

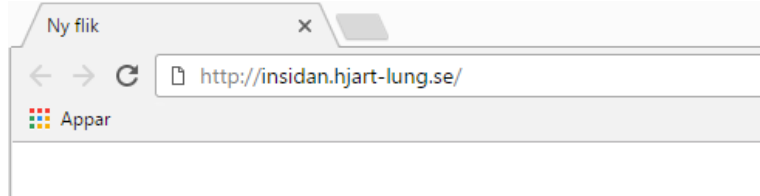
## Innehåll

Guide till inloggning för din Läns eller Lokalförenings e-post .....	2
Tänk på! .....	4
Tips! .....	5
Hur skapar jag mitt bokmärke i Chrome? .....	5
Hur skapar jag mitt bokmärke i Internet Explorer? .....	5

## Guide till inloggning för din Läns eller Lokalförenings e-post

Denna guide skall hjälpa dig att navigera in till din förenings eller läns e-post. För att logga in på din e-post så gör du på följande sätt

I adressfältet i din webbläsare skriver du in <http://insidan.hjart-lung.se>



Du kommer då in på riksförbundets webbplats på Insidan. Där väljer du i menyn nere till vänster "Epost" (1)

A screenshot of the Riksförbundet HjärtLung website. At the top left is the logo for Riksförbundet HjärtLung. To the right of the logo are navigation links: "Om oss", "Kontakt", "Press", "Webbutik", "Föreningsstöd", and "Hitta din förening". Below this is a dark navigation bar with buttons for "Hjärta", "Lungor", "Forskning", "Projekt", "Stöd oss", and "Bli medlem". A search bar is on the right of this bar. Below the navigation bar, the text "Riksförbundet / Insidan" is visible. The main content area features a colorful, abstract illustration of a person running, a dog, and various symbols of health and activity. Below the illustration, there is a "Välkommen!" message. On the left, there is a menu titled "Insidan" with two items: "Medlemsregister" and "Epost". A red circle with the number "1" highlights the "Epost" item. The "Välkommen!" message contains the following text: "Du har kommit till Riksförbundet Hjärt-Lungs intranät. Det är förbundets interna hemsida som riktar sig till funktionärer och anställda. Vid problem med inloggning kontakta [support@hjart-lung.se](mailto:support@hjart-lung.se) Uppge vilken förening det gäller, samt var problemet uppstår (e-post, webb, medlemssystem eller forum) Klicka på menyn till vänster för att välja vart du vill administrera."

Klicka sedan på Epost ikonen (2)

Riksförbundet HjärtLung

Om oss | Kontakt | Press | Webbutik | Föreningsstöd | Hitta din förening

Hjärta Lungor Forskning Projekt Stöd oss Bli medlem

Riksförbundet / Epost

Insidan
Medlemsregister
Epost

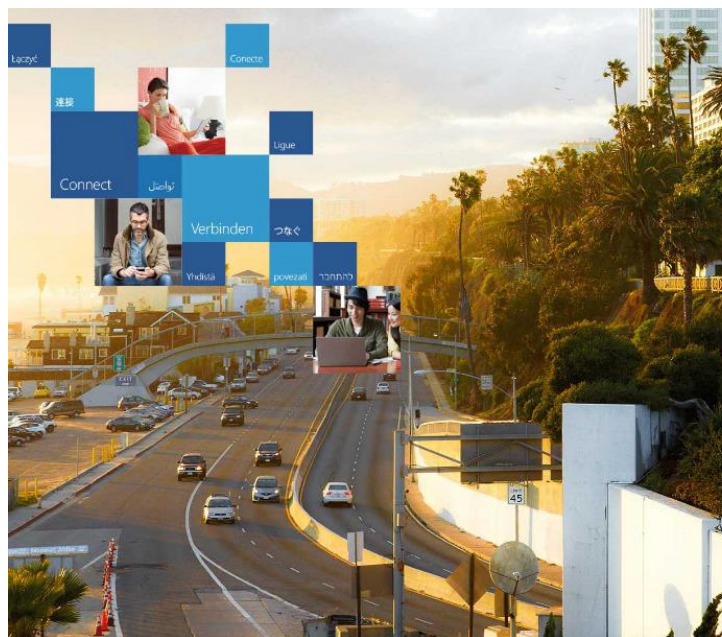
## Läs e-post

Logga in på er förbundsepost genom att klicka på bilden nedan

Dela artikel

f t in

Här skriver du in ditt **användarnamn** följ av ditt **lösenord** (1 \*). Om du vill slippa skriva ditt lösenord varje gång så klickar du i denna ruta som säger "Jag vill förbli inloggad" (2) och avslutar med att klicka på **Logga in** (3)



Office 365

1

Här skriver du in ditt användarnamn

Lösenord

Jag vill förbli inloggad

2

Logga in Bakåt

3

Kan du inte komma åt ditt konto?

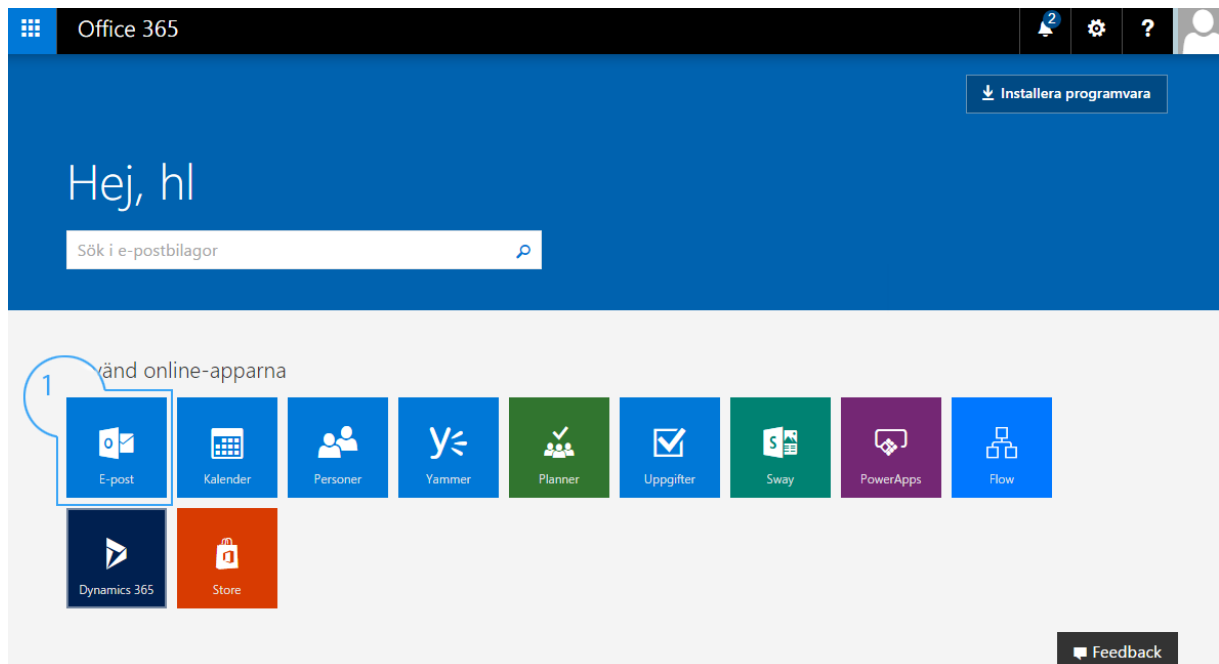
© 2016 Microsoft

Användningsvillkor Sekretess och cookies

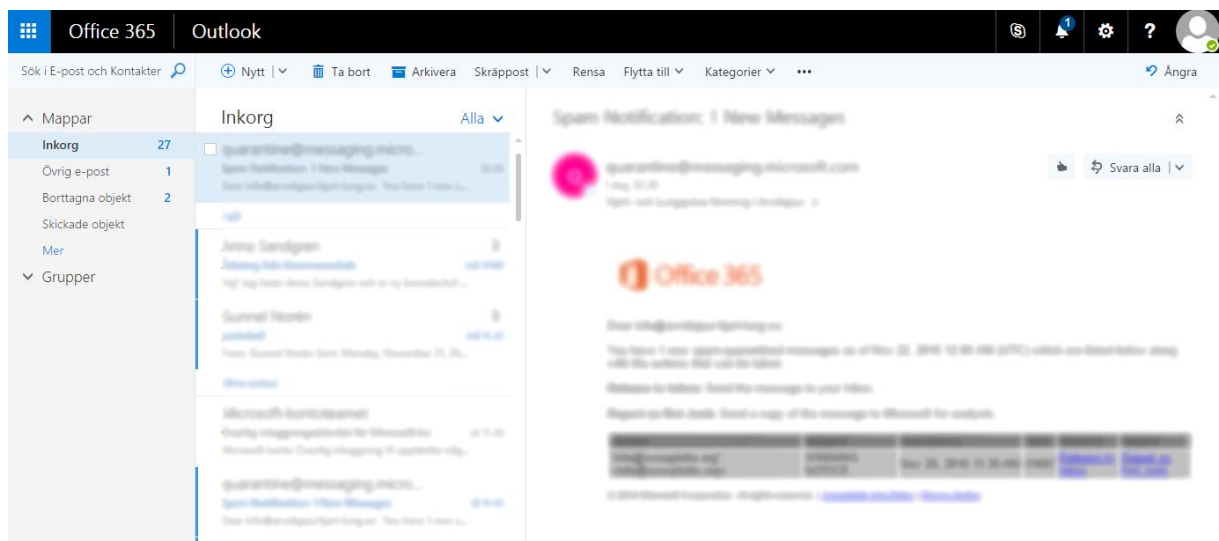
Microsoft

\*Användarnamnet är den [info@foreningsnamn.hjart-lung.se](mailto:info@foreningsnamn.hjart-lung.se) adress du fått av Riksförbundet

Första gången du loggar in kommer denna sida att visas. Klicka på E-post symbolen (1) för att komma till din inkorg



Så är du inne på din inkorg och kan läsa din e-post 😊



## Tänk på!

Att begära ett nytt lösenord av förbundet när någon som har tillgång till eposten avgår. Detta görs via ett epost meddelande till [support@hjärt-lung.se](mailto:support@hjärt-lung.se)

Ändringsförfrågan till förbundet skall göras av ordföranden. Detta kan även göras på förbundets webbplats på denna länk. <http://www.hjärt-lung.se/epost>

## Tips!

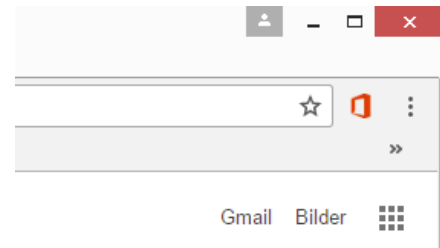
När du har loggat in på din e-post sida så skapa ett bokmärke så slipper du alla steg ovan och kommer direkt in till din inkorg.

### Hur skapar jag mitt bokmärke i Chrome?

Högst uppe till höger i webbläsaren Google Chrome hittar du en vit stjärna och tre horisontella streck/prickar.

Klicka på den vita stjärnan för att lägga till favoriter i bokmärkesfältet eller i en mapp, t.ex. övriga bokmärken. Nästa gång du besöker en favoritsida ändras stjärnans färg till gult. Det betyder att du redan har bokmärkt den.

Ett annat sätt är att du håller ner din **Ctrl** tangent samtidigt som du trycker på Tangenten **D**



### Hur skapar jag mitt bokmärke i Internet Explorer?

Högst uppe till höger i webbläsaren Internet Explorer hittar du ett hus, vit stjärna och ett kugghjul.

Klicka på den vita stjärnan och välj ”Lägg till i favoriter” för att lägga till i bokmärkesfältet eller i en mapp, t.ex. övriga bokmärken.

Ett annat sätt är att du håller ner din **Ctrl** tangent samtidigt som du trycker på Tangenten **D**

