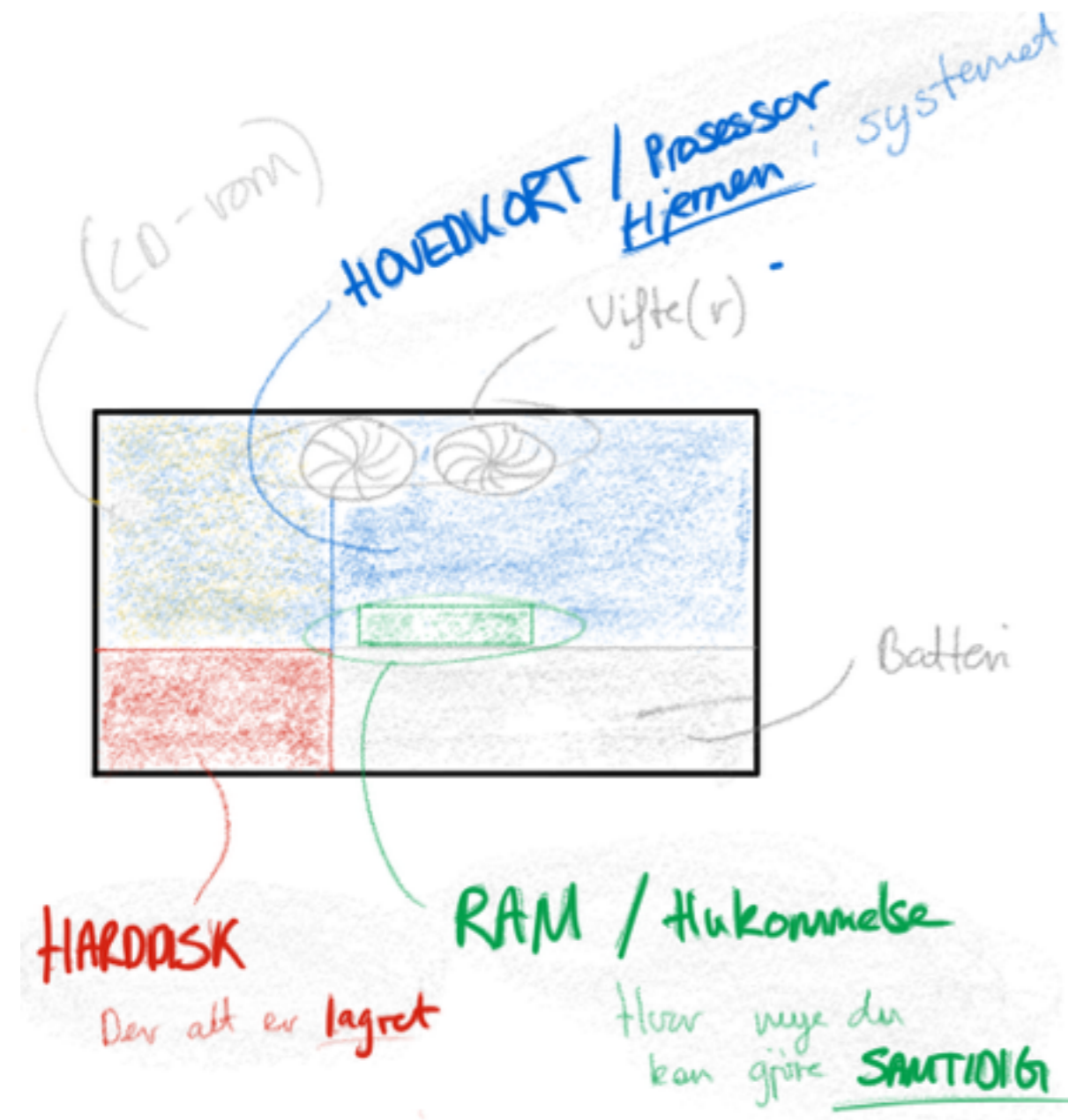
3. Få mer plass

4. Få en raskere Mac

5. Ting du IKKE Må gjøre

• For deg som er med helt til slutt: Eksklusiv e-bok

Hvorfor blir Macen treg?





Husk backup!!

«Snurre»harddisk



Mekanisk del som snurrer



Ny:
Rask og fin



Ved bruk + bevegelse
tregere og slitt

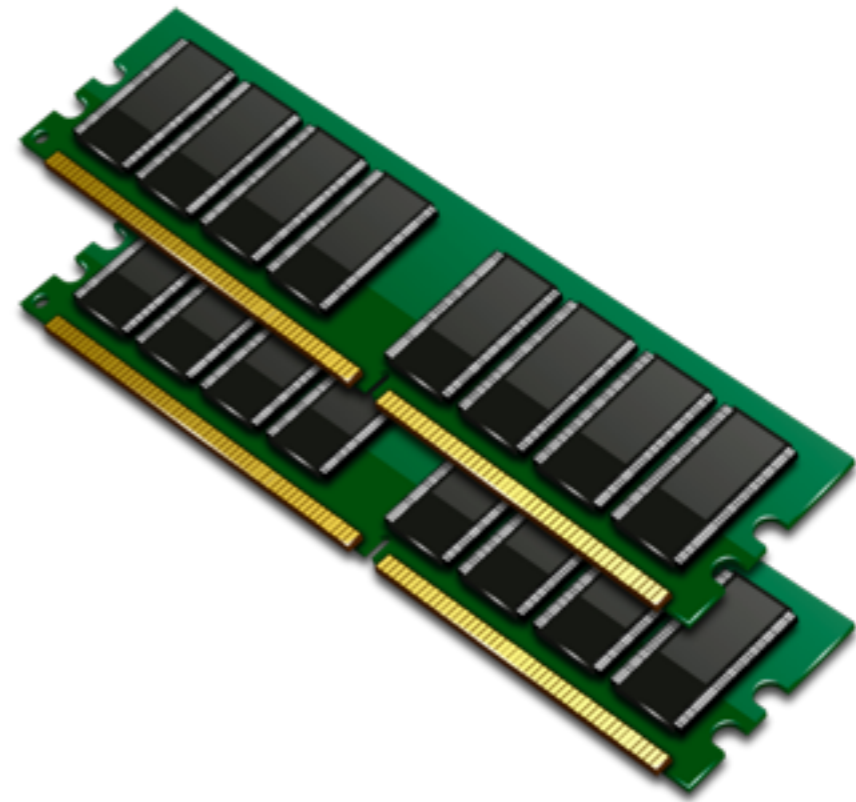


Etter 3-6 år
kræsjer

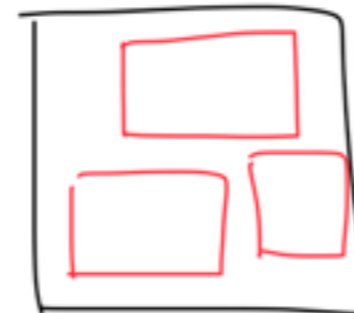


SSD

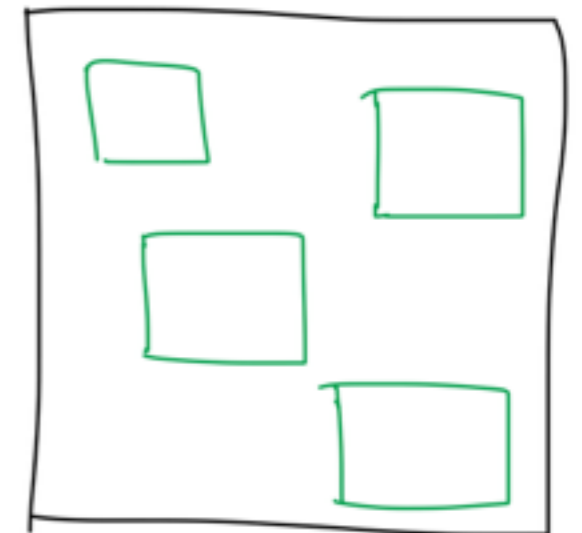
Minnekort. Heldigital.
Ingen bevegelige deler. Mye mye kjappere.
Kræsjer ikke på samme måte. Ny type teknologi.



Minne / RAM



4GB



8GB

NB!

Vi tar utgangspunkt i og bruker
det nye operativsystemet til
Mac; **mac OS Sierra**

Ikke oppdatert? Det går fint nå.

Vurderer du å oppdatere?

- Bli med på webinar neste søndag
- følg med på dette webinarret (RAM og Harddisk)
- sjekk gjerne ut Epleblokka om iOS 10 og Sierra som tar for seg alt det viktigste du trenger å vite og hvordan du oppdaterer (e-post etter webinarret)

1. Grunnleggende teknisk forståelse

2. Hvordan rydde Macen

3. Få mer plass

4. Få en raskere Mac

5. Ting du IKKE Må gjøre

• For deg som er med helt til slutt: Eksklusiv e-bok



2. Hvordan rydde Macen

- Skrivebordet
- Mappestruktur i Finder
 - Legge til snarveier i Sidepanelet
 - Hjem-mappen
 - Hvordan lage mappestruktur
- Docken
 - Fjerne programmer fra Docken
 - Slette programmer

Bildeopprydning



Se egne bildekurs + webinar

1. Grunnleggende teknisk forståelse

2. Hvordan rydde Macen

3. Få mer plass

4. Få en raskere Mac

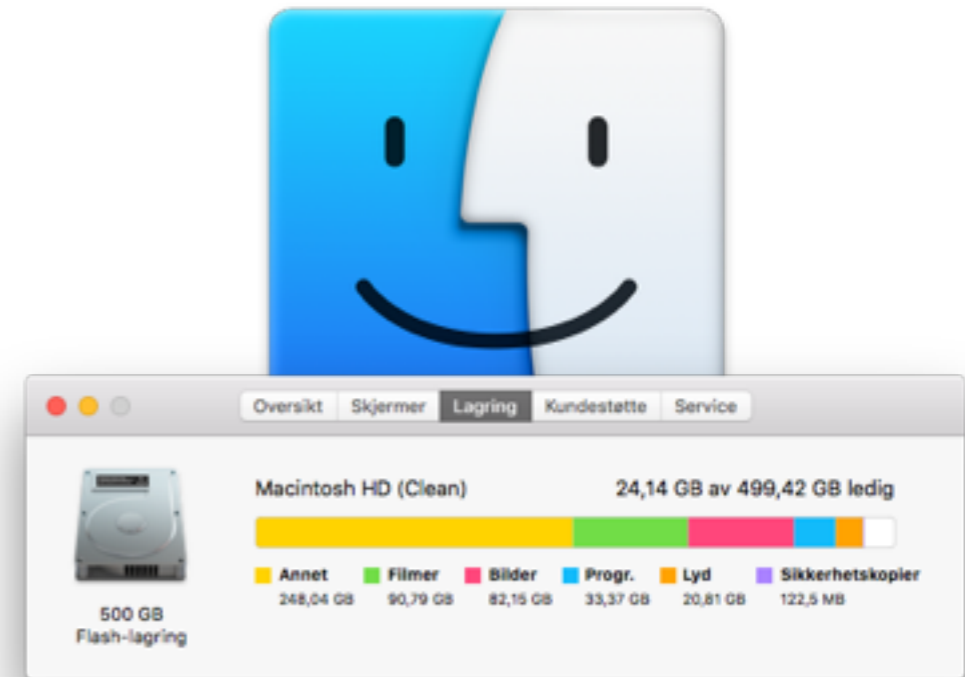
5. Ting du IKKE Må gjøre

• For deg som er med helt til slutt: Eksklusiv e-bok



3. Få mer plass

- Om denne maskinen
- Finn og fjern store filer
- ANBEFALT Renseprogram
 - Disk cleaner
- IKKE ANBEFALTE programmer
 1. MacKeeper
 2. MacDefender



1. Grunnleggende teknisk forståelse

2. Hvordan rydde Macen

3. Få mer plass

4. **Få en raskere Mac**

5. Ting du IKKE Må gjøre

• For deg som er med helt til slutt: Eksklusiv e-bok



HDD



4. Få en raskere Mac

- Det vi har snakket om så langt
 - Mer plass på Harddisken gjør Macen raskere
- **Memory Monitor**
- Færre programmer samtidig
- Fysisk oppgradering av Macen
 - Oppgradering av Harddisk
 - Oppgradering av RAM
 - **NB! Avhengig av Mac. Ikke alle Macer kan oppgraderes.**
- Full reinstallasjon av Macen

1. Grunnleggende teknisk forståelse

2. Hvordan rydde Macen

3. Få mer plass

4. Få en raskere Mac

5. Ting du IKKE Må gjøre

• For deg som er med helt til slutt: Eksklusiv e-bok



4. Få en raskere Mac

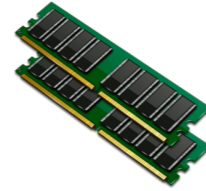


Memory Monitor

Hjelper Macen med å optimalisere RAM-bruk og lar deg gjøre flere ting samtidig

1. Grunnleggende teknisk forståelse
2. Hvordan rydde Macen
3. Få mer plass
4. Få en raskere Mac
5. Ting du IKKE Må gjøre

• For deg som er med helt til slutt: Eksklusiv e-bok



4. Få en raskere Mac

Færre programmer samtidig

- Høyreklikk / sekundærklikk og «Avslutt» på App i Docken
- Øverst i Menylinjen og så «Avslutt»
- Tastatursnarveier: **CMD + Q** (NB! Ikke gjør det nå!)



1. Grunnleggende teknisk forståelse

2. Hvordan rydde Macen

3. Få mer plass

4. Få en raskere Mac

5. Ting du IKKE Må gjøre

• For deg som er med helt til slutt: Eksklusiv e-bok



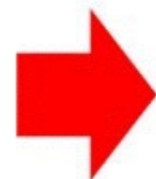
4. Få en raskere Mac

Oppgradere fysiske deler

MacBook Pro med CD-rom og iMac med CD-rom



HDD



SSD



Anbefalt: SSD eller SSHD

Hvis mye plass og fortsatt treg
- slitt harddisk

Anbefalt: 8 GB RAM

med OS X El Capitan
eller nyere. Gjerne mer.

1. Grunnleggende teknisk forståelse

2. Hvordan rydde Macen

3. Få mer plass

4. **Få en raskere Mac**

5. Ting du IKKE Må gjøre

• For deg som er med helt til slutt: Eksklusiv e-bok



HDD



4. Få en raskere Mac

Oppgradere fysiske deler

MacBook Pro med CD-rom og iMac med CD-rom

Spesielt viktig med Macer >3 år gamle som har nyere operativsystemer.

Tegn på slitt harddisk?

- Treg oppstart
- Bådeball her og der
- Lang tid å åpne programmer (burde ta 1-2 sekunder)

1. Grunnleggende teknisk forståelse
2. Hvordan rydde Macen
3. Få mer plass
4. **Få en raskere Mac**
5. Ting du IKKE Må gjøre

• For deg som er med helt til slutt: Eksklusiv e-bok

4. Få en raskere Mac

Så mye: bytt fysiske deler

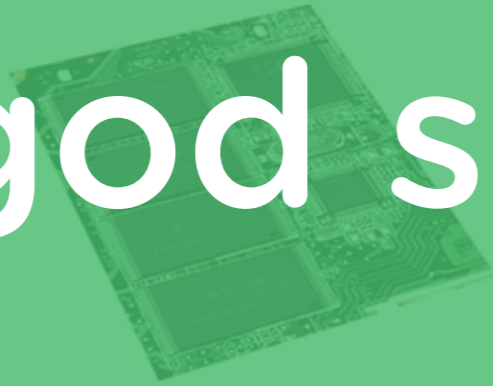
MacBook Pro med CD-rom og iMac med CD-rom

og få en Mac som er så

god som ny!



HDD



SSD



Anbefalt: SSD eller SSHD

Hvis mye plass og fortsatt treg
- slitt harddisk

Anbefalt: 8 GB RAM

med OS X El Capitan
eller nyere. Gjerne mer.

1. Grunnleggende teknisk forståelse

2. Hvordan rydde Macen

3. Få mer plass

4. Få en raskere Mac

5. Ting du IKKE Må gjøre

• For deg som er med helt til slutt: Eksklusiv e-bok



HDD



4. Få en raskere Mac

Hvis ekstremt mye feil / rot eller det virker som at noe er feil kan du også kjøre en **full reinstallasjon av Macen**

1. Grunnleggende teknisk forståelse

2. Hvordan rydde Macen

3. Få mer plass

4. Få en raskere Mac

5. Ting du IKKE Må gjøre

• For deg som er med helt til slutt: Eksklusiv e-bok

5. Ting du ikke må gjøre med Macen din

1. Aldri skru av maskinen

- husk å skru den av én gang i uken

2. Aldri avslutte programmer

- avslutt programmer du ikke bruker

3. Ha stappfull harddisk

- ha minst 10 GB ledig plass på harddisken

4. Ikke oppdatere programmer

- oppdater programmer så ofte du kan

5. Ikke ha backup

- ta backup minst én dag i uken

Nå over til noe annet

1. Grunnleggende teknisk forståelse
 2. Hvordan rydde Macen
 3. Få mer plass
 4. Få en raskere Mac
 5. Ting du IKKE Må gjøre
- Andre anbefalinger og tilbud
 - For deg som er med helt til slutt:
Gratis e-bok
 - Spørsmål og svar

Vi har gått igjennom enormt mye nå

Det er ikke sikkert at alle

husker alt vi har snakket om og alle tingene det er viktig å huske på

Så da er det 3 ting det er greit å vite:

1) Opptak av webinar tilgjengelig gratis frem til onsdag 23:59 for ikke-medlemmer

2) Gratis e-bok til alle som er med helt til slutt nå (presentasjonen i PDF)

3) 20% rabatt på Nettkurs og Epleblokka

... så hvis du ikke fikk med deg alt under webinarret:

Nettkurs



Epleblokka



En-til-en-hjelp i Oslo



Oppgradering av Mac



Oppgradering av Harddisk (SSD) eller Harddisk
NB! Bare MacBook Pro med CD-rom & iMacer

Nye Epleblokka



Nye Epleblokka



Billigere, tykkere, bedre

- Mer innhold
- 90 sider
- Spesialtemaer













Fortsatt det gode gamle

- Kun det viktigste
- Våre beste tips
- Huskelister og guider

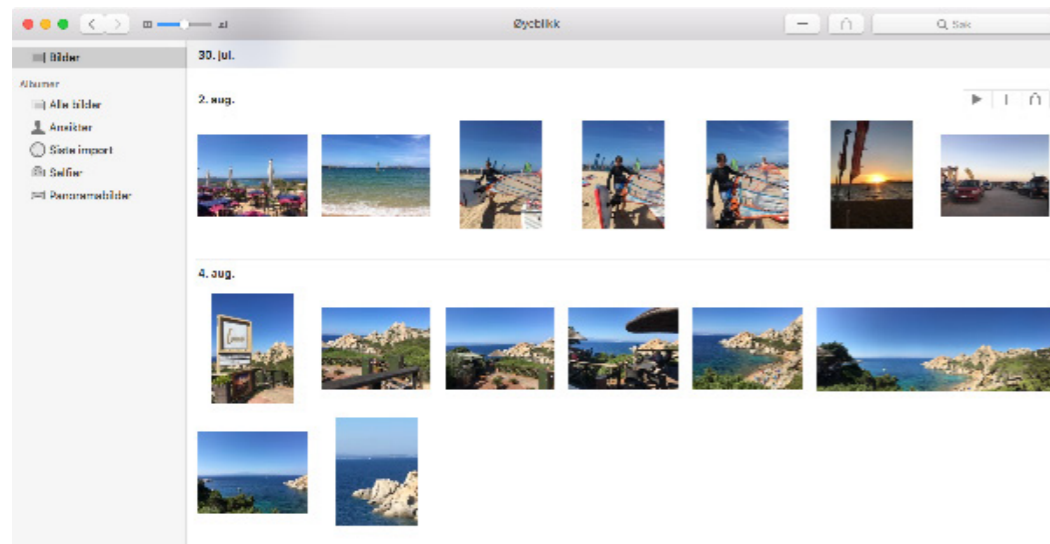


MAC

INNHold

-  8 6 tips for en frisk og rask Mac
-  10 Tastatursnarveier
-  14 Oversikt
-  17 Finder og filer
-  22 Systemvalg
-  26 Safari
-  31 Bilder
-  37 Mac-rens
-  39 Effektivitet
-  40 Generelle tips
-  44 Anbefalte programmer
-  47 5 ting du ikke må gjøre

BILDER



Bilder er Apples eget bildeprogram og fungerer som et bibliotek med dine bilder og videoer. Her kan du organisere, dele og redigere bildene dine på en og samme plass.

Vil du lære enda mer om Bilder, går vi nærmere inn på det i et eget tema på side **X**. Da med fokus på iCloud og forståelse av programmet.

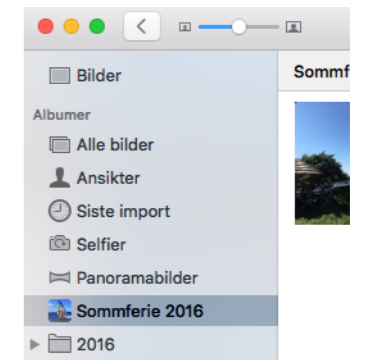
Bilder snakker veldig bra på tvers av Mac, iPad og iPhone og vi skal nå se på hvordan du bruker det på Mac.

Gå til **Vis** i menylinjen og velg **Vis sidepanel** for å få sidepanel på venstre side.

ALBUM UTENFOR MAPPE

Du kan også lage mapper utenfor mapper, som vil bli liggende i sidepanelet. Her kan bilder fra ferieturer, jobb eller andre sosiale sammenkomster ligge.

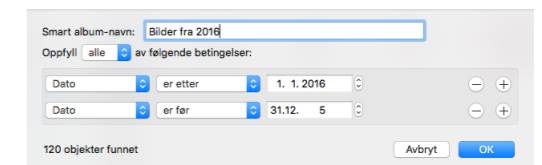
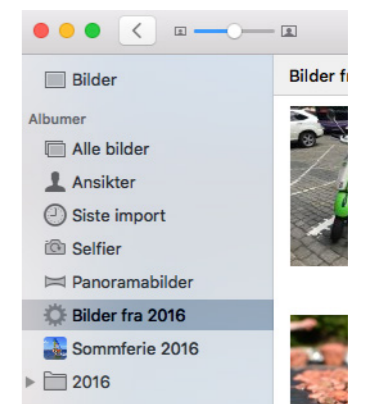
1. Gå til **Arkiv** i menylinjen
2. Velg **Nytt album**
3. Navngi albumet
4. Velg bilder du vil legge til



SMART ALBUM

Med Smart Album legges automatisk bilder i albumet basert på kriterier du oppgir.

1. Gå til **Arkiv** i menylinjen
2. Velg **Nytt smart album**
3. Velg kriteriene i vinduet som dukker opp. Du kan legge til kriterier ved å trykke **+** tegnet på høyre side
4. Nå vil alle bildene som passer kriteriene legges i smart albumet med et tannhjul i sidepanelet



MAC-RENS



TA VARE PÅ MACEN DIN

Som med alt annet, trenger Macen din vedlikehold. Selv om Mac er kjent for å være rask, blir maskinen og operativsystemet slitt ved bruk. Heldigvis finnes det flere ting du kan gjøre for å holde den frisk og rask!

Det er flere faktorer som spiller inn på hastigheten på Macen din. Harddisken på Macen er ofte det som gjør Macen din treg. Harddisken er der alle bilder, filmer, dokumenter og alle andre filer er lagret.



Epletips fra Magnus

På eldre Macer kan harddisken byttes ut og oppgraderes. Dette vil gjøre merkbar forskjell og maskinen vil fremstå som ny! Ta kontakt med oss for å se hva vi kan gjøre for din Mac.

MEMORY MONITOR

Alle datamaskiner har hukommelse (RAM) for å kunne fungere. Med hukommelse menes antallet oppgaver Macen kan huske på og jobbe med Samtidig. Når hukommelsen blir full henger Macen seg ofte opp. Memory monitor sørger for å optimalisere hukommelsen slik at den aldri blir full.



Søk etter Memory Monitor i App Store for å laste ned og installere. Trykk på Optimize en gang i blant for en raskere maskin!

IKKE-ANBEFALT

20%
rabatt
frem til 30.10.

I motsetning til programmene over, finnes det flere mer vi anbefaler deg å styre unna.



MACKEEPER

Det har vært flere medieoppslag og styr rundt dette programmet. Vår erfaring tilsier at de prøver å lure personer til å tro at det er fare på Macen og i tillegg vil ha penger for å fikse opp i det.

Bruk Bitdefender Virus Scanner og Malwarebytes over for å holde Macen din trygg.



HOLA

Flere av våre kunder bruker programmer for VPN for å se norsk nettv utenlands. Dette medfører risiko og verst er VPN-tjenesten Hola!. Dette programmet åpner dører for trusler og vi fraråder alle å bruke det.

5 TING DU IKKE MÅ GJØRE

1. Aldri skru av maskinen
2. Aldri avslutte programmer
3. Ha stappfull harddisk
4. Ikke oppdatere OS og Apps
5. Ikke ha backup

Ny Nettside

Nye Nettkurs

Nettbaserte kurs

[Bilder](#)[Effektivisering](#)[iCloud og skyen](#)[iPad og iPhone](#)[Mac](#)[Mest populære](#)[Nybegynner](#)[Rens og opprydding](#)[Sikkerhet](#)[Viderekommen](#)[Webinar](#)

Prøv dette kurset gratis

Ny på Mac-kurs

Lær alt fra det helt grunnleggende til hvordan du tar backup av Macen din.

[Mac](#)[Nybegynner](#)[Viderekommen](#)

Prøv dette kurset gratis

Mac-rens på 1-2-3

Som med alt annet trenger Macen din vedlikehold. Lær å gjøre Macen

[Mac](#)[Topp 5](#)[Må vite](#)

Prøv dette kurset gratis

Bilder-kurs

Lær alt du trenger å vite om Bilder på Mac så du får orden og glede av

[Mac](#)[iPad & iPhone](#)[Nybegynner](#)



Bilder-kurs

De aller fleste tar utallige bilder med sin iPhone, iPad eller et kamera. Men hva skal du gjøre med bildene etter at du har tatt de?

Bilder er iPhotos arvtager og Apples nye bilde-program. For mange har overgangen vært stor, med et helt nytt utseende og et annet oppsett. De aller fleste funksjonene er tatt med fra iPhoto men det er også kommet noen nye.

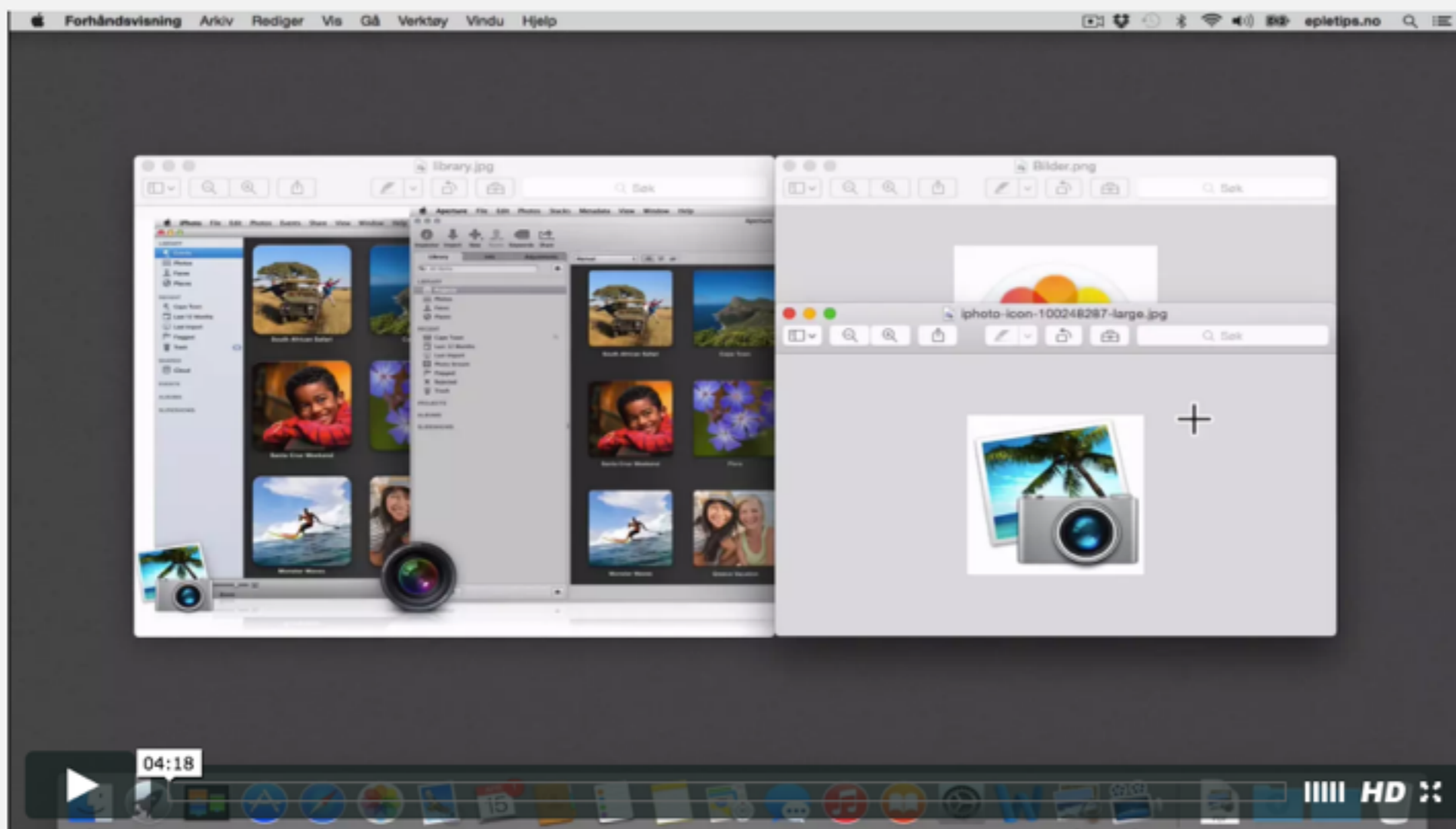
Læringsmål:



- 🕒 1 time og 47 min
- 🎥 19 snutter
- 💬 Spørsmål og svar
- 👤 533 deltakere
- 😊 Fornøydgaranti

[Prøv kurset gratis](#)

[Bli medlem for full tilgang](#)



Forskjellen på Bilder og iPhoto?

Gå til neste snutt



> Forskjellen på Bilder og iPhoto?

● Fra iPhoto til Bilder

● Oversikt over Bilder

● Importering av bilder fra kamera

● Importering av bilder fra iPhone

● Importering av bilder fra PC, mappe og harddisk

● iCloud Bildestrøm

● iCloud-bildebibliotek

● Organisering: Oversikt

● Organisering: Opprette Albumer

● Organisering: Ansikter

● Organisering: Søk

● Forbedring: Hva er forbedring?

● Forbedring:

Over 50 kurs

Lær i ditt eget tempo

Du kan spole frem og tilbake og se kursene så mange ganger du vil


20%
rabatt
frem til 30.10.

HJELP PÅ DAGEN 24 02 20 25 LOGG INN


eplehjelp Tips & triks Kurs Epleblokka En-til-en-hjelp Bedrift Søk

Nettbaserte kurs


Bilder Effektivisering iCloud og skyen iPad og iPhone Mac Mest populære Nybegynner
Rens og opprydding Sikkerhet Viderekommen Webinar

 Prøv dette kurset gratis


Ny på Mac-kurs
Lær alt fra det helt grunnleggende til hvordan du tar backup av Macen din.
Mac Nybegynner Viderekommen


 Prøv dette kurset gratis


Mac-rens på 1-2-3
Som med alt annet trenger Macen din vedlikehold. Lær å gjøre Macen
Mac Topp 5 Må vite

 Prøv dette kurset gratis

Bilder-kurs
Lær alt du trenger å vite om Bilder på Mac så du får orden og glede av
Mac iPad & iPhone Nybegynner








Nettkurs anbefales til deg som:

1. Har lyst til å lære deg grunnleggende en gang for alle
2. Har lyst til å få geniale tips og råd
3. Ikke har tatt et Mac-kurs før
4. Har behov for å repetere en ting eller to en gang i blant
5. Ikke har lyst til å sitte i en butikk sammen med 10 andre i 2 timer, dra hjem og ikke huske så mye
6. Tror at det å prøve og feile er viktig og lærerikt
7. Har lyst på tilgang til over 50 kurs, skreddersydd kursmateriale og «alt det viktigste du trenger å vite om Mac, iPad og iPhone din»



HJELP PÅ DAGEN 24.02.2025 LOGG INN

eplehjelp Tips & triks Kurs Epleblokk En-til-en-hjelp Bedrift

1 time og 47 min
19 snutter
Spørsmål og svar
533 deltakere
Fornøydeggaranti

Prøv kurset gratis
Bli medlem for full tilgang

Bilder-kurs

De aller fleste tar utallige bilder med sin iPhone, iPad eller et kamera. Men hva skal du gjøre med bildene etter at du har tatt de?

Bilder er iPhotos arvtager og Apples nye bilde-program. For mange har overgangen vært stor, med et helt nytt utseende og et annet oppsett. De aller fleste funksjonene er tatt med fra iPhoto men det er også kommet noen nye.

Læringsmål:



Våre tjenester



Gratis tips & triks

Gjør hverdagen enklere



Nettbaserte kurs

Lær i ditt eget tempo



Epleblokka

Våre beste tips, i fysisk form



En-til-en-hjelp

Hjelp når du trenger det



Bedrift

Tilpasset hjelp og prioritet

www.eplehjelp.no

Husk at du altid kan få
En-til-en-hjælp, Mac-rent, Bedriftshjælp med mere.

Bare ring oss eller chat med oss på nettsiden



20%
rabatt
frem til 30.10.

Spørsmål og svar

20%
rabatt
frem til 30.10.

Husk tilbudet,
tips gjerne en venn som kan
trenge dette
og takk for at du så på.

Vi gleder oss til å se deg igjen :)

- på nettkurs?
- webinar neste søndag?
- neste Norgesturné vi skal på?
 - hos oss i Oslo?