

Autism

- Hur personer med olika funktionsnedsättningar använder internet

Datainsamlingsperiod: 2019-06-07 till 2020-01-09

Antal svarande: 280

Publiceringsdatum: 2020-03-10

Begripsam

www.begripsam.se

Stefan Johansson

Stefan.johansson@begripsam.se

0708-23 10 64

Om rapporten och undersökningen

Detta är en delrapport i undersökningen Svenskar med funktionsnedsättning och internet. Undersökningen har genomförts av Begripsam med vetenskapligt stöd från KTH. Den har finansierats av Post- och Telestyrelsen och med egna medel från Begripsam samt stort ideellt engagemang från kontaktpersoner i föreningar och organisationer som hjälpt oss med att förmedla information om undersökningen. Frågor och svarsalternativ har utarbetats av medlemmar i föreningen Begripsam.

Undersökningen kompletterar den officiella statistiken om vad svenskar gör på internet och hur de tycker smarta telefoner, datorer och surfplattor fungerar. De personer som deltagit i undersökningen har olika diagnoser, funktionsnedsättningar och svårigheter.

Mer information om undersökningen hittar du på www.begripsam.se

Innehåll i rapporten

Om rapporten och undersökningen	2
Diagnoser och svårigheter	3
Internet	8
Smart telefon	30
Dator	34
Surfplatta	36
Bakgrundsuppgifter	39
Begripsam AB	47

Diagnoser och svårigheter

Vilken eller vilka av dessa diagnoser, funktionsnedsättningar eller svårigheter har du?



	Procent	Antal
ADD	18%	50
ADHD	30%	83
Afasi	0%	0
Autismspektrum (Autism, Asperger)	100%	280
Bipolär	5%	15
Blind	0%	1
CP	2%	5
Demens, Alzheimer	0%	0
Depression	31%	86
Dyslexi	8%	22
Dyskalkyli, matematiksvårigheter	8%	21
Döv, barndomsdöv	0%	0
Döv, vuxendöv	0%	0
Dövblind	0%	0
Epilepsi	4%	11
Grav hörselnedsättning	0%	1
Grav synnedsättning	1%	2
Hjärnskada, förvärvad	1%	2
Huvudvärk, migrän	13%	36
Kommunikationssvårigheter	14%	39
Koncentrationssvårigheter	26%	74
Kroniskt trötthetssyndrom	7%	19
Känslig för starka intryck (flimmer, ljus, ljud)	41%	114
Läsvårigheter	8%	22
Minnessvårigheter	21%	59
MS	1%	4
Parkinson	0%	0
Räknesvårigheter	9%	24
Rörelsehinder, finmotorik	8%	21
Stroke	1%	2
Schizofreni, psykosjukdom	0%	1
Självförtroende/självkänsla, bristande	27%	76
Skrivsvårigheter	6%	17
Social rädsla	23%	64
Språkstörning, DLD	5%	14
Svårt att förstå	9%	24
Svårt att lära mig nya saker	9%	24
Svårt att komma igång eller avsluta saker	37%	103
Svårt att sitta	5%	14
Svårt att behålla fokus på en uppgift	19%	54
Talsvårigheter	3%	9
Utvecklingsstörning eller intellektuell funktionsnedsättning	10%	29
Ängest	34%	96
Annan, beskriv vad	12%	34

Annan, beskriv vad
OCD (3)
+60 år
ARFID (selektiv ätstörning) BMI under 13
Allergier
Autism
Blåsstörning/rik, synstörning Diplopi
DCD
Diabetes typ 1
Dissociativt syndrom uns
Downsyndrom
Dystrofia Myotonika
Ehlers Danlos syndrom
Ehlers Danlos syndrom
Gad
Hjärt, lung, reumatiska sjukdomar, samt Livsfarlig fetma pga väldigt låg ämnesomsättnings nivå.
Hörselnedsättning
Komplex PTSD. ARFID
ME. POTS, Willis Ekboms, Ehlers Danlos, Raynauds
Motorik- och koordinationsstörning, cerebral synnedsättning som innebär svårigheter att tolka synintryck
Psoriasisartrit, kroniskt smärttillstånd ev fibromyalgi, trötthet
Selektiv mutism
Svårt att lära mej andra språk.
Tics
Trotssyndrom
Utmattnig
Utmattningsyndrom
angiödem allergi. Det är mat allergi, dessutom autism gör att man tål inte viss mat heller.
könsdysfori
svårigheter med grovmotorik,skilja på höger och vänster osv.
Är i utredning för afasi, kan tappa talet. Fick en stroke i april. Kommunikationssvårigheterna beror på situationen, tex på jobbet går det bra, men kan inte gå tex till IKEA utan att må dåligt, kan inte få fram vad hon vill säga till tex personalen.Läser inget men kan bokstäverna. Har fotografiskt minne, memorerar allting istället för att läsa. PSTD. Har inte jättemycket talsvårigheter. Ska på utredning för MS. Angående rörelsehinder kan hon inte grabba tag i saker, tex hålla i mindre saker. Ang självförtroende, undviker hon att göra saker pga att hon inte klarar av samma saker som hon tidigare gjort. Har problem att vara på vissa platser där det är mycket folk, tex festival.
Är ofta i min egen värld (schizoid personlighetsstörning?)
Ätstörning UNS, Utmattningsyndrom (upprepade gånger)

Är det något du vill förklara ytterligare om dina diagnoser, funktionsnedsättningar och svårigheter? Beskriv gärna!

Kromosomdeletionen 16p11.2 som ligger till grund för mina svårigheter.

En och en är de ok, tillsammans blir det svårt

OCD- dermatillomani

Föddes med navelsträngen virad runt halsen och hade svårt att andas, navelsträngen togs bort, men inte snabbt nog och jag fick en bestående hjärnskada som get mig funktionshinder i form av asperger/autism för resten av livet. Jag behöver ofta längre tid på mig både med att komma igång med att göra saker, i synnerhet tråkiga saker, men också att behålla fokus så att man inte går iväg och gör något annat roligare som att läsa en serietidning.

Är för duktig på att "spela normal" och klarar mycket själv, så det är väldigt svårt att få omvärlden att förstå de gånger jag behöver hjälp. Får höra att jag bara gör mig till när jag ber om hjälp (nekas hjälp) och får sedan skäll när jag misslyckas med saken på egen hand. Typisk dubbelbestraffning och jag blir sjukare varje gång jag bränner ut mig. Jag önskar verkligen att folk kunde lyssna på vad jag säger att jag behöver, så att jag slipper bli sjuk!

Jag har Komplex ptsd, autism och ARFID och är högbegåvad enl. Test. Knepigt att vara så högfunktionell i vissa saker och lika smart som ett kylskåp i andra. Blir ofta inte trodd.

Vet inte riktigt.

Har även hjärtsvikt efter en infarkt.

Även utmattningssyndrom

fibrodimma.

Epilepsi med ep-mediciner som är en av mina funktionsnedsättningar ger efter 40 år olika kognitiva problem.

Svårt att vara med jämnåriga kompisar. Klarar inte av att koncentrera mig så länge i taget. Ofta väldigt trött och behver gå undan från människor.

Jag är väldigt rak och känner att det många gånger blir missförstånd pga det.

Tror den här enkäten är paj

Har en cocktail av: asperger, fibromyalgi, ryggvärk, maskerad depression och sviter av utmattningsdepression. Ibland har de liknande symptom men ofta så krockar det. T.ex. när AS behöver ut och röra på mig men fibro har värk och behöver vila.

Nej

Blir ofta missförstådd. Folk lyssnar inte vad jag igetligen säger har svårt med ironi

Jag fick diagnos Autismspektrum i vuxen ålder.

För mycket att berätta

ADD OCH Atypisk autism är nog grunden till de svårigheter/promlem som jag har. Att leva med dessa svårigheter... Odiagnostiserad till 42 års ålder... gör att nog att man drar på sig bidiagnoser.

ADD och Atypisk autism är nog grunden till de svårigheter/promlem jag upplever. Pga att jag inte fått diagnos förens vid 42 års ålder han jag nog dragit på mig en del bidiagnoser.

Har svårt att förstå talad engelska och svårt att själv tala engelska vilket då även hindrar mej från att lära mej andra språk.

Har längre tid på mig att lära mig saker än personer som inte har diagnosen som jag har.

Har längre tid att lära mig vissa saker.

Vad innebär ytterligare? Aspergers och ADHD i kombination är väldigt ofta i konflikt och det är svårt att bena ut vilken av de diagnoserna som behöver stöttas upp där och då. Eller vilken nedsättning som är från vilken diagnos. Ängest och oro är livspåverkande. Men samtliga svårigheter och diversiteter är främst så påtagligt ignorerade av värden och samhället. Fast det heter att det ska utbildas om NPF och att det ska talas högt om psykisk ohälsa, så visar värden okunskap och försäkringsbolagen visar att det inte räknas som ohälsa. Inte ekonomiskt i varje fall. Vare sig diagnoser eller tillstånd. Utmattning - nej. Adhd - nej. Aspergers - nej. Oro? Ängest? Här har du medicin. Fungerar inte? Nehe - här ta en ny då. Ge det tid.

Klumpig, speciellt när jag är trött. Duktig och noggrann på en del saker. Ganska nedstämd och tycker det är ansträngande att försöka ta sig ur det, men kan skoja och underhålla. Specialintressen och

diverse fixeringar ibland. Stundvis skumma ocd-grejer. Umgås alltmer sällan med vänner, men man vänjer sig eller nåt. Jobbet e schysst iaf.

Jag är fysiskt klumpig när jag är trött. Bra och noggrann på en del saker, katalogisering och fixering. Kass på sociala saker, så dragit mig undan. Är vanligtvis på bäst humör när jag jobbar, pga fyller en funktion då, vilket jag har svårare att känna i det privata.

Selektiv mutism innebär att jag får ångest i vissa situationer/platser när jag ska prata så jag får inte fram några ord. Pratar helt obehindrat med familjen.

Svår autism. Begåvning på gräns till utvecklingsstörning.

Fått autismSpektrum sen barndom

De har svårt att se vad man Menar ibland

Adhd-pi Autism Social fobi Agora fobi EDS Dyslexi

Atypisk autism pga hjärninflammation vid födseln

Jag fick tidigare diagnosen social fobi som ung men har jobbat mycket med det och klarar numera av att vara ute bland folk och jobbar 75 procent. Har dock svårt att komma ut igen om jag av olika anledningar sttit inne några dagar, ex pga sjukdom. Har Aspergers syndrom, vilket för mig mest innebär problem med hörselintryck, blir fort trött och får spänningshuvudvärk. Svårt att komma igång med saker och när jag väl kommer igång är det nästan lika svårt att sluta.

Ibland är det riktigt bra och ibland riktigt dåligt

A-typisk autism.

Minnessvårigheter som i svagt arbetsminne

Håller på med utredningen av ADHD

Varit sjuklig sen födseln och spädbarnsåren så aldrig varit frisk Astma sömn apne hjärtsvikt flimmer i förmak och värk slutar Andas nattetid. Gnisslat tänderna ända sen jag var liten och fick tänder i spädbarnsåren. Dessutom social misär med alkoholister nära mig i släkten som även tagit till våld så mängder under mina 34 första år nu är jag 51 men själsliga sår finns kvar. Alltför mycket känns det som alltför ofta.

Jag har en motorik- och koordinationsstörning som heter Developmental Co-ordination Disorder (DCD) samt en cerebral synnedbörning som heter Cerebral Visual Impairment (CVI). Det senare innebär att jag har stora svårigheter att förstå det jag ser, trots att jag har fullgod synskärpa.

Jag har även utmattningssyndrom

AD/HD är väldigt komplext och oerhört individuellt. Att anses vara högfungerande samtidigt som man inte klarar av de till synes enklaste sociala vardagsfunktionerna såsom att; passa tider, betala räkningar, hålla ordning och reda i hemmet.

Gör uppgifter för snabbt så att jag blir väldigt trött när jag kommer hem så att jag har problem med att ta hand om barnen/hushållet. Tror att jag har schizoid personlighetsstörning (ej schizofreni!) men har bara diagnos för ADD och Aspergers.

Koncentrationssvårigheter och svårt att komma igång med uppgifter och att hålla fokus på grund av min ADD

Har en stor komplexitet av problem vilket gjort mig svårutredd och feldiagnosticerad tidigare.

Förstår inte meningen med skola, livet, allt!

Motivationsstyrd och kravkänslig. Svårt att förstå meningen med olika kommunikationshjälpmedel. Skulle vilja tycka att spelappar är roligt men de är för svåra eller för barnsliga eller tråkiga.

Kombination av långvarig överbelastning och AST som ger partiell mutism, kan "jobba" utifrån omvärldens behov men inte försvara egna intressen. Ett moment 22, arbeta sig ur en överbelastning för att kunna säga jag orkar inte längre , knepigt.

?

Oerhört dåligt att myalgisk encefalomyelit inte är med i listan, när MS är det, vilket är den närmst besläktade sjukdomen och dessutom är hälften så vanlig och oftast mindre funktionsnedsättande än ME. Har även Ehlers-Danlos, vilket ofta ger nack, och hjärnpåverkan rent fysiskt, kan vara därför som jag har dålig kontroll över halva kroppen. POTS och dysautonomi, en annan nervsjukdom ofta med autoimmuna drag, Denna gör att jag helt enkelt har svårt att vara upprätt och påverkar stora delar av det autonoma nervsystemet och inte klarar värme, Har även Willis Ekboms sjukdom, med kraftiga krypningar i hela kroppen om jag inte hela tiden rör på mig, tar dock saker som oftast håller det i

schack.
att jag e den typen som inte vill sitta still för mycket eller att jag gillar att umgås med folk fast inte för mycket
Autism utan intellektuell nedsättning
Har grava sömnstörningar och komplex PTSD. Min Ehler Danlos syndrom, EDS, bindvävssjukdom gör mig periodvis rörelsehindrad och begränsar mig.
Har diagnoser atypisk autism, adhd som ev ändrats till add. Har fått gad diagnos, lidee av panikångest och undviker platser kopplade till ångest. Har ptsd. Ska utredas vidare inom bipolaritet. Har språkstörning och en variant av dyslexi. Har svårigheter med att skriva text. Har stora matematiksvårigheter. Har inte fått diagnoser på pappret kring dyslexi, dysgrafi eller dyskalkyli. Hab säger att dem ingår i mina svårigheter kopplade till autism och adhd. Jag vet att det vore praktiskt att få papper på svårigheterna.
Jag har dystymi, d.v.s. kronisk depression på lägre nivå än akuta egentligen depressioner. Som en följd av hur jävligt livet är för oss AST:are.
Nej, det är det inte.
ME är den största funktionsnedsättningen, Myalgisk ecefalomyelit/Chronic fatigue syndrom, (d v s det som ni kallar kroniskt trötthetssyndrom).
Nej
Nej
Viss svårighet gällande igångsättning och motivation. Kraftig logiskt tänkande. Svårighet att hantera andra människors besvikelse om jag begår snedsteg.

Internet

Använder du internet?

	Procent	Antal
Ja	99%	266
Nej	1%	4
	Totalt	270

Tycker du att det är svårt att använda internet och i så fall varför?

	Procent	Antal
Jag tycker inte det är svårt att använda internet	70%	179
Det är svårt att söka information	6%	16
Det är svårt att navigera, att hitta till rätt ställe	9%	24
Det är svårt att använda tjänster (till exempel fylla i blanketter, köpa och beställa saker)	13%	34
Det är svårt att förstå innehåll	8%	21
Det är svårt med lösenord	22%	57
Det är svårt för att design och utformning är störande	14%	36
Det är svårt för att det inte fungerar med mina hjälpmedel	2%	5
Det är svårt men jag kan inte beskriva varför	3%	8
Vet inte	2%	5
Annat, beskriv vad	12%	30

Annat, beskriv vad

Allt ovan är för svårt för mig men jag har lärt mig hur SVT Barn-appen funkar och Youtube kan jag trycka på det som kommer upp men inte söka.

Att känna sig nödgad att förhålla sig till de sociala aspekterna. Algoritmer som ska "tänka" åt en besvärar mig med.

Både ja och nej att hon använder internet. Måste alltid ha någon som kan hjälpa att läsa på internet och kommer rätt.

Det är inte alltid svårt, ej heller allt som är svårt, men ibland.

Det är inte svårt för mig att använda internet egentligen, men det blir svårt pga att jag inte har någon dator eller platta och använde internet på en gammal mobil.

Det är rörigt och extremt svårt med ex kommunala hemsidor att hitta och navigera runt rätt.

Det är svårt OM design och utformning är störande eller dålig genomtänkt

Det är svårt när det blir på annat språk än svenska.

Har ofta svårt att veta vad jag ska använda för sökord för att hitta rätt. Sen tappar jag lätt fokus och glömmer bort vad det var jag eg hade tänkt göra, eftersom det hela tiden kommer upp något annat.

Har svårt att få ihop bilder och ljud. Måste ha ljudlöst och kan inte se video eller liknande utan text

Internet är väldigt hjälpsamt för mig

Ja allt utom Facebook är svårt.

Jag behöver assistans för att kunna använda internet

Jag gillade internet mer, när ramverken inte var givna, men försöker förhålla mig pragmatiskt till att det ändras.

Jag känner mig mer hemma på internet än i riktiga världen, jag skapar webbsidor och bloggar osv med koder än med färdiga layouts

Jag tycker inte egentligen att internet är svårt men vissa saker är svårare än andra, till exempel att komma ihåg lösenord. Däremot är det (oftast) lätt att återställa dem.

Kan inte skriva på svenska mera än några ord när mobilen hjälper

Låg anpassning av hemsidor för använda

Myndigheters hemsidor är omöjliga för mig

Många siter är inte mobilvänliga

Om det är på tid.

Rädd/nojig över virus.

Svårt med det sociala eftersom jag inte kan se personen jag pratar med och därför får svårt att läsa av stämning och situation på samma sätt som annars

Tar tid att lära nytt och felsökning tex varför bredbandet inte fungerar.

Uppdateringar förändrar innehåll och användning. ibland så det blir väldigt mycket krångligare att använda.

Valde 1 och 2 för att ibland får jag en bild av en objekt i huvudet men vet inte vad heter. Vet inte hur ska en mening utformas när det sökas oavsätt språk. Om datorn kunde läsa min bild i hjärnan och söka åt mig skulle vara bättre. För att det går timmar att söka exakt. Sen om jag hittat förslag vet inte vilket är bäst. Sen när jag hittat vill ha ett bättre svar. Sen blir trött och kommer inte igång efter jag hittat. Några dagar efter kommer inte ihåg vart sparade länken.

Vissa saker stör mig något oerhört för att vissa sidor inte ska fungera som de gör eller borde se ut som de gör, annars inga problem.

allt ovan, samt svårt för mina hjälp personer att reglera internet så att endast det jag är intresserad av visas, och på rätt nivå det är lätt med internet

har lätt att tappa fokus när jag läser, blir svårt med all reklam som stör i synfältet, eller dålig layout. Har också svårt när det är maskinöversatta texter eller bara dåligt språk.

Varför använder du inte internet?

	Procent	Antal
Jag är inte intresserad	0%	0
Det är för svårt	75%	3
Jag kan inte	75%	3
Jag har ingen dator, telefon eller surfplatta	0%	0
Jag har ingen internetuppkoppling	25%	1
Jag har inte de hjälpmedel jag behöver	0%	0
Det är för dyrt	25%	1
Vet inte	25%	1
Annat, beskriv vad	0%	0

Om du tycker att internet är svårt: Beskriv gärna mer i detalj varför internet är svårt.

rädslan för bedrägeri etc ökar och med tiden kanske det kommer till en punkt där jag tycker internet är svårt att använda utan att vara rädd för sådant

Lösenord är svårt

Att komma på unika lösenord till mail, Facebook, etc och inte använda samma lösenord till flera olika sidor är svårt för jag vill komma ihåg mina lösenord utan att behöva skriva ned dem på anteckningspapper.

Använder ex aldrig youtube för jag vet inte vad jag skall söka på för att hitta den infon/video som jag vill se. Svårt att se hur det fungerar och att beställa saker och därmed hur man skall fylla i alla uppgifter. Det är så många olika av samma sak och då vet jag inte vilken som är den rätta. Svårt ibland att veta vilket sökord som är bäst. Att gå in på ex kommunens hemsida är helt omöjligt och att hitta vidare på vart man skall klicka för att få upp den information man söker efter. Vilket orsakar att jag aldrig kan få ta del av All kommuninformation. Eller kunna söka rätt på en kommunanställd för ex kontakt eller fråga. Att skolan för mina barn har all info på nätet gör att jag aldrig får ta del av den och missar därmed all i formation som jag som förälder behöver. Det är för många olika steg inkl lösenord för att jag skall lyckas hitta den och kunna logga in på mina barns sidor. Skolan vägrar ge ut i pappersformat trots att jag i och med det missar allt. Det är mer men jag kommer inte ihåg allt. Kan inte ex följa bloggar för jag vet inte hur det fungerar att hitta och följa. Inte heller instagram osv.

Det är så oerhört mycket information, så det blir jättesvårt när man som jag har problem att sälla bort det som är irrelevant. Det är svårt att hålla fokus på det man försöker leta efter, när allt är designat för att man ska klicka sig vidare åt all möjliga håll. Det är också svårt att följa med i videoklipp mm när de plötsligt bryts av reklam. Jag tappar koncentrationen och måste gå tillbaka och titta igen för att hänga med i var jag var. Ibland kan man köpa premium för att slippa reklamen, men det har jag inte råd med.

Funktioner som innebär att jag ska minnas lösenord mm är ofta otillgängliga eftersom jag ofta inte kan få ihop lösenord med funktion. Måste ha samma överallt och då är det ju meningslöst.... Många intryck samtidigt är omöjligt att klara.

Ljud/ljus/rörelse samtidigt är mycket svårt. Film utan text är omöjligt för jag kan inte ha ljudet på - inte för att jag inte klarar att människor pratar utan för att det ständigt ligger bakgrundsmusik/ljud samtidigt. Kan inte höra vad folk säger om det samtidigt är andra ljud. Känner inte igen ansikten så bilder eller filmer där det gäller att känna igen vem som är vem är omöjligt. Söka information kan vara väldigt svårt om texter och färger och flimmer och bilder ligger tillsammans. Måste det vara ljud på är det omöjligt.

Jag har jättesvårt att komma ihåg lösenord. Och har svårt att orientera mig på nya hemsidor eller när en känd hemsida förändras

Osäker på om jag gör rätt när det inte är tydligt och designen har brister.

Reklamrutor som dyker upp, rörlig reklam i kanterna och "flashande"/blinkande runt det jag vill läsa stör fokus, koncentration och tröttnar ut.

Myndigheters hemsidor.

Lösenord är svårt för ibland behöver man ändra och det kan få till följd att jag har olika att komma ihåg. Vidare kan vissa sidor som bankens bankid ha tidsgräns för att logga in. Då går det inte.

Mycket text. Ofta text på språk jag ej behärskar, detta inkluderar engelska. Börjar bli mer förlåtande till skivfel, men dålig integration med stavningsstöd i webbläsare.

Det blir oftast fel i översättningen mellanrum olika enheter. Exempelvis har er lista I början av enkäten flertal tomma rutor.

Komplexitetsnivån för vitala funktioner.

Med minnesproblem är jag alla tjuvars favorit, jag har alla lösenord uppskrivna i en liten adressbok! Många effekter, flimmer, ljud etc. gör mig nästan illamående. Som nyhetskanal är t.ex. min favorit ff texttv! Två färger och stramt enkelt upplägg, oslagbart!

Tycker inte att det är svårt

Hittar jag inte det jag söker efter med en gång så tappar jag intresset för det jag söker avsett vad det är.

Det är svårt att hitta var jag ska klicka/logga in/hitta specifika saker på sidan jag besöker, allt känns rörigt och jag hittar inte det jag letar efter. Det ter sig ofta ologiskt och är som ett språk jag inte kan tyda. Ett annat problem är om jag besöker sajter som använder rörlig reklam, då tappar jag helt fokus och klarar inte av att läsa text som är bredvid den rörliga/blinkande reklamen/bannern. Jag får hålla för med något papper eller tillfälligt med handen för att kunna fortsätta läsa.

Inte så svårt. Kan kännas tufft att hitta till rätt saker och platser ibland. Komma på rätt sökord.

Svårt om inte plattan/mobilen skriver rätt när jag läser in texten

Att förhålla sig till abstrakta manifestationer av verkliga människor besvärar mig, eller jag känner mig tvungen att hålla distans då jag nojar om "illusionen av närhet" o sånt där. Samtidigt är internet bra för att finna information. Att se mig utifrån, föreställer jag mig som en tragisk syn, då jag använder internet mer än vad jag har ett socialt liv utanför arbetet.

Jag gör samma saker hela tiden så det är inte så svårt.

Lösenorden kan va svår

Jag har problem med att logga in med ett lösenord. Eftersom jag inte kommer ihåg mitt lösenord.

Det är själva tekniken och att saker inte alltid funkar som de ska, det kan ibland bli väldigt rörigt och komplicerat.

Att hålla kvar fokus på det som jag från början hade för avsikt att göra, eftersom det hela tiden dyker upp något som får mig på avvägar.

Måste komma ihåg många olika lösenord till hemsidor. Får inte ha samma på olika sidor

Använder mest bara FB och google söker att läsa om saker inget annat på google heller för förstår inte det andra.

Informationen kan vara otydlig, ibland tillomed saknas helt. Till exempel så är det ofta svårt för mig att returnera/ byta en vara jag köpt på Internet eftersom att jag behöver tydliga steg för steg instruktioner ofta får jag kontakta företaget och be om extra instruktioner men också be en vän om hjälp. Betala räkningar är också svårt eftersom att jag sannolikt har dyskalkyli, svårast är om jag har fått räkningen på papper och måste trycka in alla uppgifter manuellt då får jag be en vän om hjälp. Med betalningslösningar som klarna kan jag använda cypaste vilket gör det mycket enklare. Även avtal och villkor är svåra att förstå och min hjärntrötthet gör att jag inte kan ta emot infon, får be om hjälp av en vän.

Att navigera på "plottriga" webbplatser är svårt, eftersom min cerebrala synsättning gör att jag har svårt att orientera mig i röriga miljöer.

Skrev innan min svårighet med sökning. Vill tillägga att jag har inte handlat på nätet för att jag skulle fastna i en affär gå genom alla varor precis som jag brukar göra i en ny fysisk butik. Och kanske inte beställa ens. Annat med internet just nu är att ibland hittar man bra sidor med information som jag blir fixerad av ett tag. Sen efter ett tag sidan är stängd eller deras kanaler censureras plötsligt. Numera.

Det gäller att ha tillgång till exempelvis en dator, eller en intelligent mobiltelefon, vilket inte alla har och då blir det problem, då man förväntas att ha mobilt BankID.

Som sängliggande surfar jag mest i mobilen. Många viktiga siter (tex Mina vårdkontakter och Min myndighetspost) fungerar dåligt i mobilbrowsern. Att behöva sitta upp och använda datorn tar jättemycket energi.

Räcker att en sida jag behöver läsa har fel färg så skippar jag den. Lösenord är störtomöjliga! Finns en tjänst på min mobiltelefon som minns och låser in de lösenord jag vill komma ihåg. Tack o lov!

Svar i föregående fråga. Svårt att veta hur man skall söka och vart

Att söka information kan vara svårt pga att man måste ha exakt rätt sökord. Att förstå information är svårt om den är lång och oprecis, samt för abstrakt. Dit lösenord behöver ändras ibland. Blir svårt att minnas alla olika lösenord man har.

Det är inte svårt men en aning utmanande ibland. Generellt sett har folk dålig smak och kommunikationsproblem vilket gör att många sidor är fula och ej användarvänliga. Förmodligen för att de som beställer hemsidor inte vet vad de ska ha och utvecklarna/kodarna bara gör som de blir tillsagda. Fel saker ändras i uppdateringar och gör att jag hela tiden behöver anpassa mig till funktioner jag precis vant mig vid.

Det finns för många saker att försöka förstå på samma gång som gör en matt och hjärnam skriker och självförtroendet dalar för att en känner sig jättekorkad.

Hitta rätt information när man tex använder söktjänst. Källkritik. Lagom detaljerad information etc.

Stort utbud och många förändringar

Jag förstår inte det med appar. Jag fattar inte hur man skapar en app

inget e svårt det e bara roligt att använda internet och så där. Men jag behöver tidsbegräsning hur mycket jag sitter vid

internet kan lätt fastna vid det svårt att slita mej från nätet.
Svårt när det hänger sig och inte fungerar
Not optimal navigation for use with Keyboard Little support for open source software (bankid no longer supported on Ubuntu)
Det kan vara svårt då internet är flyktigt och förändras ofta.Svårt att komma ihåg lösenord tex.Ofta svårt att gå tillbaks på vårdguiden eller likn,förlorar ofta text som skrivs i formulär och jag behöver göra om.
Orolig ibland över att det förekommer lösenordskapningar etc, sådana slags 'hot' på nätet...
Det är tröttnade med annonser, särskilt när de är rörliga, och distraherar.
Vet ej
Vet inte om detta kommer upp senare men jag tycker mobiler och surfplattor är svåra. Jag behöver en riktig dator med ett riktigt tangentbord annars blir jag jättestressad för det går för långsamt med pekfingervals på skärm
Jag har svårt att komma ihåg lösenord. Det händer att jag måste ändra lösenordet, vilket kan vara svårt och jobbigt.

Brukar du be någon om hjälp med att göra saker på internet?

	Procent	Antal
Ja	19%	46
Nej	79%	190
Vet inte	2%	6
	Totalt	242

Vad brukar du be om hjälp med?

Boendestöd sitter med som stöd vid t.ex räkningar och beställningar, minne och kontroll att det blir rätt.
Allt möjligt Ex beställa biljetter såsom ex tåg och annat betala räkningar Söka rätt på info För att få tag på någon inom ex kommunen osv
Att formulera rätt sökord så jag hittar vad jag letar efter, hitta rätt blanketter, förstå myndighetsinformation och var jag hittar datan som krävs när jag ska fylla i alla de blanketter jag måste fylla i för att bevisa att jag är sjuk mm.
Förstå vissa grejer.
När det låser sig helt ber jag om hjälp att komma på rätt spår igen. Då ber jag om hjälp att hitta den funktionen jag letar efter. Det är oftast min make eller barn som hjälper mig
När jag inte fattar hur jag ska göra eller om jag får felmeddelande så frågar jag min sambo.
Får hjälp av boendestöd.
Min man betalar räkningar och hjälper mig åt t ex skaffa mobilt bankid.
Mamma eller pappa när internet inte fungerar
Ansökningar, blanketter
Jag frågar min man om hjälp eftersom jag vet att jag inte , oftast hittar det jag letar efter , de kan vara vadsomhålst inget speciellt,
Jag brukar be min sambo om hjälp om det är något som jag inte förstår. Jag brukar be min mamma om hjälp ibland när jag ska boka tågbiljett. Det är inte själva bokningen jag har problem med utan att orka processa alla val, alternativ, priser och tider.
Beställa saker via nätet och se så jag har internet anslutning
Översättning om det är på annat språk än svenska. Då får min dotter eller make hjälpa mej då de har engelska som andra modersmål.
Om jag ska ladda ner nåt från nätet så frågar jag min helbror eller min bonuspappa.
Om att ladda ner olika program på datorn från internet.
Mamma skriver in sökningar på ord tex olika djur som intresserar mig
Kontakt med myndigheter, ekonomi. Min exfru hjälper.
Dotter hjälper vid behov. Kommandon, kopiera, rensar i dator
betala räkningar, köpa biljetter, boka saker (hotell, resa mm) sånt där det är viktigt att det inte blir fel.
Hitta information o hjälp med att fylla i blanketter

Brukar be andra att söka efter något som jag inte vet hur jag ska hitta.
Hitta vissa saker som jag vill köpa
Deklarera, Läsa avtal och villkor, retur/ byten, pappersräkningar som ska föras in/ betalas, ibland även beställningar särskilt om de är på en site som jag inte använt tidigare . Jag ber en vän om hjälp, det kan vara en granne, min kontaktperson eller min närmsta vän.
Sökning, blanketter, frågeformulär och betalningar vid köp
Skicka tillbaka en vara
komma på sökord
Vissa saker som blanketter som ska hittas på försäkringskassan eller kontakt med vårdcentral
Att komma igång.
Lite olika saker
Betala räkningar, söka
När datorn hänger sig
Ber mamma och pappa och syskon.
Att tolka information från kommun, landsting och myndigheter. Att göra bankärenden. Att skriva brev och att fylla i blanketter.
Vuxna barn hjälper mig . Syster. När jag ej förstår oftast banker , FK , beställa .
Beställa saker Köpa saker Betala saker Hitta på kommunala hemsidor och hitta en specifik person på kommunsidan Skolornas hemsidor är också svåra
Betala räkningar där du ska ha bankdosa och har 3minuter på dig. Eller vissa beställningar.
Felsöka när internet inte funkar. Koppla ihop högtalare och andra trådlösa enheter till nätet och göra dem valbara genom tex Spotify. Backupa
Kan inte klara sig utan att någon hjälper henne på internet.
Ber om hjälp om något frustrerar mig så att jag håller på att implodera. Saker som inte fungerar som det är tänkt oftast.
Ner Datorn krånglar
När det hänger sig och inte fungerar ber jag mamma och pappa om hjälp
Ibland hjälper min mamma mig med bank-relaterade saker ifall någonting strular, men det är inte så ofta.
Brukar be min man om hjälp med inloggning.
att hitta det jag vill titta på, att slippa sådant jag inte orkar titta på, att "laga" när något inte fungerar som det ska; vårdnadshavare eller assistenter hjälper mig
Titta på Bolibompa eller Bablarna
Bankärenden. Mamma sköter min ekonomi.
när jag ska beställa saker & om banken

Vad av detta använder du?

	Procent	Antal
Blogg, har en egen	12%	29
Blogg, läser andras	29%	70
Facebook	79%	191
Instagram	57%	138
Snapchat	23%	57
Dejtingtjänster	7%	17
Vädertjänster, typ SMHI, klart.se	61%	148
Musiktjänster, till exempel Spotify	61%	149
Kartor och vägvisning	64%	156
Spela spel	62%	150
Titta på TV-program, till exempel SVT Play	64%	155
Titta på Youtube	79%	192
Titta på Netflix eller andra streamingtjänster	55%	134

Lyssna på radioprogram	33%	81
Lyssna på poddar	37%	89
Läsa dagstidning	43%	105
Köpa biljetter till resor	44%	106
Köpa biljetter till evenemang	37%	90
Boka tider till sjukvården	42%	103
Boka tider till tandvården	26%	62
Mobilt BankID	74%	181
E-legitimation, som inte är Mobilt BankID	11%	26
Swish	66%	161
Betala räkningar	66%	161
E-handel, köpa saker via internet	67%	163

Biljetter: Vad är din inställning?

	Procent	Antal
Jag försöker köpa alla mina biljetter via internet	56%	127
Jag undviker om möjligt att köpa biljetter via internet	10%	23
Inget av alternativen passar mig	34%	77
	Totalt	227

Boka tider till sjukvården: Vad är din inställning?

	Procent	Antal
Jag försöker boka alla mina tider till sjukvården via internet	40%	90
Jag undviker om möjligt att boka tider till sjukvården via internet	21%	47
Inget av alternativen passar mig	39%	89
	Totalt	226

Boka tider till tandvården: Vad är din inställning?

	Procent	Antal
Jag försöker boka alla mina tider till tandvården via internet	32%	72
Jag undviker om möjligt att boka tider till tandvården via internet	16%	36
Inget av alternativen passar mig	52%	116
	Totalt	224

Mobilt BankID: Vad är din inställning?

	Procent	Antal
Det är lätt att använda Mobilt BankID	80%	182
Det är svårt att använda Mobilt BankID	4%	10
Inget av alternativen passar mig	16%	36
	Totalt	228

E-legitimation, som inte är Mobilt BankID: Vad är din inställning?

	Procent	Antal
Det är lätt att använda E-legitimation, som inte är Mobilt BankID	19%	42
Det är svårt att använda E-legitimation, som inte är Mobilt BankID	12%	27
Inget av alternativen passar mig	69%	153
	Totalt	222

Betala räkningar via internet: Vad är din inställning?

	Procent	Antal
Det är lätt att betala räkningar via internet	68%	156
Det är svårt att betala räkningar via internet	10%	24
Inget av alternativen passar mig	21%	49
	Totalt	229

E-handla: Vad är din inställning?

	Procent	Antal
Det är lätt att e-handla	67%	154
Det är svårt att e-handla	12%	28
Inget av alternativen passar mig	21%	47
	Totalt	229

Kommentera gärna din inställning till att göra olika saker på internet

Det kan ibland vara svårt att handla saker på internet om man behöver returnera en vara eller om man inte vet vilken storlek t ex ett plagg har / om det passar mig eller inte (när det inte går att prova) Jag är osäker inför att köpa saker som kommer från internationella websidor, för jag är osäker på hur tull och sådant spelar roll för vad det slutgiltigt kostar mig.

Jag tycker e-handel kan vara svårt ibland, men det varierar mellan företag, och vad det är jag vill köpa/boka/beställa. Tider hos sjukvården skulle jag gärna boka, men det är få relevanta (för mig) vårdverksamheter som ger den möjligheten.

det är lätt att handla när fysiska affären är många mil bort

Det är för många steg vilket gör det väldigt svårt. För många lösenord som jag inte kan hålla reda på

Tycker oftast det är smidigt att göra saker på internet.

Inget är väl egentligen så svartvitt - det är mindre lätt eller mindre svårt. Ibland lätt o ibland svårt. Jag tycker inte om att allt byts ut från personliga tjänster till internet. Ofta behövs en personlig kontakt för att jag ska förstå att informationen gått fram på det sätt jag menat.

Alla köpsidor är olika och har olika inloggningsfunktioner därför blir det svårt. Men när jag lärt mig en inloggning kan jag fortsätta att handla där

Det är många saker som ibland är svårt och ibland är lätt, t.ex. boka biljett eller e-handla, för att olika företags sidor är olika bra. Tandläkare vill jag boka online men det funkar inte så jag måste ringa.

Flera av alternativen gör mig stressad. Jag väljer hellre att t ex boka tid via telefon för då är jag mer säker på att ha förstått tiden rätt.

Krängligt att veta vad som blir totalsumman.

Talsyntes skulle underlätta.

Det finns så mycket man kan göra och få hjälp med om an har internet och vet hur man ska använda det.

Alltså hela er enkät är fuckt via Facebook Android

Det är FÖR lätt att e handla jag har blivit shoppaholic

Gör inte såna aktiviteter som man behöver biljetter till. (Men kom nu på att jag var på Älvsjömessan i vintras, då betalade jag på nätet, det gick bra). Sjuk- och tandvård vill jag oftast prata med personalen så: telefonbokning.

Internet gör att jag slipper ringa telefonsamtal
För mig som inte gillar kontakt med andra människor jag inte känner så har internet gjort att jag faktiskt gör saker. Har valt en tandläkare där jag har möjlighet att boka tid online just av den anledningen. Samma med frisör och liknande. Hade jag behövt ringa hade tiderna inte blivit bokade, så internet för mig är det bästa som hänt. Det gör så att jag slipper onödigt stress och ångest över vad jag ska säga eller hur jag ska vara.
får hjälp med ovanstående
Föredrar att prata med personer direkt angående tider så jag vet att det blir rätt
Får bättre överblick över vad som finns i en affär och vilka erbjudande som finns när man handlar på nätet. Mindre stress. Ingen interaktion med med handlande eller expediter.
Det underlättar då man oftast slipper tänka på öppettider eller måste släpa hem varor i kollektivtrafiken, samt att biljetterna kan man ha i mobilen och slipper ta ledigt från jobbet för att stå i kö för att köpa/hämta ut.
Handlar inte saker på internet, tittar mest på youtube, instagram, Netflix, Facebook för jobb.
Kollar youtube, SVTplay och kollar recept.
Internet i praktiska utföranden (handla, betala, boka etc) är så sjukt skönt. Man slipper köer, människor, dofter, ljuden. Och man har allt dokumenterat.
Det är besvärande med sociala grejer, lättare med uppgifter och att handla. Söka information är ett tidsfördriv för mig, då jag sällan är motiverad att göra annat på fritiden.
Tycker allt är lätt
Mamma sköter
Det är smidigt. Jag kan dock uppleva det som irriterande när tjänster byts ut, eller när man blir beroende av att använda specifika tjänster för att utföra sysslor. Jag har hört om personalplanering för arbetsplatser via Facebook, jag vill undvika sådant.
Jag gör bara sånt jag kan. Youtube. IMDB. Wikipedia. Inget mer. Det andra får jag hjälp med.
Vissa saker funkar bättre på nätet, som handla mat eller annat. Slipper träffa folk, göra bort mig, bli missförstådd. Samtidigt gillar jag inte att allt blir elektroniskt. Det är svårt med betalkort och att hålla reda på alla kringgrejer. Bättre med kontanter, riktiga biljetter, prata med levande person när boka tid osv. Jobbigt ha allt i mobil. Var bättre hur det funkade förr.
Har inga som helst problem med att använda olika typer av internetjänster men som alla andra människor frågar en om hjälp i vissa sammanhang även om jag finner att andra oftare frågar mig.
Jag handlar helst kläder och mediciner via internet då jag tycker det är jobbigt att gå i affärer. Resor och evenemangsbiljetter undviker jag dock eftersom det ofta blir bokad på fel datum och jag märker inte det förrän det är för sent. Skulle vilja göra det via telefon.
Jag försöker sköta det mesta över Internet, det minimerar kontakt med andra människor och går oftast snabbast och smidigast. Kläder, skor och mat köper jag däremot i affär.
Det som kan vara svårt är att hitta bra sökord, tror min nedsatta förmåga att hitta sammanhang/gemensam nämnare, kan spela in.
Tycker generellt om internet, men har svårt när de flesta sidor är svåra i utseende och fel saker tar fokus, har svårt att vara säker på att det blir rätt, så läsa och kika runt är mer ok (gör inte så mkt om det blir fel), men t ex räkningar mm ber jag sambon om.
Osäkert/kännsligt
Jag har lätt för det mesta på internet, men annars tar jag reda på och lär mig mer.
Att betala räkningar på internet är lätt med de tjänster som gör att det går snabbt och lätt, typ "betala med ett klick", annars är det rätt krångligt.
Kan ibland vara svårt att e-handla, mest pga alla valmöjligheter.
Skulle gärna boka tider inom sjukvården via internet men det alternativet finns ofta inte eller fungerar dåligt på mottagningarna. Samma sak med övriga tjänster, svårt att komma i kontakt med sjukvården både på telefon och via vårdguiden
Försöker hitta vad jag ska någonstans om jag inte har varit där fötut
För jag kan inte betala då mitt konto bara går i bankomater
Även om jag gör mycket över internet så kan det ändå upplevas som svårt, men det är enskilda moment som upplevs som svåra ex. Detaljer i avtal, returpolicy osv. Vissa saker är tyvärr omöjliga att göra över internet enkom pga att jag har rullstol. För då får man tydligen inte vara inkluderad med detta menar jag att jag måste ringa och boka mina biljetter till bio, kulturevenemang, tillgänglighetsanpassat hotellrum oftast måste jag betala "straffavgift" pga att jag bokar över telefon trots att jag inte ens erbjuds möjligheten att boka via internet, telefontiderna är också riktigt dåliga så det blir ytterligare

<p>begränsning. Hade man kunnat logga in med bank-id och få upp; vi ser att du har följande hjälpmedel registrerade på ditt personnummer vilket av detta önskar du medföra? Och om man till exempel klickar i elrullstol/ scooter och detta hjälpmedel inte fungerar få upp en varning med texten; tyvärr vår lokal lämpar sig inte för detta hjälpmedel pga ex hissen kapacitet. Vänligen välj annat hjälpmedel. Åtminstone vill jag ha samma möjlighet som icke- funkisar att boka biljetter osv på Internet.</p>
<p>Jag tycker att det fungerar bra för det mesta. Jag undviker plottriga webbplatser där jag har svårt att navigera. Ofta är det lättare att använda internet i mobilen, eftersom appar och mobilversionerna av webbsidorna oftast är mer avskalade och mindre plottriga. Jag använder inte 1177 för att ta kontakt med vården. Jag har Aspergers syndrom, vilket gör att jag har låg energinivå. Att då behöva gå igenom en massa steg för att skicka ett simpelt meddelande tröttar ut mig. Det var mycket lättare innan GDPR infördes, då kunde jag skicka meddelandena till vården via vanlig mejl.</p>
<p>Har svarat på detta i föra frågor.</p>
<p>Skönt att göra saker i lugn och ro. Slippa jobbiga telefonsamtal.</p>
<p>det är stort omöjligt att hitta saker / sidor som inte är mainstream</p>
<p>För mig underlättar Internet mycket i min vardag</p>
<p>Det är något jag ogillar. 😞</p>
<p>Jag vet inte hur jag ska boka sjukvård på internet. Men jag skulle nog göra det om det var enkelt.</p>
<p>Får stöd av Godman för betalning av räkningar. Använder Klarna vid köp av varor över nät.</p>
<p>Det är lättare att använda Internet än att fysiskt gå på möten/prata i telefon för mig.</p>
<p>Jag bokar inte tid eller biljetter på internet, då ringer jag hellre och gör det. Annars tycker jag det är skönt och smidigt att fixa allt annat över internet.</p>
<p>Att betala räkningar är svårt. Det händer ofta att jag får påminnelser för att jag tex har lagt in räkningarna men sedan glömt att godkänna dem så pengarna inte dras. Jag är även orolig att råka skriva fel summa, eller fel OCR-nr.</p>
<p>Rent allmänt är det svårt. Svårt att förstå vad som är vad, hur dom menar, vad dom menar. Undviker mkt via nätet just pga att det mesta är så svårt att fatta och ingen tycks kunna svara. Eller veta på riktigt.</p>
<p>Alldeles för lätt att e handla ibland men också superskönt att slippa hitta bra dag, tid, affärer för olika inköp.</p>
<p>Det är svårt att veta hur man skall göra på nätet och det är svårt att veta vad som är säkert eller ej</p>
<p>Internet är mitt bästa stöd i allt jag gör.</p>
<p>Många tjänster har för många steg, det är inte svårt i sig men känns onödigt och ineffektivt i många fall. Dålig funktionalitet.</p>
<p>Jag väljer internet eftersom jag finner det ännu svårare med sociala samspel och har skräck för att prata i telefon.</p>
<p>Krängligt att fylla i allt från början på vissa sidor när det borde finnas i autofunktionen. Irriterande att betalning med kort är en säkerhetsrisk samt kräver att man fyller i massa saker. Swish borde funka på ALLT och inkludera reseskydd, avbeställningsskydd och allmänna konsumentregler. Hatar att behöva skapa 100 olika profiler och glömma lösenord varje gång</p>
<p>Allt som inte involverar ljud är lätt. Det inspelade ljudet på mycket av finns på nätet fungerar dåligt ihop med hörapparater.</p>
<p>Många olika sätt gör det rörligt</p>
<p>Svårigheten för mig var när min e-leg via banken upphörde att gälla och jag var tvungen att ta mig till banken för att lösa det. Det tog mig flera år att hitta exekutiva funktioner nog för det.</p>
<p>Köper aldrig biljetter. Går ej att beställa tider till sjukvård eller tandvård via nätet. E-handel fungerar oftast, men buggiga sidor eller sådana som kräver uppgifter som jag inte tänker lämna ut ber jag om hjälp med.</p>
<p>jag brukar se på nätet streama olika tv program och så där liksom Det känns mysigt att sitta och kolla på film på nätet</p>
<p>Min inställning är bra. Jag gör mer saker över Internet än annars eftersom jag inte behöver vänta tills jag orkar kommunicera med andra.</p>
<p>Det är väldigt irriterande att olika e-företag har olika system och lätt att fylla i fel i formulär för de olika uppbyggda. Värst är lösenord! Vill ha mobilt bank id till allt! Bästa som hänt internet!</p>
<p>Kan inte boka läkartid via internet tyvärr.Hade varit praktiskt.Fick problem med att bara få info på en webbplats och inget sms eller brev när jag försökte boka vc via nätet.Missade tid.Psykiatri har ingen möjlighet att ta meddelanden el tidsbokning via 1177. Har svårt att betala räkningar så min man sköter det främst.</p>
<p>Jag har lättare än de flesta för datorer och internet, och brukar vara den som hjälper andra ...</p>
<p>Det är tröttnande att leta på nätet när jag ska välja något att köpa.</p>
<p>Eftersom jag inte har bankkonto, har jag heller inte e-legitimation. Nu kommer min vårdnadshavare inte heller att kunna logga in i mitt ställe på 1177. Vi lämnas utanför samhället, eftersom det inte går att enkelt få kontakt, utan väntetider (ja jag klarar inte att vänta)</p>
<p>Blir väldigt trött av internet samtidigt underlättar de vardagen</p>

Jag föredrar att boka läkarmöten via telefon/sms. Jag loggar in på banken via en dosa, vilket fungerar enkelt.

Jag behöver assistans, kan inte göra något själv

Vårdbesök ordnas av min mamma som ringer istället för att göra det online

Oftast är det lätt att e-handla, men bara om man kan använda appen klarna.

Hur ofta lyssnar du på böcker i mobilen, surfplattan eller på datorn?

	Procent	Antal
Aldrig	54%	131
Någon gång	20%	48
Varje månad	6%	14
Varje vecka	5%	12
Dagligen	6%	15
Flera gånger dagligen	7%	18
Vet inte	1%	3
	Totalt	241

Vilken tjänst använder du för att lyssna på, eller läsa böcker?

	Procent	Antal
Legimus	27%	27
Akila	0%	0
Nextory	15%	15
Storytel	34%	34
BookBeat	13%	13
Biblio Library	10%	10
Annan, ange vad	22%	22

Annan, ange vad

Audible

Easy reader

Illegalt nedladdande :D

Inläsningstjänst

Köper från t.e.x. Adlibris

Laddar ner

Ljudbok på minneskortet

Lyssnar ej på ljudböcker

Länkar till ljudfiler hittar i olika forum

Något som har varit gratis

Piracy!

Smart audiobok

Spotify

Svtplay o dyl

YouTube

lånar på biblioteket

mp3-spelare

sr-radio, acast

Hur ofta använder du en webbplats eller app som tillhör en kommun, ett landsting/region eller en myndighet?

	Procent	Antal
Aldrig	13%	29
Någon gång	30%	67
Varje månad	25%	55
Varje vecka	17%	37
Dagligen	7%	16
Flera gånger dagligen	2%	4
Vet inte	6%	14
	Totalt	222

Vad tycker du om Försäkringskassans webbplats?

	Procent	Antal
Den är lätt	22%	43
Den är svår	45%	86
Jag har ingen uppfattning	33%	64
	Totalt	193

Beskriv gärna med egna ord hur du tycker att Försäkringskassans webbplats fungerar.

Jag använder väldigt sällan deras hemsida
Jag har sällan anledning att använda Försäkringskassans webbplats. Om den är svår eller lätt beror på vilken information jag söker.
Rörig, svårsökt, otillförlitlig
inte alltid lätt att hitta det man letar efter
Skulle behöva vara mer lättläst och lättöverskådlig samt lättnavigerad.
För rörig och svår så jag är aldrig inne på den själv
Dem gånger jag använder den upplever jag den som krånglig och svår att hitta på.
Det är svårt att hitta det man söker om man inte söker de absolut vanligaste sakerna. Sökfunktionen funkar dåligt. T.ex var det väldigt svårt att hitta formuläret jag skulle fylla i för att ansöka om sjukpenning på fortsättningsnivå. Jag skulle även vilja kunna läsa alla mina FK-brev och handlingar när jag är inloggad på sidan. Det ger mig ångest att få ett meddelande om att nåt har hänt i mitt ärende, men när jag loggar in på FK så står det bara att ett beslut har fattats, inte om ansökan beviljats eller avslagits! Istället måste jag vänta på att få beskedet i brevlådan och det kan innebära flera dagars ångest! När jag fyller i formulär på FKs hemsida så händer det också att jag blir "utloggad pga inaktivitet" medan jag formulerar den fritext de kräver att jag ska fylla i (t.ex. "Beskriv dina arbetsuppgifter" eller "Beskriv de besvär som gör att du inte klarar ditt arbete" eller liknande). Då försvinner allt jag skrivit och jag måste börja om från början igen! Jag kan inte formulera mig snabbare, så jag tvingas ofta kopiera frågorna till ett dokument, så jag kan skriva svaren i lugn och ro och sedan klistra in dem ett i taget i formuläret. Oerhört omständligt! Det vore bättre om man fick en varning om att man håller på att bli utloggad och kunde välja att INTE bli utloggad.
Det är för mycket förenklad information som jag inte kan använda mig av för jag förstår inte hur de får ihop den bristfälliga informationen med lagtexter och tillämpning (som inte heller går ihop för mig) Jag kan inte använda deras underliga sätt att tänka med att sjukanmäla o skriva blanketter och allt vad det är. Tycker det är helskumt
De ändrar ofta sin hemsida och det är jättesvårt att hitta det man söker efter. Dessutom gör de ibland det svårare att göra en anmälan än det var tidigare. Tex. så har de nyligen ändrat när man ska ändra omfattning av sin sjukskrivning. Förut var det svår att hitta men lätt att fylla i. Nu är den lätt att hitta men jättekånglig att fylla i.
Jag FÖREDRAR att tala med en människa och önskar mera personligt ansvar för tjänstemän!
Knapphändig information, svårt att hitta.
Jag kämpade mig just igenom ansökan för sjukpenning, vilket tog tid för det var så mycket som skulle fyllas i, och det var

ibland svårt att förstå, men när jag äntligen var klar och skickade in så fick jag "Något har gått fel..." och inget verkar ha sparats. Jag är sjukskriven för utmattnings och har använt dagens energi till ansökan, nu måste jag kämpa mig igenom det igen och räkna ut allt på nytt, med energi jag inte har.
Mycket information, men ändå inte. När man letar efter svar på frågor så får man bara något förkortat svar. Det verkar som att de har problem med tolkning själv av regler och mest hänvisar till att ta telefonkontakt. Här föredrar jag personlig kontakt istället för webben.
Den är rörig. Och bil man ha personlig konsult så får man leta länge efter ett telefonnummer. De vilket helst att man ska läsa sig till ett svar. Mycket information!
Svårt att få svar på frågor när man själv har både npf och utmattnings. Reglerna är ofta oklara då.
Så svårt att hitta relevant information. Otydligt hur stöd kan påverka mig. Hänvisa vidare, men jag förstår inte hur jag tar kontakt.
Den fungerar bra, dock är det synd o skam att försäkringskassan saknar empati och kränker oss funktionshindrade.
Jag är arg på dem angående två ärenden och blir antagligen mer funktionsnedsatt av det och tycker att webbplatsen är användarvänlig för att myndigheten är det.
Den är helt jävla sinnessjuk och man hittar inte det man vill ha men man hittar en massa andra saker den går inte att söka på ordentligt heller det är lättare att använda Google för att leta efter deras jävla blanketter än att leta i deras sökmotor.
Rörigt
Jag kan inte hitta det jag söker oftast, tillslut behöver jag hjälp för att inte få panikanfall
Jag har hel sjukersättning sen flera år så jag behöver inte gå in där så ofta längre, de hinner göra om mellan varje besök.
Själva hemsidan är rörig (plus att FK är den jobbigaste myndigheten att ha kontakt med)
Kaos.
Jag tycker att det saknas info. Min sida är inte heller heltäckande. Info saknas kring vissa delar. Trist då det mesta ändå finns där. Kan ibland vara knepigt att hitta det man söker.
Lite rörig. Har ibland varit tvungen att ringa och fråga om hjälp för att hitta rätt.
NÄR den funkar så är den hyfsad enkel men den kunde ha gjorts så att man även kunnat lämna mer info vid ansökningar eller när man söket om OVB eller MKB att man kunde ta fler än ett barn på en och samma ansökan.
Det är inte lätt att förstå, får hjälp av min mamma med försäkringskassan.
Brukar få hjälp av min mamma.
Svårnavigerad i meny då alla underrubriker ej är listade. Man får söka mycket för att finna rätt. Därefter är det knapphändig fördjupad information och det är en helt klart ogästvänlig sida överlag. De som är inne på FK:s sida är oftast sjuka, har funktionsvarianter etc. Då är sidan till och med diskriminerande då den öht inte är anpassad för dessa.
Inte besökt eller använt på många år tror jag.
Det är irriterande att inte kunna hämta dokument från deras hemsida eller se besluten.
Länge sedan jag verkligen utforskade den hemsidan, så jag vet inte.
Ändras hela tiden och fungerar inte optimalt. Kan vara svårt att hitta rätt
Svårt att hitta blanketter
Rörig, dum, ologisk. Aldrig svar, måste ändå skriva ellet ringa dem.
Dålig sökfunktion, svårt att hitta i enyer
Lite klurigt att hitta vissa saker men finner att det inte som ett problem
Svåröverskådlig, svårt att hitta rätt
Varken lätt eller svår. Bra med bank id som inloggning. Kan vara lite knepigt att navigera ibland.
Jag kan inte uttala mig nu, då jag inte har behövt använda den på ett tag. Tidigare har den fungerat hyfsat.
Exfrun hjälper
Svårt att hitta rätt blanketter osv. Rörigt och svårt att hitta rätt information
Hittar inte det jag söker efter utan måste ringa till dessa med ett stort varierat svar samt bemötande är vedervärdigt även att de ljuger Hej vilt.
Hittar inte allt lika bra som tidigare dvs den är sämre
blå
Inget med försäkringskassan fungerar i dagens samhälle! Gäller även deras webb
Det är svårt att navigera och hitta det man söker
Skit

Svårt att få information
Måste veta vad man klicka för att komma rätt. Försöker man skriva man söker får det inte vara felskrivet.
De skulle behöva vara lättare att kunna söka extra pengar när man är sjukpensionär
Otydlig, infon är som regel super dålig. Den är skriven för att du inte ska begripa så att du ger upp redan där och inte ansöker om ersättningar osv som du har laglig rätt att ansöka om. Mycket svårnavigerad webbplats, det är som att gå i en oändlig labyrint.
Den är lätt att navigera på och är inte plottrig.
Lite för lite information. Ingen direkt kontakt. Deras app är värre.
Svårt att hitta det jag söker efter
Den fungerar relativt lätt men de finns klara och enkla förbättrings möjlighet.
Ok 😊
Det är svårt att veta hur en ska klicka sig fram. Det är jättesvårt att använda deras onlineverktyg för sjukskrivning. Dåliga/obefintliga instruktioner för hur en fyller i onlineformulär och vad som gäller. Det finns inga "regler" utskrivna för vad som gäller vid ansökningar. Jag blir väldigt stressad och ledsen.
Den är rörig och alla tjänster som man skulle vilja ha finns inte men det som går att göra är ändå relativt lätt om man sökt runt ett par minuter.
FK webbplats är lika svårbegriplig som att ringa till dom eller åka till dom på möte . Inte ens dom själva vet så ja förvirringen är total .
Vet inte hur den fungerar och rörig. Du måste veta vad du skall söka efter eller har möjlighet att söka
Att hitta det man söker är svårare än att hitta en nål i en hö-stack...
Svårt att hitta, speciellt på mobilen
Rörig. Mycket information skriven på ett sätt som är rena lögner blandade med fakta och fina beskrivningar som är svåra att veta vad de står för. Information som kan tolkas på många sätt och som sällan tolkas som jag tror är fallet. Krävs juridiska kunskaper för att använda innehållet.
Svårt att hitta, för mycket text
Dåligt. Den har förbättrats men jag vettetsan om den någonsin kan bli helt bra om inte FK i sig blir omstrukturerat så att myndigheten blir förstälig.
Det är rörigt och finns jättedålig information som en själv kan föfoga över. Finner sidan för plottrig och inte användarvänlig.
De flesta funktionerna fungerar bra men jag har haft problem någon gång
Svårt att hitta fram till information. Har blivit bättre, men är fortfarande svårnavigerad.
Rörig. Svårt att hitta det man ska. Sökfunktionen fungerar dåligt.
svårt att hitta när man ansöker om aktivitetsersättning
Sidan är mycket mer begriplig än vad deras regelverk är.
Bra
ingen kommentar
Komplicerat att hitta rätt
Den fungerar när man hittat hur man ska göra. Men det är svårt att söka efter det man är i behov av.
Bra!
Det går bara att lämna meddelanden om vissa ärenden.Svårt att hitta info om saker jag behöver veta.Rörig.Svårt att ta emot meddelanden.
Myndigheter har ofta svårnavigerade sidor med dålig struktur. De kanske borde anställa en aspergare för att strukturera upp.
Tycker den fungerar bra
För mkt info, klickbara knappar och val. Typ rörigt.
Den är svår, svår att hitta på. Men bra att man kan skicka in egna anmälan och bilagor. När man väl hittat. Svårt logga in. Svårt hitta de man söker.
Väldigt stressig layout, gick bara in för att titta och stängde ner igen
Det är svårt att hitta. Svårt att läsa, små bokstäver.

Vad tycker du om Skatteverkets webbplats?

	Procent	Antal
Den är lätt	42%	80
Den är svår	19%	36
Jag har ingen uppfattning	40%	76
	Totalt	192

Beskriv gärna med egna ord hur du tycker att Skatteverkets webbplats fungerar.

Jag använder den endast vid deklarationen, och just den tjänsten är ganska lätt
Har endast använt den för att deklarera. Det var ganska lätt.
Tydlig, stegvis, överskådlig
Skulle önska att den var mer lättläst, lättnavigerad och lättöverskådlig.
Jag använder den mest när jag ska deklarera eller nyss när jag ändrade folkbokföringsadress. Då har det funkat. Jag har dock inte provat att försöka navigera den i "krångligare" ärenden.
Ingen aning. Har aldrig sett den
Den här är jag van vid. Därför är den lätt för mig
Det är alltid totalchaos när jag ska deklarera, trots att jag inte ska ändra något utan bara skicka in! Mycket oklart hur man hittar slutlig summa skatt.
För mina egna behov fungerar den bra. Lätt att fylla i blanketter jag behöver och skicka in.
Bra. Snabb. Ganska lätt att navigera på.
Mycket information, enkla eTjänster.
Rörigt med massvis av krångliga ord
Använder den inte
Det är så mycket text som all är i ungefär samma storlek så det är svårt att hitta det man ska ibland.
Kaos.
Jag tycker att det saknas info. Min sida är inte heller heltäckande. Info saknas kring vissa delar. Trist då det mesta ändå finns där. Kan ibland vara knepigt att hitta det man söker.
Har inte haft problem de gånger jag behövt.
Vet man vad man ska ha så är den enkel.
Är inte inne så mycket på den webbplatsen, då tycker jag att den är svår att förstå.
Använder inte så mycket
Samma som f-kassans
Lätt för mig, men jag är bra på att lokalisera vissa saker i den sortens ramverk.
Jag är bra på att hitta information och rätt blanketter osv, så personligen tycker jag den funkar, det är dock min egna subjektiva upplevelse.
Tråkig, men funkar oftast delvis, men man måste ringa ändå för att få svar
Bra sökfunktion
Helt okej
Ok, använder den bara för att beställa blanketter och deklarera.
Brukar deklarera och det fungerar bra.
Exfrun hjälper
Har inget behov av deras sida då jag inte är företagare längre.
ringer om jag undrar ngt, för svårt via internet.
Jag förstår den ej och har godman som sköter skatten
Likt FK är även skatteverket som en oändlig labyrinth. Att det har så mycket med siffror att göra förenklar inte för ngn som sannolikt har dyskalkyli.
Den är lite svårare att navigera på. Lite svårare att få en överblick och att hitta rätt information eller e-tjänst.

Bra. Detaljerad info. Bra struktur.
Sjukt krånglig sida
Bra 👍
Skatteverket är en av de myndigheter som är lättast att ha kontakt med och hitta information hos. Även telefon fungerar mycket bra och deras medarbetare är ytterst hjälpsamma.
Svår ! Mkt svår !
Många klick och ändå begriper jag inte varför jag inte hamnar rätt. Känns korkat. Alltså jag känner mig korkad. Skippa alla mellanled om det går.
Vet inte för jag tror aldrig jag varit inne på den
Tog jättelång tid innan jag hittade hur mycket restskatt jag skulle betala. Stod att saldot var 0 kr, men visste att jag hade restskatt, annars hade jag inte letat.
Ingen aning, har aldrig varit in där
Den är ganska lätt att använda efter att ha vant sig vid hur man behöver navigera på den. Som ny användare är den inte speciellt användarvänlig.
Bättre än Fk men marginellt. Kan vara svårt att finna rätt information.
Tänker som jag, logisk
Bra
ingen kommentar
Har ingen uppfattning, längesen jag var inne.
Bra!
Dito
Ganska tydlig, intuitiv, dock även här ganska många klick hit å dit.
Medelsvår. Lite klurigt hitta de man söker. Men bra design, så lättare hitta än FK, inte så plottrigt. Så Heby ok.
Många svåra ord som jag inte förstår

Vad tycker du om Arbetsförmedlingens webbplats?

	Procent	Antal
Den är lätt	20%	38
Den är svår	17%	32
Jag har ingen uppfattning	63%	121
	Totalt	191

Beskriv gärna med egna ord hur du tycker att Arbetsförmedlingens webbplats fungerar.

Har aldrig haft anledning att använda den
Eftersom Arbetsförmedlingen inte anser att jag tillhör dem har jag aldrig använt deras webbplats.
Inget behov av den
Oftast fungerar den bra men tekniska problem ibland. Kunde t.ex inte skriva in mig där via hemsidan då jag har Mac.
Jag har nästan inte använt den.
Underlig, precis som Försäkringskassan. Förenklad information som inte stämmer med verkligheten. Och jag begriper inte hur jag ska använda sidorna. Platsannonserna är det som är enkelt att använda
Den har blivit väldigt mycket lättare sen jag var arbetssökande för två år sedan.
Så svårt att hitta relevant information. Otydligt hur stöd kan påverka mig. Hänvisa vidare, men jag förstår inte hur jag tar kontakt.
Det enda som jag vill klaga på är att personalen inte delar med sig av mail eller telnr på hemsidan.
Använder den inte längre
Har inte besökt den på måååånga år.
Använder den inte

Kaos.
Det var några år sen sist. Har ingen erfarenhet i nutid.
Den är irriterande. Har lämnat så många synpunkter om den att jag tappat räkningen.
Använder aldrig den sidan
Använder inte den sidan nu går fortfarande i skolan.
Om möjligt ännu mer rörig och svårnavigerad än f-kassan och skv.
Jag har inte använt den ordentligt på ett tag.
Det är lätt hanterlig
Svår att söka i och inlogningar mm gör det rörigt.
Svårt att göra urval
Jag har inte varit in på den på länge nu, så jag har arbete.
Använder inte denna.
Fungerar inte svår luddig katastrof även tvingad att söka jobb hos oseriösa aktörer med hofulla antydningar.
svårt att säga varför jag tycker det är svår, kanske bara för mycket eller att det inte helt stämmer med vad de från försäkringskassan säger, eller att jag inte kan koncentrera mig så länge som behövs för att hitta. behöver inte heller egentligen af nu, har svårt för att fylla i blanketter så behöver ändå en person som kan svara direkt.
Rörig krånglig
Har en sida på lättläst men det står inte så mycket för de med funktionshinder
Jag vill gärna ha arbete med lön men pga mina många hinder och digitala världen som jag inte fattar vet jag ej hur man söker arbete längre.
Något enklare att navigera än FK och skatteverket.
Att söka i platsbanken fungerar superbra! Någon annan erfarenhet har jag inte av denna webbplats.
Har inte använt den på mer än ett år. Jag men förut var ungefär som FK sida.
Vet inte vart man ska börja leta
🤔
Svårt att få överblick.
Massor med olika alternativ och väldigt mycket information som inte är nödvändig. Bilder och rutor och ja alltså vad ska jag göra för att hitta det jag vill veta utan att behöva läsa en hel roman?
Finns mycket rum för förbättring men det gör det å andra sidan nästan över allt.
Jag tycker inte att den fungerar alldeles bra.
Vet ej.
Den är liksom arbetsförmedlingen i stort. Ett skämt.
Länge sedan jag var inne. Då krånglig och kunde förlora text som man lagt till.
Dito
Ingen uppfattning
Jag har aldrig varit inskriven på Aretsförmedlingen. Jag har kollat en gång på deras webbplats. Jag förstår inte informationen.

Vad tycker du om 1177 Vårdguidens webbplats?

	Procent	Antal
Den är lätt	64%	121
Den är svår	19%	37
Jag har ingen uppfattning	17%	32
	Totalt	190

Beskriv gärna med egna ord hur du tycker att 1177 Vårdguidens webbplats fungerar.

Den är lätt att använda, men saknar många funktioner jag skulle vilja använda - som t ex möjlighet att boka tid på vårdcentral (läkare). Läkemedelssidan har blivit mycket sämre sedan den kopplades till en annan (nationell?) funktion som verkar ligga utanför 1177
Det är lätt att logga in (med mobilt bank-id) men det alltför få tjänster som går att boka via den webbplatsen. Läkemedelstjänsten (Information om recept) har blivit sämre sedan de började länka till en ny plats (någon annan tjänst än 1177). Tekniskt sett fungerar det, men innehållet är sämre organiserat.
Ganska rörig, svårnavigerad, upprepade klick för att komma till ett ställe, olika väg för liknande ärenden
Den är svår på det viset att lyckas hitta den mottagning som man söker just då
Jag tycker det är svårt att navigera. Framförallt om man söker en viss klinik och inte vet hur namnet stavas, eller om det heter t.ex Ätstörningsenheten eller ätstörningsmottagningen eller ätstörningskliniken eller Mottagningen för Ätstörningar eller vad det nu kan tänkas heta. Det är jättesvårt att hitta rätt om man inte skriver precis rätt och ibland hittar man inte vad man söker fastän man skriver precis som det ska stå! Sökfunktionen skulle m.a.o kunna förbättras en hel del!
Jag skriver helt enkelt in det jag söker och får upp rätt sidor nästan alltid. Men jag har aldrig använt den för kontakt med sjukvården. Vet inte om det går förresten.... kanske är något jag blandar ihop med.
Den är lätt att söka på men det kan vara svårt och krångligt att lägga till nya mottagningar när man vill göra det.
Den är svårnavigerad, hamnar på olika ställen olika gånger och har svårt att hitta tillbaka till en sida jag tidigare har besökt. Samma sak med mina mottagningar, det är rörigt att hitta motsvarande info för olika mottagningar för deras sidor kan se heeeelt olika ut till och med inom samma landsting.
Blivit sämre sedan uppdateringen. Saknas mycket information. Det är också oklart hur jag har dialog med vården. De uppmanar en att skicka in ärenden, men återkopplar alltid via fysiskt brev eller telefon. Vore skönt om de kunde erbjuda att man har skriftlig relation via nätet åt tå håll.
Den är super bra.
Jag är ofta där o letar info om medicin, symptom på besvär eller tar kontakt med läkaren
Det tar alltid ett bra tag innan man hittar det man söker. Om alls.
Bra att man kan se vad som bestämts/sagts på ett samtal
Ibland är det svårt att hitta speciell information man söker men i andra fall är den lätt.
Bra att söka info. Gillar mina sidor.
Urusel, har försökt lägga till mottagningar som den inte hittar trots att man vid sökningar hittar mottagningen.
Använder ej.
Använder den inte nu.
Lätt, tydlig, enkel. Men kan också bero på daglig inloggning. Så mitt svar är inte het värdegrundat kanske.
Blivit tydligare, mer info från olika mottagningar är nu tillgänglig.
Region Skåne brister med möjligheten att kunna se bokade tider eller kunnaboka tider.
Den är bra. Jag tycker att den har blivit bättre (jaf för mig), det har blivit lättare för mig att se tider på olika mottagningar. Det finns även ett rigoröst utbud av informationssidor om olika krämpor och sånt.
Den är dålig.
Man måste lära sig hur systemet funkar. Det är inte alls självförklarande
Borde aldrig ha uppfunnits. Svårt navigera, göra ärenden, logga in, kontakter, allt är rörigt, svårt och förvirrande.
Bra sida men rolig infamation
Användarvänlig, bra att man kan lägga till mottagningar så man snabbt kan boka och avboka tider.
Många gånger onödigt krångligt och söka rätt vårdgivare, har man inte fått instruktioner om hur man ska gå tillväga, är vissa mycket svåra och hitta.
Sådär.
kanske inte lätt, men mer ok. har också mkt mer förkunskaper om ämnet här, tror det hjälper mkt.
Det brukar för det mesta fungera
Svårnavigerad. Tanken är god att man ska kunna kontakta vården men det krävs ju i så fall att de svarar på meddelanden t ex vilket ofta inte händer
Den är lätt för man behöver inget Mobilt id. Utan går med mobiltelefonensnummer.

<p>Tyvärr plockar man bort viktiga funktioner och ersätter med värdelösa alternativ åtminstone om man ser det ur perspektivet från storkonsument av sjukvård. Nu har man tagit bort möjligheten att kontakta läkare, PAL vilket gör allt till en visklek och mer tungrovt eftersom att ngn ssk ska förmedla vidare till PAL. 9 av 10 gånger kommer inte rätt info fram om infon ens kommer fram till PAL. Saknas möjlighet att boka läkartid på VC via 1177, saknas även möjlighet att boka s.k dubbel tid (40 min) för oss som har rätt till detta. Det har blivit riktigt dåligt tyvärr, numera är det mest förnya recept, läsa journalanteckning samt anmäla vårdgivare som 1177 tycks vara användbart för. Ett steg eller 20 bakåt i utvecklingen. Även väldigt ojämt med vad man kan göra beroende på vilket landsting man råkar tillhöra.</p>
<p>Att använda e-tjänsterna fungerar dåligt. Det är svårt att hitta rätt, att hitta min mottagning och att skicka ett meddelande är alldeles för jobbigt. Herregud, så många moment man måste gå igenom för att kunna göra det!</p>
<p>Den nya uppdelning är irriterande. Länkar till en annan sida för recept. Och förstår inte där hur mycket har jag kvar. Måste gå till pdf länken för bättre svar. Alltså 3 steg i onödan.</p>
<p>Ok.</p>
<p>Mycket information som det är lätt att söka sig fram till. Det enda jag tycker är svårt är "mina sidor" som är svårnavigerad med sina konstiga flikar.</p>
<p>Lite rörig men det går ann.</p>
<p>Jättesvår att använda från mobilen (android) pga sidan är inte anpassad för mobiler. Man måste scrolla i sidled etc.</p>
<p>Ofta svårt att logga in</p>
<p>Sidan skulle kunna förbättras med en annan design och det kommer en del olika informationsrutor innan man hittar de verkliga svaren.</p>
<p>Förvirrande ! Och mkt svår !</p>
<p>Samma som tidigare men litet plus i kanten för översikten med symbolerna!</p>
<p>Svårt att få fram rätt info och svårt med kommunikeringen då det skickas som olika i samma konversation i svaren</p>
<p>Åter en sån där sida med massor med texter om alla möjliga saker som tydligen myndigheter menar att vi ska bry oss om. Det varierar med vad som är "inne" just för tillfället. Det finns bra information dold här och där. Men om jag söker efter något är det inte självklart hur jag ska hitta det. Lättare att gå in via Google på ett specifikt sökord - där finns då länkar till rätt plats på 1177</p>
<p>Den mest tungrodda idiotiska webb så jag ska sluta använda den. Jag fattar inte att inte landstingen (och kommuner) lyckas hänga med i digitaliseringen.</p>
<p>Otillgängliga menyer, svårt att navigera och veta var viss information finns.</p>
<p>Haltande tjänst som känns för opplättig. Det finns för många val. Det bästa vore att ens tidigare vårdkontakter fanns samlade baserat på personnummer för nu får en söka sig blå för att hitta rätt när mottagningar heter nästan identiskt.</p>
<p>Alla vårdgivare finns inte med. Formulären omöjliggör kontakt och att ställa en fråga. Alla mina inbokade besök borde finnas visuellt tydliga någonstans!!!</p>
<p>Den är lätt med sjukt långsam.</p>
<p>Bra, oftast. Kan dock vara svårt att hitta specifik info, speciellt om den bara finns under ett landstings sida.</p>
<p>Tyflig. Lätt att söka.</p>
<p>Den är inte klar och tydlig men fungerar ok.</p>
<p>Den är bra men svår när man ska ändra något, t ex vilka värdenheter som ska visas. Likadant att beställa journaler. Det är nog dock inte sidan det är fel på utan att inte alla är anslutna och enheterna har egna policys.</p>
<p>Bara vissa mottagningar som är anslutna. När man skriver meddelanden så får man svar på 1177. Jag hade önskat att få svar via sms eller brev. Glömmer att logga in igen. Har barn med funktionshinder samt en man med psykosjukdom. Svårt med fullmakter och att hantera och överblicka mina anhörigas vårdkontakter och recept.</p>
<p>För de mesta enkel. Några saker som är svåra att hitta som sin mottagning på mina vårdkontakter. Men i övrigt är den bra. Ja, sök alt. Lite svårt.</p>
<p>Stor och skrikande layout, får ont i ögonen</p>
<p>Lätt uppdelat mellan olika kategorier. Men de har glömt bort språkstörning. Det gör mig deppig.</p>

Känner du dig delaktig i det digitala samhället?

	Procent	Antal
Ja	66%	154
Till viss del	27%	63
Nej	6%	13
Vet inte	2%	5
	Totalt	235

Beskriv gärna dina tankar kring din delaktighet i det digitala samhället!

Jag är delaktig, men jag är ibland osöker på om jag hade kunnat vara mer delaktig än jag är. Känner att jag idag är delaktig för att jag haft yrken/arbeten som gett mig datorvana 'på jobbet', jag har aldrig fått någon direkt undervisning i att hantera dator.

Jag känner mig delaktig i de delar av det digitala samhället som 'räknar in' mig. Om samhället i stort var öppnare för alla skulle jag ha anledning att vara ännu mer delaktig i fler sammanhang, även i de digitala sammanhangen.

Som ofta hemmavarande (sjuk) är det en välsignelse att kunna delta offentligt och socialt i samhället via nätet det är lätt när man kan

Många sidor på internet som förväntas vara en del av det digitala samhället är dåligt anpassade för funktionsnedsatta till exempel synskadade, eller folk med andra typer av funktionshinder.

Det är för komplicerat trots att jag har väldigt hög intelligens

För mig fungerar det bra men kan bli mer lätt fattat och därmed lättillgängligt för andra.

Att med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (ADHD och Aspergers) försöka vara delaktig i sociala medier är verkligen påfrestande! Man blir liksom översköld med så oerhört mycket information och intryck utan nån rimlig möjlighet att begränsa flödet! En vän beskrev det (väldigt träffande) som att "Det är som att stå på T-Centralen i rusningstrafik, med en rejäl baksmälla och det GÅR ALDRIG NÄNSIN ÖVER!" Dessutom ska gärna layouten ändras igen så fort man lärt sig navigera den förra. Dock känner jag mig tvungen att använda sociala medier för att få reda på vad som händer och inte bli socialt isolerad.

Jag deltar på mitt autistiska sätt - dvs jag vet aldrig om det jag skriver tolkas galet eller om jag blir feltolkad. Jag använder språket mycket exakt, läser inte mellan raderna eller menar något annat än det jag skriver och tolkar även skrift på det sättet och vet att det rätt ofta blir misstolkningar från båda håll. Eftersom jag inte klarar många intryck samtidigt har jag såklart svårt att se tv och video mm. Den information som förmedlas på det sättet är svår om den inte textas.

För mig har det digitala samhället gjort att jag kan kontakta andra utan att träffas, vilket jag annars har svårt för, Och jag kan resa för platsen jag ska till har jag gjort till min innan jag reser.

Jag känner mig delaktig, men det betyder inte att det är lätt, det är tvärtom mycket frustration och energiläckage trots att jag har god datorvana och hög utbildning. Så på sätt och vis är jag ju INTE delaktig, jämfört med någon med motsvarande vana och utbildning men som inte har några funktionsnedsättningar eller svårigheter.

Sociala medier tar för mycket energi om man vill vara med helt i dessa. En snabb titt och något inlägg då och då så att folk vet att man lever typ :) Intressegrupper är vad som är mest givande, även om detta också tar mycken energi.

Jag använder mobilen och skickar meddelanden, använder facebook och dess grupper som intresserar mig. Jag söker även information via google som intresserar mig. Även mailar gör jag samt köper varor.

Svårt att våga uttrycka mig pga mina neuropsykiatriska funktionsnedsättningar och språkstörning.

Det är en del av vardagen. Varje dag kollar jag nyheter, fakta, söker och mailar.

Lyrisk över information som jag får del av.

Jag sitter vid internet nästan 10 timmar om dagen alldeles för mycket alltså så jag deltar för mycket

Jag är ute på nätet dagligen via smartphone, tidigare mest via dator

När man som värkande introvert gärna sitter hemma är det mycket värt att ha bredband och kunna delta i "livet": chat och fb med vänner/slåkt när man inte orkar med tlf, shoppa online och slippa buss/t-bana och stojiga affärer, tv, och playtv när man missade sändningstillfället för att värken sa att man skulle gå och lägga sig redan vid 19-tiden, alla praktiska appar som gör livet enklare, autogiro så man inte missar räkningarna, reklamblad så man kan planera veckoshoppingen, google och pinterest som tillfredställer vetgirigheten och samlarbehovet. M.m.

Det öppnar nya vägar och jag slipper telefonsamtal

Som jag skrev innan känns det som att internet öppnat fler dörrar och möjligheter för mig att vara delaktig. Jag kan t.ex kolla upp i förväg hur det ser ut på vissa platser, ibland till och med i butiker/restauranger på google maps vilket gör hela mitt liv mindre stressigt och minskar risken för utbrott.

spelar dygnet runt. är social i spelgrupper

Har inga tankar om det

Jag gör det jag måste. Men tycker inte om att bara "surfa runt" så missar mycket nyheter och vad som är nytt/modernt

REDDIT < 3

Svårt att känna sig helt delaktig i det digitala samhället när man har svårt med delaktigheten i samhället i stort. Dock underlättar den digitala delen då jag slipper många ångest triggande interaktionsdelar som vore ett måste om det digitala inte fanns.

Jag kan välja vad jag vill titta/ läsa när jag vill.

Att man får vara med och bestämma.

Man får vara med och bestämma.

Jag är oerhört social över nätet. Pratar, skriver, debatterar, söker information/fakta/vetenskap. Det gör min värld större. Det negativa är ju att alla numera är uppkopplade med näsan i mobilen. Så vill man vara social på riktigt så hindrar nätet en fullt ut. Likaså så tolkas skrivna ord på olika vis beroende på vem läsaren/mottagaren är, deras känsloläge där och då samt deras erfarenheter/förkunskaper kring vem som skrivit. Finns där inga så är missförstånd nästan oundvikliga.

Jag önskar det fanns nåt mer naturligt, men man får försöka vara pragmatisk. Jag hatar på algoritmer (Facebook o dyligt) ofta, då det känns inkräktande på ens tankevärld. Det kanske all reklam är, men är mer påtagligt störande med den moderna formen, som att nåt jävlas med ens fokus.

Ja, alltså jag är duktig på att dekorera internet med poster och sånt, det kan vara stimulerande. Men det ersätter ju inte känslan av kontinuerligt umgänge m personer man tycker om. Det där med att registrera räkningar och göra inloggningar och sånt är jag bra på.

Jag söker det jag vill. Jag kollar film och musik. Jag har bra koll. Det räcker för mig.

Jag kommunicerar hellre via internet än IRL

Jag är delaktig för att jag tvingas till det pga samhällskonstruktionen, men jag vill inte vara tvångsdelaktig. Vill kunna välja.

Gillar inte det digitala samhället och det ytliga som florerar även om jag i en viss mån är delaktig

Har gjort det lättare för mig att göra mina ärenden.

Jag har inga problem med internet. Däremot tycker jag det är jobbigt att andra har svårt för det och inte tar ansvar för att lära sig som jag har gjort. Jag har inte behövt någon kurs. Det finns ju instruktioner till allting. Internet och att ha en dator är väldigt viktigt för mig. Särskilt eftersom det är jag som åker på att göra saker för att ingen annan kan.

Jag är delaktig på så sätt att jag använder Internet för specifika syften, som att betala räkningar och andra ärenden. Är dock inte så social, skriver sällan kommentarer i forum. Är ungefär som i verkligheten, står lite vid sidan av.

Upplever att det fungerar bra.

SVT kan man inte lita på . Nrk har större trovärdighet.

tror det behövs mer möjlighet till fokus och koncentration och ork i huvudet än vad jag har.

Det digitala samhället underlättar för mig att hålla kontakt och att ta kontakt

Har man godeman eller förvaltare så kan jag inte använda mobilt bank id

bara FB Google sök översättning och 1177.

lite svårt, gör så gott jag kan, inte det lättaste

I vissa sammanhang blir man exkluderad enkom pga funktionshinder. Det känns väldigt förlegat att exkludera på grund av funktionshinder. Exempelvis ingen möjlighet att boka biobiljetter via internet om man har behov av rullstolsplats. Försämringar i 1177, se tidigare svar. Det finns mycket som skulle kunna bli bättre i tillgängligheten och därmed möjligheten att vara delaktig.

Jag upplever att jag till stor del är delaktig i det digitala samhället. Jag har hjälp av digitala funktioner, som t.ex. att kunna mejla när jag orkar istället för att ringa under en viss telefontid. Tyvärr kan jag, sedan GDPR infördes, inte mejla till alla instanser längre. Den lagen skrämmer mig, det känns som om det var ett steg bakåt för den digitalisering som många med funktionsnedsättning haft hjälp av.

För komplicerat att delta i någon sida eller sökande som jag inte förstår. Och har märkt att mycket i det digitala här i Sverige ligger efter. Det gör att man är frustrerad. Känns som att dom som har makten har bestämt att vi ska bara nå en viss nivå av teknologi. Och inte låter oss stimulera hjärnan med mer avancerad teknologi. Men i vissa andra länder det går mer framåt det gör att deras invånare har det lättare. T ex finns flera mobilmärke som är mer avancerad men billigare och det finns bättre nätverk. då folk som bor i rurala område kan ha råd med en smartphone. Göra mycket på nätet utan att behöva

kanske oroa sig att åka långa sträckor för ärende och dom kanske inte äger en dator och bor i ett litet hem.
Den är dålig.
Jag hade varit mer handikappad om jag inte hade alla dessa digitala alternativ till daglig social exponering. Gällande shopping, kommunikation med vänner/familj, viss vård, etc.
Jag tycker det är bra och har stor nytta av internet.
Jag fungerar bättre på Internet än i verkliga livet.
Messenger, fb Hålla kontakt m. familj o släkt Facetime - kommunikation
För mig, som har visst, ibland totalt, motstånd mot att tala i telefonen eller gå till affären etc. vissa dagar, har internet varit till enormt stor hjälp och underlättat min vardag väldigt, väldigt mycket. Dock är jag 55 år, och alltså inte uppvuxen med nätet, så det kräver väldigt stor ansträngning av mig att lära mig. Tar mycket tid i anspråk. Det underlättar också för mig att utföra vissa sysslor när jag lyssnar på något intressant.
Jag twittrar varje dag och har 2300 följare där. Facebook och instagram använder jag inte lika mycket men känner mig delaktig där när jag väl gör det.
Jag kan inte ta del av radio, poddar eller otextad tv/film. Det gör att jag inte har tillgång till samma info som alla andra. Senast igår sökte jag info från mitt fackförbund i en specifik fråga, och det enda som fanns var en otextad youtubefilm. Sånt gör mig ledsen.
Praktiskt MEN otäck och sorgligt att den mänskliga kontakten försvinner mer och mer
Det är mycket jag aldrig givits möjlighet att lära mig. Jag är för gammal för att ha vuxit upp med det digitala samhället men för ung för att folk skall förstå att jag har svårigheter med det pga bla okunskap och där mina funktionshinder ställer till det.
Tog flera år innan jag skaffade Facebook, har haft det nu i två år, men förstår fortfarande inte riktigt alla funktioner. Dessutom ändras både funktioner och språk vid nästan varje uppdatering
Jag avskyr verkligen att bli tvingad att använda appar för att betala parkering, toaletter, garderobsavgifter..... det är ibland praktiskt men ofta pillrigt och jobbigt att använda den lilla telefonen för att sköta sånt. Och när det dessutom krävs bank-id ger jag upp. Har slutat delta ute i samhället i viss mån - för att kontanter och vanliga människor ersatts med knepiga små dataprogram
Jag var totalt isolerad i sex år innan en kontaktperson jag fick introducerade mig för sociala medier och lärde mig använda dem 2010. Jag hade själv sparat ihop till en laptop efter att jag fått nej att få en handiphone av landstinget. Den låg i sju månader innan kontaktpersonen lärde mig använda den. Jag fick ett socialt liv i och med det! Sen fick jag en iphone som hjälpmedel av AF och efter x antal månader en arbetsterapeut från annat håll som lärde mig att ladda ner appar och börja använda den som anteckningsbok, påminnelser, almanacka, telefonbok m.m. Sedan har jag kämpat enormt själv för att lära mig om datateknik och tillägna mig. Det har tagit år att lära mig vissa funktioner. Det är enorma berg som jag kan sitta i tolv timmar och kämpa mig upp halvvägs. Sen är jag så slut att jag måste vila ett par dar och då kan jag glömma bort alltihop till jag sv en slump upptäcker att jag installerat program och anteckningar men inte klarat av att fullfölja. Det här kan hända sex månader senare eller ett år. Numera kan jag ganska mycket. Den största exkluderingen numera är att vård och omsorg inte använder digital teknik överhuvudtaget och deras webbsidor verkar vara från 2008. Och personalen använder ju inte ens själva bankid, sociala medier "normalt" som jag tycker är normalt. Så ska jag ha kontakt med dem måste jag gå tillbaka i utvecklingen på ett plågsamt sätt. Jag blir helt urlakad av att behöva ha å göra med verksamheter som inte har anammat ens sms och mejl-kommunikation som något fullkomligt naturligt.
Jag använder min mobiltelefon varje dag och kollar olka sidor, t 3x facebook, mail, pinterest, google och väder.
Jobbar inom IT brachen så jag är högst delaktig i utveckling i det digitala samhället och delaktig. :)
Har aktivt använt nätet som källa sedan tidigt 90-tal så är van vid struktur, navigering och hur det fungerar i stort. Med tilltagande hörselnedsättning har jag fått ändra användandet delvis. De områden som bygger på ljud är svåra att ta till sig i dagsläget.
Jag tar del av det som de flesta andra i min ålder. Köper saker, kollar Facebook, skriver till vänner på messenger... mejlar, youtube. Allt möjligt.
Eftersom hon inte kan använda det själv.
Svårt med tillit och integritet, handlar sällan
Blir ofta fel i diskussioner, så vet inte om jag vill bli mer delaktig.
Enklare där än i verkligheten. På internet gör man en sak i taget. I verkligheten är det mycket fysiskt.
Har hela mitt kontaktnätverk inom social media. Blir lättare att få kontakt genom dessa vägar.
All teknik är för komplicerad
Jag använder Internet dagligen och har inte mycket att säga om det.
Jag är tacksam över min delaktighet, att jag kan läsa och har råd att ha internet och bra dator/platta men det tar mycket tid

och jag har svårt att begränsa mitt användande.

Computer nerd since birth

Min delaktighet har ökat fundamentalt genom den digitala tillgängligheten. Nu kan jag delta i många diskussioner, se vad vänner gör och hantera myndighetskontakter i större grad.

Gör det mesta digitalt då jag föredrar det framför att interagera 'irl' med folk.

Eftersom jag inte förstår samhället har jag svårt att delta i det. Jag skulle behöva filmer som visar olika företeelser, det skulle åtminstone vara en väg som skulle möjliggöra lite delaktighet. Jag har slutat skolan, men det skulle ha varit bra med en skola som sett mina möjligheter och satsat på att lära mig läsa. Eftersom så inte skett, och inte sker för många andra, måste det finnas andra möjligheter att ta del av samhället.

Vet ej

Jag anser social media som relativt onyttigt och använder det inte längre själv då jag ansåg att det förde mig närmare andra på alla sätt som inte spelade roll och isolerade mig på alla sätt som gjorde det. Jag föredrar att delta i digitala samhällen som anonym person där det diskuteras till exempel åsikter om spel och böcker and andra hobbies.

Mitt hem.

Jag känner mig inte välkommen på Facebook, men det har inget att göra med min språkstörning. Eftersom jag kan inte välja annat än man eller kvinna. Jag är ickebinär transperson.

Smart telefon

Har du tillgång till en smart telefon?

	Procent	Antal
Ja	91%	209
Nej	7%	16
Vet inte	2%	4
	Totalt	229

Hur kunnig är du på att använda en smart telefon?

	Procent	Antal
Jag har tillräckliga kunskaper för att använda en smart telefon	80%	183
Jag kan använda en smart telefon men skulle behöva mer kunskaper eller hjälpmedel	12%	28
Jag kan inte tillräckligt om smart telefoner för det jag vill använda smart telefoner till	3%	7
Jag kan inte alls använda en smart telefon	3%	7
Vet inte	2%	5
	Totalt	230

Hur tycker du det är att använda en smart telefon?

	Procent	Antal
Lätt	67%	139
Varken lätt eller svår	28%	57
Svårt	4%	9
Vet inte	1%	2
	Totalt	207

Har du några hjälpmedel till din smarta telefon?

	Procent	Antal
Ja	21%	44
Ja, men jag behöver fler hjälpmedel	7%	15
Nej	53%	109
Nej, men jag skulle behöva hjälpmedel	11%	23
Vet inte	8%	16
	Totalt	207

Markera gärna de hjälpmedel du har i din smarta telefon

	Procent	Antal
Bildtelefon	7%	8
Förstoring	19%	23
OCR-program	10%	12
Ordprediktion	12%	15
Punktskriftsdisplay	0%	0
QR-scanner	29%	35
Röststyrning	14%	17
Skärmläsningsprogram, VoiceOver	2%	3
Stavningskontroll	36%	44
Tal till text	8%	10
Talsyntes, uppläsningsprogram	5%	6
Telefonen i sig är mitt hjälpmedel	65%	79
Annat, ange vad	16%	20

Annat, ange vad

App för att registrera mående dagligen

Appar för att komma ihåg och hitta i trafiken

Blåljusfilter, påminnelser, checklistor, reseledaren, musik för avskärmning, mensapp som även fungerar som dagbok och migränöversikt (för ingen ren migränapp är tillräckligt bra).

En app i form av en tydliggörande kalender som kallas HandiKalender

Finns telefonens installerade hjälpmedel men som jag inte använder mig utav förutom kalkylatorn

Hand i

Handi app, folktandvårdens tandvårdsapp, styrning utav externa hjälpmedel såsom hörselhjälpmedel, AC/ fläkt.

Handikalender

Jag har en handikalender i min telefon.

Kalender till mig och min dotter med nått städ schema

Kalender, larm, påminnelser, jobbchatt, anteckningar

Kalender, påminnelser, anteckningsbok (skriva listor), kamera (fota viktiga saker att komma ihåg)

Kontakt med mina stödpersoner/assistenter via en app.

Menyassistent

Swistangentbord

Timer!!!

gps, antäckningar, påminnelser

memo day planner.Timstock.Läsplatta med tal till text.

Ändra bakfärgen på texten (bakgrundsfärgen eller vad det heter), så blir det lättare att läsa.

Är det några appar i din smarta telefon som du tycker är till stor hjälp? Beskriv gärna vilka!

shoppinglistan Shoppy Anteckningar Skånetrafiken, SJ och SL
Shoppy (komihåglista för affärer), kalendern, påminnefunktion i klockan, att kunna ställa in den att ringa vid samma tidpunkter varje dag, Mobilt bank-id (gör att jag slipper komma lösenord för många funktioner), Facebook (t ex som socialt nätverk, ibland ett sätt att vara säker - någon vet var jag är när jag vandrar i obygd), att ha mail i både telefon och dator (synkade), kameran (fotar saker / information jag behöver komma ihåg) Be my eyes (men jag är seende volontär, inte blind användare)
Google maps!!!
Använder miniräknare (kalkylator) och har testat Timstock som inte funkar för mig.
Handikalendern
SL:s rese app. Google maps.
Matpriskollen Kalkylator
Google Maps, Google Calendar, Color Note, Timely
Veisure (en sorts almanacka med planering)
kalkylator, GPS, noteringar, adressbok
Blåljusfilter, välja milda ringsignaler generellt, Google keep för minnesanteckningar och checklister, Google maps, Spotify (min räddning när jag pendlar!), Clue period tracker, messenger för att nå min sambo tillika trygghet, spelet 2048 för att sysselsätta händerna med nåt som inte kräver tankekraft så att jag kan koncentrera mig på att lyssna.
Kalendern
Kalkylator, översätt och Any.Do med dess påminnelser samt business kalender.
Timstick.
Alla appar har sin viktiga roll för att min vardag ska funka. Appar som söka resor till o från platser, väder och trafikvarningar är super viktiga.
Alltså hela grejen är paj
Google, Google Maps, Sleep like android, White noise, Tink, Res i Stockholm, Mobilt bankID,
Google Keep
Påminnelse att lägga in korta anteckningar med klockslag. Google kalender som även går o koppla ihop med andra tex min kontaktperson. Kalkylator och Google maps med street view
Använder mest minnesrelaterade "hjälpappar" t.ex. larm och kalender, söker fff en "att-göra-app" som funkar för mig. Annars är det "vanliga" bra-ha appar som: väder, åska, tv-tablå, buss, bank, spel, soc.media etc.
ResLedaren Buddy
Kalendern är min livlina
Ingen särskild
Kalender. Keep. Maps. Kalkylator. Skärmdumpar ofta. Använder i perioder mindomo, timestock,
Larm, kalender, kalkylator, stegräknare.
Kalkylator, ResLedaren, ColorNote, Messenger, MediSafe, Bankappar, kameran, epostappar.
Kalendern för minnet. Notiser/larm. Hälsan. Har Applewatch kopplad till. Dokument. Office. Mailen. Påminnelser. Kameran. Molnen/lagrings-apparna.
Wunderlist, Reseplaneraren, Willys
Den inbyggda funktionen för tal till text
Jag tycker om att lägga program i mappar efter vad de är till för: internetgrejer i en mapp, bank och betaltjänster i en annan, streamingtjänster i en annan, osv...
Meddelanden, Matpriskollen
Medisafe påminna om mediciner
Kalendern, alarmet, memoblocket.
Klockan
Använder den mest till att ringa eller bli nådd annars hade jag varit utan men i vissa fall använder jag kartor det vill säga googel maps
Kalkylator, timstock, kalender, påminnelser

Nej, jag har provat många men inga funkar för mig, jag behöver nog en person som säger åt mig, mobilen kan man ignorera.

Ska få hjälp med någon form av kalender/orgaisationsapp av arbetsterapeut, detta kommer ske i slutet av augusti.

Vissa är bra andra dåliga.

Kalkylator, kalender

kalender och klocka (har svårt med tid också). kamera - kan t ex ta foto när jag parkerar bilen på ställe för fler bilar, så jag hittar tillbaka till bilen. har inget lokalsinne, använder ibland kameran i mobilen till det också. Även karttjänst o gps. lite beroende av hur mycket batteri som finns kvar. bheöver ny smartphone. och behöver uppdatera den jag har, (för något år sen drygt, egentligen, har tappat bort några lösenord och inte rett ut det än). men behöver ändå byta abonnemang, så jag tänkte lägga fokus på att först hitta vilken telefon och abonnemang som blir bäst. mit nuvararne, somv ar jättebra, har de dubblat avgiften för på 2 år, så det är itne så bra längre.

Kalender, alarm, Call recorder, kalkylator

alarm funktionen använder jag ofta för att komma ihåg grejor

Anteckningar där jag skriver kom i håg-listor.

Kalender 5, Scanner pro, iTranslate, Flo eller Period tracker, Gmail, MemoAssist, appar för parkeringsavgifter, Life Cycle, Fitbit, Hitta iPhone (koll på familjemedlemmar), Röstmemon (komma ihåg från möten)

Kartor, kalender, anteckningar

Tydiligen kalender

Färdtjänstappen

Handi och den vanliga kalendern i Android telefonen. Resound/ hörapparater Dyson AC/ fläkt Folk tandvårdens tandvårdsapp Klarna, swish och min vanliga bank app. Skånetrafiken, SJ och andra reseappar. Nextstory, spotify, Youtube, Facebook och gmail. Mathem Återbäringsappar såsom refunder och bonusbay.

Kalkylator - jag har svårt för matte Google kalender - ger mig en bättre överblick än en fysisk kalender Matglad - extra tydliga recept E-postappen - smidigt med kombinerad och lättåtkomlig inkorg för privata respektive jobbmejl. Min bankapp - lättare att få en överblick där än på hemsidan, plus att det är ett smidigt sätt att hålla koll på saldot. Reseplaneraren - hjälper mig att planera mina resor. Underlättar mycket då jag har dålig tidsuppfattning.

Samsung pas

Anteckningar. Kunna skriva för hand i skärmen med en touch pen.

Kalkylator

Kalkylator och Google kalender och kartor

Kalender, kalkylator, kamera, alarm, app för väder, app för kollektivtrafik

Kalkylator

Google kalender, att kunna dela min kalender till min sambo.

telefon --> kommunikation tidigare Timetimer i skolan = bra

Kalkylator, Kalendern, Alarmet, SMHI, SL reseplanerare, Google, Storytel, Netflix, Coop, HM, Zalando, Boozt, mail, sms, etc. etc.

Kalkylatorn

Kameran: jag fotar saker jag behöver minnas, inräknat viktiga brev från vården etc. Kollektivtrafik-appar som SJ och Mobitime: För att jag inte förstår utropen på stationer, ombord på buss och tåg, etc. Gillar extra mycket funktionen att kunna se i realtid var bussen jag sitter på befinner sig, så jag inte behöver åka vilse.

Har inga såna appar . När sjukhuset la ner dit jag gick blev jag ej tilldelad någon ny läkare eller erbjuden någon hjälp alls . Har försökt få hjälp via kommunen m.m men jag blev så oerhört dåligt behandlad att jag inte ville ha med dom att göra mer. Har ingen hjälp eller läkare idag. Har " rätt " till mkt hjälp men det funkar verkligen inte i verkligheten .

Handikalender Alla appar som medför att man slipper gogpla först för att komma till rätt ställe

Tja, det är ju bra att kunna sms:a och ringa. ibland är det bra med en karta. Kalenderfunktion är också bra. Men jag använder hellre Ipad för att göra det som också finns i telefonen som jag tycker är för liten och pillig för att fungera bra.

Just nu har jag inte lyckats uppdatera de jag hade efter en fabriksåterställning (alltid är det nåt) Man skulle behöva support för mina hjälpmedel (datorn/mobilen) när jag stöter på ett eller annat problem. Ungefär som de med rullisar har. Jag googlar på allt. Så Chrome är min bästa hjälpmedelsapp. Kalkylatorn en annan, kameran för jag spelar in möten och muntlig info som minnesstöd och tar skärmbilder eller fotar för minnesstöd, klockan med larm, almanackan men bara för att boka in tider med larm, gmail, nordea, bankid (mobilt bankid har revolutionerat mitt liv). Sociala medier går jag in via chrome istället för att ha en massa appar. Facebook och andra sociala medier utgör hela mitt sociala liv. Men timstock och andra typiska hjälpmedelsappar funkar inge bra för mig. Jag har istället bantat bort appar för att det inte ska bli för rörigt. Jag jobbar hela

tiden på att få hjälpmedlen att fungera smidigt som stöd och att ssmverka (datorn/iphone) men helt ensam och så har jag inte råd att köpa allt jag behöver som komplement. Det är som om en rörelsehindrad skulle behöva klura ut hur el-stolen fungerar helt själv genom trial & error och internet och att spara och köpa allt själv med lägsta sjukersättning. Erfarenheten efter tio år är iaf att många appar kräver 4-5 moment för att göra en enda sak och att själva användandet av apparna tenderar att bli ett heltidsjobb som tar mer energi än stödet man får. Och då får man inget stöd. Appar är en storindustri som lovar 100 ggr mer än man lever upp till. Ska jag gradera mina bästa blir det 1. Chrome. 2. BankID. 3. Kivra (glömde jag ju! Det är den enda myndighetstjänsten som verkligen är ett bra stöd) 4. Kameran. 5. Anteckningsboken. 6. Klockan. 7. Gmail. 8. Nordea. 9. Kalkylatorn. 10. Karta med gps! Men som sagt var är det inte ofta jag behöver hitta någonstans sen jag blev sjukpensionerad. Men gps är ett otroligt bra stöd om man måste någonstans. 11. Hitta.se
Any. Do Kalender Legimus Kalkylator Översätt Omvandling från tum till centimeter.
Resepanerare, kalkylator, weather, notes, kalender, alarm, pomodoro timer
Google keep
De som är värda att nämna här är Todoist, IFTTT, Google Kalender och RescueTime. Alla appar jag använder är både appar och webbtjänster, alla hjälper mig på olika sätt inom både jobb och privatliv.
Kalender
Face time
Påminnelser för att avlasta hjärnan och strukturera upp hur den dagliga tillvaron ser ut. Alarm för att komma ihåg mediciner. Telefonens egna anteckningsblock för att kunna ta ner sådant som är av intresse för att senare bearbeta.
Reminder, MovieTalk
SL
Kalkylator
Timstock, kalender
i love hue för att skärma av och fokusera om jag mår dåligt.
kalender
Kalkylator
Timstock- appen använder jag mycket för att visualisera tid.
Kalkylatorn, timer, GPS, note program, påminnelse m.m
kalkylator för jag kan inte räkna för stora nummer
Legimus

Dator

Har du tillgång till en dator i ditt hem?

	Procent	Antal
Ja	92%	209
Nej	8%	19
Vet inte	0%	0
	Totalt	228

Hur kunnig är du på att använda en dator?

	Procent	Antal
Jag har tillräckliga kunskaper för att använda en dator	76%	173
Jag kan använda dator men skulle behöva mer kunskaper eller hjälpmedel	15%	34
Jag kan inte tillräckligt om datorn för det jag vill använda datorn till	6%	14
Jag kan inte alls använda dator	2%	5
Vet inte	1%	2
	Totalt	228

Hur tycker du det är att använda dator?

	Procent	Antal
Lätt	61%	126
Varken lätt eller svår	33%	69
Svårt	5%	10
Vet inte	1%	3
	Totalt	208

Har du några hjälpmedel till din dator?

	Procent	Antal
Ja	12%	24
Ja, men jag behöver fler hjälpmedel	4%	9
Nej	73%	150
Nej, men jag skulle behöva hjälpmedel	6%	12
Vet inte	5%	11
	Totalt	206

Markera gärna vilka hjälpmedel du använder i din dator!

	Procent	Antal
Bildtelefon	4%	4
Förstoring	15%	15
OCR-program	3%	3
Ordprediktion	3%	3
Punktskriftsdisplay	0%	0
QR-scanner	4%	4
Röststyrning	2%	2
Skärmläsningssystem, typ Jaws, VoiceOver	4%	4
Speciell mus	9%	9
Speciellt tangentbord	9%	9
Stavningskontroll	40%	39
Tal till text	3%	3
Talsyntes/uppläsningssystem	8%	8
Datorn i sig är mitt hjälpmedel	57%	55
Annat - beskriv vilket	13%	13

Annat - beskriv vilket

En utbildning eller på enkelt sätt kunna ställa frågor kanske som ett abonnemang som RUT tjänst

Hdmi sladd till andra skärm då behöver jag se flera saker samtidigt.

Inbyggda funktioner såsom skärminställningar, stänga av ljus bakom tangenter m.m.

Inga hjälpmedel

Inget

Klockan (komma ihåg tiden)

Ljus- och ljudjusteringar

Mousetrapper

My abilia

Skriptblockerare som tar bort animationer etc

Symwriter

min macbook pro (2017 som jag fixade för egna pengar har inbyggd tangetbord

Är det några program i din dator som du tycker är till stor hjälp? Beskriv gärna!

google translate Enhetskonvertering (websida) Hitta min iphone

Mind map-program

Word

Stavningskontroll och kalender

Jag vet inte

Alla program är viktiga för att vardagen ska funka och räknas som hjälpmedel för att mitt liv ska bli lättare och inte lika jobbigt.

Word Kalender

Nej

Mina spel

Word, kalkylatorn, skärmbild.

Word, kalkylator

Word, outlook, webbläsare

Använder den knappt

Jag använder främst datorn till att jobba, kolla på film/tv och till att skriva på forum. Samtliga hjälpmedel finns i min telefon.

google chrome och flera google appar

Nej.

Klockan (komma ihåg tiden)

Word är nästan det enda jag behöver.

Jag har aldrig fått kläm på det.

Wordpad, kalkylator, kalender

Se mitt svar på frågan om vilka appar jag använder i mobilen

Face Time

Notepad

Röstinspelning

Kalkylator

Jag använder endast internet, och tittar på youtube, på klipp som är riktade till små barn. Det är lätt att använda dator till detta, men jag kan/klarar inte använda dator till något annat.

Vet ej

Jag använder för det mesta Microsoft Word, och om jag stöter på svårigheter brukar det vara enkelt att googla fram bra svar. Jag är annars inte så datorkunnig, men det jag kan duger fint åt mina syften.

kalkylator

Surfplatta

Har du tillgång till en surfplatta?

	Procent	Antal
Ja	62%	141
Nej	37%	84
Vet inte	1%	2
	Totalt	227

Hur kunnig är du på att använda en surfplatta?

	Procent	Antal
Jag har tillräckliga kunskaper för att använda en surfplatta	69%	151
Jag kan använda surfplatta men skulle behöva mer kunskaper eller hjälpmedel	14%	30
Jag kan inte tillräckligt om surfplattan för det jag vill använda surfplattan till	5%	11
Jag kan inte alls använda surfplatta	5%	10
Vet inte	7%	16
	Totalt	218

Hur tycker du det är att använda en surfplatta?

	Procent	Antal
Lätt	63%	88
Varken lätt eller svår	30%	42
Svårt	6%	8
Vet inte	1%	2
	Totalt	140

Har du några hjälpmedel till din surfplatta?

	Procent	Antal
Ja	15%	20
Ja, men jag behöver fler hjälpmedel	5%	7
Nej	66%	90
Nej, men jag skulle behöva hjälpmedel	7%	9
Vet inte	8%	11
	Totalt	137

Markera gärna de hjälpmedel du har i din surfplatta

	Procent	Antal
Bildtelefon	10%	6
Förstoring	13%	8
OCR-program	5%	3
Ordprediktion	3%	2
Punktskriftsdisplay	0%	0
QR-scanner	11%	7
Röststyrning	8%	5
Skärmläsningssystem, VoiceOver	3%	2
Stavningskontroll	28%	17
Tal till text	8%	5
Talsyntes, uppläsningssystem	15%	9
Surfplattan i sig är mitt hjälpmedel	67%	41
Annan, ange vad	11%	7

Annan, ange vad

App i form av en strukturerad kalender som kallas HandiKalender

Barnen använder dem.

Blåljusfilter

Ska ha en egen digital planner där då gillar att teckna med touch pen. Men håller på lära mig att designa den själv.

externt tangentbord

kan anteckna och scanba in text som jag kan göra anteckningar på.

kommunikationshjälpmedel

Är det några appar i din surfplatta som du tycker är till stor hjälp? Beskriv gärna vilka!

svt play youtube

Veisure (almanacka med planering)

Jag använder surfplatta mycket lite, måste ha den för politiskt uppdrag men det är en iPad och jag funkar verkligen inte ihop med Apple-produkter.

Stavningskontroll och kalender

Surfplattan är som en extern dator som hjälper mig om jag är hemifrån och inte kan komma åt datorn. Dropbox och andra viktiga appar hjälper mig ha tillgång till mina viktiga dokument och bilder.

Penna

Det är min lugna ner mig sak - och kan skriva på den till andra

Samma som på telefon mestadels.

Använder bara min iPhone. Men har tillgången. Så det blev en dum fråga med följdfrågorna då jag ej använder plattan. Lite samma med den stationära datorn.

Adobe acrobat. Webbläsare för att göra digitala bestyr utan att behöva lämna sängen.

Det är skönt att kunna utföra sysslor och göra köp och sånt från sängen.

My calendar heter den. HFör att ha koll på mens. Fertilitet, mediciner, och informationen går att spara i molnet som vanlig dokument. Om appen skulle sluta finnas.

Nej.

Nej

Intowords Claroread Skolstil = talsynteser

Kalkylator

Samma som mobilen d.v.s den är livsviktig. Påminner mig, planerar min resa vilket sänker min stressnivå betydligt. Väldigt mycket är väldigt viktigt i min platta.

Jocce. Kartor av flera slag, GPS. SMHI, Och jag använder internet mycket via plattan.

Alarm

Samma appar som i mobilen

Samma applikationer som nämns för telefon. Data i dessa synkroniseras mellan enheterna så att det snabbt går att ta fram den oavsett vilken enhet som används.

Timstock

Widgetgo, ritprat2

Kommer inte ihåg vad de heter. Använder ityvär inte läsplattan ofta. Jag har lånat den som hjälpmedel men inte fått handledning när apoar blir för gamla, inloggningen strular osv. Så använder inte den som jag borde.

Mitt kommunikationshjälpmedel, men det är inte tillräckligt användarvänligt. Lyssna på musik. Det är svårt att använda surfplattan till annat än väldigt specifika saker som jag vill göra. Jag skulle behöva en surfplatta till varje enskild app, och låsa plattan i det läget. Det är dumt att det inte går att helt ta bort appar man inte vill ha, eller att begränsa användandet till några stycken appar, istället för att endast en, eller alla appar.

Minns ej

Skulle behöva ett raster för att kunna trycka på rätt knapp men habiliteringen kunde inte förskriva en

Bakgrundsuppgifter

Ange åldersintervall

	Procent	Antal
Under 16 år	5%	10
16–24 år	13%	28
25–34 år	29%	61
35–44 år	23%	50
45–54 år	20%	42
55–64 år	9%	20
65–75 år	1%	2
76 år eller äldre	0%	0
	Totalt	213

Vilken är din könstillhörighet?

	Procent	Antal
Man	30%	67
Kvinna	63%	139
Annan	4%	8
Jag vill inte svara på den frågan	3%	6
	Totalt	220

Är svenska ditt första språk?

	Procent	Antal
Ja	96%	202
Nej, ange i så fall ditt förstaspråk	4%	9
	Totalt	211

Nej, ange i så fall ditt förstaspråk

Spanska (2)

Engelska

Finska

Finska.

Franska

Polska

finska

skånska

I vilket län bor du?

	Procent	Antal
Stockholms län	33%	74
Uppsala län	4%	9
Södermanlands län	1%	2
Östergötlands län	5%	11
Jönköpings län	2%	4
Kronobergs län	3%	6
Kalmar län	1%	3
Gotlands län	0%	1
Blekinge län	1%	2
Skåne län	8%	17
Hallands län	2%	4
Västra Götalands län	11%	25
Värmlands län	5%	10
Örebro län	4%	9
Västmanlands län	2%	5
Dalarnas län	5%	11
Gävleborgs län	2%	4
Västernorrlands län	2%	5
Jämtlands län	4%	8
Västerbottens län	2%	4
Norrbottnens län	3%	6
Vet inte	0%	1
	Totalt	221

I vilken typ av ort bor du?

	Procent	Antal
Stad	65%	143
Mindre samhälle	20%	45
Landsbygd	13%	29
Vet inte	2%	4
	Totalt	221

I vilken typ av boende bor du?

	Procent	Antal
Hyreslägenhet, vanlig	43%	94
Bostadslägenhet	17%	37
Villa, hus	27%	59
Gruppboende	3%	6
Servicelägenhet	7%	16
Annat stödboende	1%	3
Jag är hemlös	0%	0
Annat, beskriv vilket	3%	6
	Totalt	221

Annat, beskriv vilket

Boendestöd för det sociala behovet inom LSS

Hemma hos förälder

Hotell

Inneboende

Inneboende i bostadsrätt

elevhem

Får du hjälp av någon i din vardag?

	Procent	Antal
Ja	42%	93
Nej	58%	128
	Totalt	221

Vilken typ av hjälp?

	Procent	Antal
Hemtjänst	6%	5
Personlig assistans	3%	3
Boendestöd, stödpersoner eller liknande	78%	70
God man/Förvaltare	36%	32
Annat, ange vad	21%	19

Annat, ange vad

Föräldrar (2)

Bor fortfarande hemma hos mina föräldrar

Familjemedlemmar

Förälder

Föräldrar

Kontaktperson

Mamma o pappa

Mamma och pappa

Mat hygien etc

Min man

Min man hjälper mig mycket

Min man. Har även haft boendestöd länge och ska nu få det igen då min man blivit sjuk. Har även ansökt om hemtjänst. Har också avlösare för barn.

Pappa

Personalen hjälper mig

föräldrar

hjälp av vuxna

vårdnadshavare, korttidsboende

Bor du tillsammans med någon?

	Procent	Antal
Ja	56%	119
Nej	44%	93
	Totalt	212

Vem eller vilka bor du tillsammans med?

	Procent	Antal
Sammanboende, partner eller gift	55%	65
Barn under 18 år	36%	43
Hemmaboende barn över 18 år	11%	13
Bor med mina föräldrar eller en förälder	33%	39
Delar bostad med en vän (eller flera) – kollektivboende	2%	2
Annat, ange vad	4%	5

Annat, ange vad

Har inneboende

Katt

Osiris (ocicat)

gruppboende

men egen lgh

Vilken är din högsta avslutade utbildning?

	Procent	Antal
Grundskola	16%	36
Grundsärskola	3%	6
Gymnasium	25%	56
Gymnasiesärskola	9%	19
Yrkesutbildning/Yrkeshögskola	5%	10
Folkhögskola	5%	12
Högskola eller universitet	30%	66
Annan, beskriv vad	6%	13
Vet inte	1%	2
	Totalt	220

Annan, beskriv vad

Ej börjat skolan än

Ej klar än

Fackskola, utländsk utbildning

Förskola

Går i grundsär

Har ingen avslutad grundskola

Ingen . Klarade ej av grundskolan heller . Utan betyg .

Ingen avslutad utbildning.

Komvux

Slutade skolan i 7an. Hemmasittare. Inte klarat av att gå tillbaka.

Sminkös

anpassad skolgång, inga betyg

särvex

Vilket eller vilka av följande tycker du stämmer på din nuvarande situation?

	Procent	Antal
Arbetar	32%	70
Arbetslös	12%	26
Hemma med barn	3%	6
Pensionär	3%	6
Sjukskriven	18%	39
Sjukersättning/Förtidspensionär	33%	72
Daglig verksamhet	17%	38
Aktivitetsersättning	8%	18
Studerar	18%	39
Annat, ange vad	6%	13
Vet inte	0%	0

Annat, ange vad

50% sjukpensionär 50% arbetsför.

Aktiv i föreningsliv och politik också

Eget företag

Försörjningsstöd, socialtjänsten.

Hade daglig verksamhet men de psykade mig så otroligt mycket i flera år att jag är mer sjuk och orkeslös nu än nånsin förut

Har eget företag men får inte till att jobba, dels pga egna svårigheter med också barn med omfattande skolfrånvaro.

Hemma för att familjen ska fungera, organiserar och hjälper barnen för att vardagen ska funka för oss alla fyra.

Hemmasittare.

Lönebidrag anställning 40 %

Ovanlig kombo :-)

Praktik

Tar hand om barn med funktionsnedsättningar och tar hand om min man med schizofreni.

delvis korttidsboende

Vilken inkomst har du per månad?

	Procent	Antal
0 kronor	11%	24
1 – 4 999 kronor	8%	17
5 000 - 9 999 kronor	19%	42
10 000 - 14 999 kronor	28%	62
15 000 - 19 999 kronor	8%	17
20 000 - 24 999 kronor	5%	11
25 000 - 29 999 kronor	2%	5
30 000 - 49 999 kronor	9%	19
50 000 kronor eller mer	0%	1
Jag vill inte svara på den frågan	9%	20
	Totalt	218

Hur fick du information om den här undersökningen?

	Procent	Antal
Via e-post	15%	33
Via Facebook	64%	140
Via en tidning	1%	2
En vän tipsade mig	7%	16
Från min organisation	8%	17
Annat, beskriv hur	12%	27

Annat, beskriv hur

Begripsam (2)

Min pappa (2)

förälder (2)

Autismförbundet via FB

Den bara dök upp på min Android

Från min kontakt person på min dagliga verksamhet

Gruppen "Godmanskap och förvalterskap"

Habilitering och hälsa

Lärvux

Mamma

Min dotter via facebook

Nyhetsbrev från Habiliteringen

På ett möte

På möte på jobbet

På webbsidan

Tillfrågan av stödperson hos mitt boende

Via LinkedIn

Via habiliteringen

Via inlägg i mitt flöde på LinkedIn

god man har svarat

konstruerade enkäten

via skolan

vårdnadshavarens organisationskontakter

Är det något du vill tillföra?

Jag försökte tidigare idag få fram en lönespec (sköts av Accountor) för att kolla vad min nya lön är. Det gick inte via jobbtelefonen (iPhone) då det inte alls fanns med i mobilversionen (som överlag är helt obegriplig) och länken till lönespecar gick inte att klicka på i "vanliga" versionen. Vill ju inte öppna jobbdatorn när jag är sjukskriven, så jag försökte i min privata android telefon, där funkade det utmärkt att klicka på länken. Sånt borde verkligen inte skilja så mycket beroende på enhet! Hade jag bara haft iPhone hade jag alltså blivit tvungen att starta jobbdatorn och utsätta mig för ännu mer stress, för att kunna ansöka om sjukpenning FÖR UTBRÄNDHET.

"App-crowding". Jobbigt att hitta rätt app i telefon och platta. Blir som en gröt av symboler, dör alla tycks se lika ut. Ett evigt sorterande och grupperande krävs, men ändå klart energikrävande att leta. Har ingen superlösning, men tror det är fler än jag som får soppatorsk när de ska hitta sin swish- eller bankapp t ex.

Det borde vara en rättighet att få tillgång till internet antingen via telefon, surfplatta eller dator.

Hur många % av de som startar undersökningen klarar inte av verktyget? T.ex start med bara en pil nere till höger, och listor med tomma rutor. Men tack!!

Bra att det här görs. Hade gärna spridit det här till klienter, men då hade jag behövt ett litet ekonomiskt incitament som ett litet presentkort på Ica t ex.

Facebook är jättebra för ensamma människor det ger mig en egen familj

Mamma svarade på frågorna

Jag hade tur och fick dels ta datakörkortet -96, och sen gå en ettårig kurs "modern it-kommunikation" -97, där vi lärde oss det mesta man behövde då, sen ska man bara sätta sig in i allt nytt som dyker upp för att hänga med. Efter en datorkrasch för några år sen är jag utan dator då jag inte haft råd att köpa nytt, så jag sitter med mobilen och eftersom jag har gamla glasögon börjar synen ta stryk. Jag brukar säga att funktionshinder har jag från kroppen men handikappad är jag av dålig ekonomi och bristande teknik!

Jag hoppas verkligen att det finns sätt för dem som har liknande problem men tycker att det är svårt att få möjlighet att lära sig använda internet och datorer och får hjälpmedel till det. Internet har verkligen varit min räddning och jag tror min livskvalitet skulle vara tusen gånger sämre utan det.

Gör studien på engelska och sprid den till Reddits subforum!

Bara det som jag nämnt.

Jag tycker datorer och Internet är väldigt bra för att jag ska kunna utföra tjänster. Däremot är det också en starkt bidragande faktor till att jag har svårt att komma igång med annat. Blir lätt skärmberoende, svårt att bryta det. Skulle vilja ägna mindre tid åt mobiler och surfplattor o.d.y.

Har inget fast internet trots påtalan om detta.

saknar bra dagstidningar, tyckte de var bra för ca 20 år sen, men slutade ha för ca 10 år sen, för de hade blivit för mkt dåligt skrivna artiklar, eller tråkig täckning i materialet generellt, eller för mkt reklam. använder mest p1 istället nu.

Använder mest telefonen till allt. Den digitala tekniken är verkligen till hjälp när det funkar, men kan ställa till det mycket och orsaka oerhört stor stress när det krånglar eller blir för komplicerat för att en ska kunna förstå.

Flera av sidorna / formulären såg ut som de borde ha texter vid checkboxar/radioknappar men saknade text, så det såg ut som ni tänkte fråga saker som jag inte kunde svara på . jag kör senaste versionen av chrome, och utgår därför att min webbläsare följer relevanta webstandarder

Jag skulle önska lära mig mer om det och ha tillgång till såväl dator som surfplatta.

Jag önskar att jag hade en sorts assistent eller boendestöd i form av en robot. Den skulle påminna mig allt den skulle uppdateras om mina diagnoser helatiden. Som aspice vet jag vilka misstag gör människor, vilka komplikationer uppstår om en assistent är NT. kunskap om NPF i landet är efter. såna beslut som tas fram för funktionshinder tas av NT människor eller utan annan funktionshinder. Jag är trött på att man sätter plåster på symtom. Stället för att gå till orsaken göra om och göra rätt. Tänk om professionella med samma funktionshinder som patienten skulle ge vård. Samma med hemtjänst, assistent. Lärare. Etc. Med såna individuella bemötande skulle man spara mycket och hjälpa mer men det känns som att man vill inte. Man har skapat ett värld av NT för NT och vad motiverar en NT? Vissa saker, alla samtidigt eller minst en av dom: girighet, narcissism, avundsjuka, egoism, vilja ljuga, olojalitet, makt, ologik. Därför bolag får anställa en olämplig assistent. Assistenten kommer undan, bolaget blir rikare, patienten förlorar. En robot kan inte bli korrumpad för att den känner inte dom motivationer. Patienten blir tryggare och lugnare av att dom praktiska saker blir uppförda. Mindre stress skulle ge patienten och anhöriga mer tid för kärlek. Anhöriga skulle kramma sin funktionsfamiljemedlem utan känna en börda.

Nej.

De flesta med min funktionsnedsättning tycker nog också att det är lätt att använda Internet och är hellre på Internet än pratar i telefon etc.

Kommentar från registratör: Personen svarar att han ska få mobilt bankID och kan E-handla när han får hjälp. Han känner till Storytel och Bookbeat. Han svarar "det är lätt" vid frågan om han känner sig delaktig i digitala samhället. Vid frågan om inkomst vet han inte, därav inget svar.

Nej Kommentar från registratör: Han svarar att han tagit bort lösenord i frågan om det är svårt att använda internet. Han e-handlar tillsammans med god man. Han har inte svarat på frågorna om inställning till biljetter, sjukvård tandvård osv, men däremot gjort anteckning vid sidan att det är "via god man". Han förstår knappar o appar snabbt på smart telefon. I frågan vilka hjälpmedel som används till smart telefon finns det en anteckning vid sidan: Inte till telefoner, Ipaden = talsyntes. I frågan om hur personen tycker det är att använda dator är det också anteckning: Dator svårare än Ipad svårt m. mus o tangentbord (I denna fråga råkade jag klicka i Vet inte och det gick inte att ta bort svar när jag väl klickat i det, personen hade inte fyllt i något svar utan bara antecknat detta)

Utan nätet skulle jag vara extremt ensam . Så även om det inte är jättekul med enbart vänner på nätet är det bättre än helt ensam . Jag har tränat massor på vad som är socialt accepterat , sociala spelregler osv så jag kan lite mer om sånt nu och fattar lite mer varför jag ej har vänner men kan spegla dom andra på nätet utan att göra bort mig - bli avslöjad att jag ej lan osv . Klarar mig bättre när jag handlar osv med att fatta var , när och hur . Har social tränat på nätet kan man säga . Lärt mig mkt om mina diagnoser på nätet . Förlåtit mig själv för jag ej kan som samhället vill osv pga nätet .

Det saknas enkla program som skulle ersätta evernote och liknande kommunikativa program. I Evernote mfl är det så rörigt,

så många alternativa möjligheter som gör det svårt att använda för oss med kognitiva svårigheter. Det borde finnas samma möjliga funktioner - men valbara så att bara de som används är aktuella på skärmen. Tydligare och mer lättnavigerat. De program som finns för oss är ofta beroende av att någon sitter och gör väldigt stora insatser, det krävs många steg för att lägga in minsta lilla sak- ungefär som det var i programmets begynnelse. Ofta är de också tänkta för personer som själva inte alls kan använda programmen för annat än att läsa det andra skrivit (som scheman, bildscheman, påminnelser osv) Interaktiva möjligheter via enkla sätt att kommunicera borde utvecklas mer! Lite som sms men privat inom en app ungefär. Möjligt att skicka bilder, berättelser, meddelanden och även påminnelser. Som en enklare mailfunktion eller.... ett mellanting mellan mail och sms.

Jag skulle behöva ett annat tangentbord, hörlurar, surfplatta, fotstöd och tillgång till media och program som kostar pengar.

Jag tycker att det skulle ha varit några fler svarsalternativ på frågorna som bara har lätt, svårt och vet inte som alternativ.

Att skeiva så här mycket på en enkät gör rätt ont.

nej

Jag hade behövt ett program, en app som stör användningen av Internet när man befunnit sig för länge på samma plats. Eller vid sökning på samma ord, namn med kort tidsintervall i mellan. Fastnar lätt, blir trött och energin går åt till inte alltid någon nytta.

Most of the questions I think were Not displayed correctly using safari on iphone

Jag använder datorer och min mobil dagligen. Väldigt stor förbättring i vad jag kan påverka och delta i. Men finns flera platser med "fyrkantig" layout som är svår att ta sig fram i. Beror oftast på för låsta funktioner och formuleringar. Jag gillar sidor där det tydligt framgår om man loggas ut efter en viss tid eller där man kan välja att beskriva fritt vad man behöver hjälp med.

Det är svårt att hänga med i teknikutvecklingen när man är socialt isolerad. Då har man ingen att fråga och lära sig av.

Nej

Begripsam AB

Begripsam AB bedriver verksamhet i syfte att bidra till universellt utformade produkter och tjänster som tillgodoser alla användares behov. Vi utvecklar och tillämpar metoder så att alla, oavsett förmåga, kan vara med och påverka hur produkter och tjänster ska vara utformade.

Vi är experter på hur man i design- och utvecklingsprocesser ska ta hänsyn till högt ställda krav på tillgänglighet, användbarhet och användarupplevelser, även när användare har olika funktionsnedsättningar. Vår spetskompetens ligger i kunskap om psykiska och kognitiva funktionsnedsättningar.

Vi arbetar med konceptutveckling, design, utredningar, analyser och tester. Vi bedriver forskning och utveckling i egen regi eller i samverkan med andra som delar vår vision. Våra metoder och arbetssätt har sin grund i forskning och i våra egna levda erfarenheter. Vi har ett nära samarbete med Föreningen Begripsam. Vi lägger stor vikt vid att personer som själva är berörda av hur produkter och tjänster är utformade ska få vara med när dessa utvecklas. Vi har utvecklat metoder för hur sådana samskapande processer ska gå till.

Tillsammans med medlemmarna i Föreningen Begripsam deltar vi i standardiseringsarbete på svensk och internationell nivå. Vi har varit drivande i att ta fram standarden för kognitiv tillgänglighet, [21801-1 Cognitive accessibility — Part 1: General guidelines](#).

Begripsam leds av Stefan Johansson, som också forskar om kognitiv tillgänglighet. Företaget har 9 anställda och cirka 70 testpersoner som arvoderas per testtillfälle. Föreningen Begripsam har cirka 30 medlemmar. Våra metoder och arbetssätt finns presenterade i Stefans doktorsavhandling: [Design for Participation and Inclusion will Follow: Disabled People and the Digital Society. KTH Royal Institute of Technology.; 2019](#).

Vi är kända för undersökningen "Svenskarna med funktionsnedsättning och internet", <http://internet.begripsam.se>. Det är vad vi vet den största undersökningen i världen om hur personer med funktionsnedsättning använder internet.