



Attitude-IT

Gratis vejledning

Skift din password-manager

Fra Apple password-manager (Icloud) til Proton Pass

En praktisk gør-det-selv-guide til at eksportere dine gemte adgangskoder fra Apple, importere dem i Proton Pass og rydde op bagefter.



Hvorfor du skal skifte din password-manager

Passwordmanagers indlejret i din browser, uanset hvilken browser du bruger, skaber en unødigt afhængighed.

Hvis du gerne vil have kontrol og ejerskab over dine passwords, så skal du bruge en (open-source) Passwordmanager der er uafhængig de store kommercielle leverandører, og adskilt fra din browser.

Disclaimer

I denne vejledning har vi valgt at bruge Proton som eksempel, der findes mange gode password managers derude – både gratis og betalte. Vi fokuserer på Proton Pass i denne guide, fordi (vi selv bruger den) det er:

- Gratis og fuldt funktionsdygtigt.
- Du får ubegrænsede passwords,
- Mulighed for 2FA og synkronisering uden at betale.
- End-til-end-kryptering. Dine data er krypteret, så selv Proton kan ikke læse dem.
- Brugervenligt Designet er overskueligt og nemt at komme i gang med – perfekt til både begyndere og øvede.
- Åben kildekode Koden er offentligt tilgængelig, så sikkerheden kan verificeres uafhængigt.
- Du kan bruge samme metode til andre password managers



Skift din password-manager

Sådan flytter du dine adgangskoder fra Apple Icloud Password Manager til Proton Pass

Det skal du have klar

- En mac computer/ Iphone med og adgang til din nuværende Apple Icloud-konto
- 10-20 minutter uden forstyrrelser
- En plan for at slette CSV-filen bagefter, fordi den indeholder adgangskoder i klar tekst.

Overblik over processen

Trin	Hvad du gør
1	Opret en gratis Proton-konto
2	Eksporter dine adgangskoder fra Apple Password Manager
3	Importer CSV-filen i Proton Pass
4	Ryd op i gamle, svage eller genbrugte adgangskoder
5	Opdater et password korrekt
6	Slet de gamle data i Apple
7	Afsluttende tjekliste



1. Opret en gratis Proton-konto

Proton Pass kan bruges gratis, og du behøver ikke at betale for at få en fuldt funktionsdygtig adgangskodehåndtering.

1. Gå til proton.me/pass.
2. Klik på Opret gratis konto (Create a free account).
3. Vælg Gratis-planen - den giver dig ubegrænsede adgangskoder, synkronisering på flere enheder, 2-faktor-autentificering og sikker kryptering.
4. Udfyld oprettelsen med din nyoprettede e-mail og en stærk hovedadgangskode. **Husk denne adgangskode.**
5. Download Proton Pass som browserudvidelse og eventuelt som app til din telefon, når kontoen er oprettet.

2. Eksporter dine adgangskoder fra Apple password

Nu skal du hente dine eksisterende adgangskoder ud af Apple Password Manager som en CSV-fil.

1. Åbn Iphone indstillinger – Apps - Safari
2. Rul ned til punktet "historik og websteder" – tryk eksporter.
3. Fjern "prik" fra alt andet end password/adgangskoder.
4. klik på gem, filen ligger i overførsler
5. Flyt filen fra overførsler til drive på din Iphone
6. Nu skal du bruge en computer (Mac, Windows eller Linux)
7. Log på icloud.com for at tilgå dit "drive"
8. Bekræft at filen "eksport fra safari <dato>" ligger der.
9. Download filen lokalt til din computer
10. Slet filen i drive.



3. Importer filen i Proton Pass

Importen kan udføres direkte fra Proton Pass-udvidelsen i browseren.

1. Installer Proton Pass-udvidelsen fra proton.me/pass/downloads, hvis du ikke allerede har gjort det.
2. Klik på Proton Pass-ikonet i browseren og log ind med din nye Proton-konto.
3. Åbn menuen øverst til venstre og vælg Indstillinger.
4. Gå til fanen Import og vælg Apple password som provider.
5. Upload CSV-filen fra punkt 9 (lokal fil) under trin 2 og klik på Importér.

4. Ryd op og få overblik over dine adgangskoder

Når importen er gennemført, er det en god idé at bruge lidt tid på at rydde op. De fleste har gamle, svage eller genbrugte adgangskoder liggende.

4.1 Kig efter disse problemer

Advarsel	Hvad det betyder
Genbrugt password	Det samme password bruges flere steder. Det øger risikoen, hvis én konto bliver kompromitteret.
Svag styrke	Passwordet er for kort eller for let at gætte.
Gamle passwords	Du har konti eller logins, som måske ikke længere er i brug og bør vurderes eller slettes.

4.2 Prioritér de vigtigste konti først

Prioritet	Eksempler
Høj	E-mail, netbank, sociale medier, Apple- eller Google-konto
Mellem	E-handel, streaming og arbejdsrelaterede tjenester
Lav	Engangskonti, nyhedsbreve og tjenester, du ikke længere bruger



5. Opdater et password korrekt

Når du ændrer et password, så gør det rigtigt første gang, så Proton Pass kan gemme den nye version korrekt.

1. Åbn login-siden for tjenesten i din browser.
2. Log ind med det gamle password.
3. Gå til tjenestens sikkerheds- eller kontoindstillinger og vælg skift password.
4. Generér et nyt stærkt password i Proton Pass. Gå gerne efter 16-20 tegn og brug både store og små bogstaver, tal og symboler.
5. Gem ændringen på tjenestens side og bekræft, at Proton Pass må opdatere det gemte password.

6. Download Proton Pass på din Iphone (Appstore)

1. Åbn Proton Pass på din Iphone, og log ind.
2. Skift din primære adgangskode manager til Proton Pass, under menuer "autofyld & adgangskoder.



7. Skal jeg slette de gamle data i Apple?

Apple adskiller sig fra nogle af de andre passwordmanagere på markedet, hos Apple har du nemlig mulighed for at dele dine password / nøglering med andre, f.eks. din familie.

ADVARSEL, Hvis du begiver dig ud i at slette eller rydde op i dine passwords, skal du allerførst sikre dig at du ikke deler med andre.

Det er altid en god ide, lige at beholde sine "gamle " adgangskode manager et stykke tid efter du har skiftet, så kan du altid gå tilbage, hvis der er noget der mangler, eller driller undervejs.

Hvis du vil slette, kan du følge disse steps.

1. Gå til adgangskoder
2. vælg alle
3. slet.



8. Afsluttende tjekliste

- Jeg kan logge ind i Proton Pass på mindst én enhed.
- Mine vigtigste adgangskoder er importeret og testet.
- CSV-filen fra eksporten er slettet.
- Apple adgangskodeadministrator er ryddet op.
- Apple gemmer ikke længere nye adgangskoder automatisk.

Næste skridt

Når du er kommet i gang, kan du bruge samme metode til andre password managers. Det vigtigste er, at din adgangskodehåndtering bliver uafhængig af browseren og nem at tage med videre.

Det er rigtig kontrol over egne data.

Hvis du har kommentarer eller forslag til forbedringer, er du velkommen til at skrive til os.

Brug kontaktformularen på vores website: www.attitude-it.dk

God fornøjelse