Känslig för starka intryck

- Hur personer med olika funktionsnedsättningar använder internet

Datainsamlingsperiod: 2019-06-07 till 2020-01-09
Antal svarande: 351
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 hjälp 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 12

Smart telefon 48

Dator 54

Surfplatta 57

Bakgrundsuppgifter 60

Begripsam AB 71

Diagnoser och svårigheter

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

	Procent	Antal
ADD	11%	38
ADHD	23%	80
Afasi	4%	14
Autismspektrum (Autism, Asperger)	32%	114
Bipolär	3%	12
Blind	1%	2
CP	2%	6
Demens, Alzheimer	0%	1
Depression	31%	109
Dyslexi	8%	28
Dyskalkyli, matematiksvårigheter	10%	36
Döv, barndomsdöv	1%	4
Döv, vuxendöv	1%	3
Dövblind	1%	4
Epilepsi	7%	23
Grav hörselnedsättning	3%	12
Grav synnedsättning	6%	21
Hjärnskada, förvärvad	9%	31
Huvudvärk, migrän	30%	104
Kommunikationssvårigheter	20%	71
Koncentrationssvårigheter	57%	199
Kroniskt trötthetssyndrom	29%	102
Känslig för starka intryck (flimmer, ljus, ljud)	100%	351
Lässvårigheter	16%	56
Minnessvårigheter	46%	163
MS	15%	52
Parkinson	0%	1
Räknesvårigheter	15%	54
Rörelsehinder, finmotorik	28%	98
Stroke	6%	22
Schizofreni, psykossjukdom	1%	5
Självförtroende/självkänsla, bristande	32%	113
Skrivsvårigheter	13%	46
Social rädsla	23%	81
Språkstörning, DLD	4%	13
Svårt att förstå	13%	44
Svårt att lära mig nya saker	21%	74
Svårt att komma igång eller avsluta saker	50%	175
Svårt att sitta	13%	46
Svårt att behålla fokus på en uppgift	38%	133
Talsvårigheter	9%	31
Utvecklingsstörning eller intellektuell funktionsnedsättning	6%	21
Ångest	36%	127
Annan, beskriv vad	26%	92

Annan, beskriv vad
Utmattningssyndrom (4)
hjärntrötthet (3)
Hjärntrötthet (2)
OCD (2)
+60 år
ARFID (selektiv ätstörning) BMI under 13
Allergier
Annan degenerativ neurologisk muskelsjukdom
Aspergers Syndrom. Det där spektrumet kan nya DSM köra upp, existerade ej udner min utredning och tvingas jag ej in i. Det förstör enligt mig för alla de tryckt in i det.
Astma diabetes atros fibromyalgi myelit encefalit pco-s
Ataxi
Balansproblem, värk, motoriska problem, hjärntrött
Blåsstörning/rik, synstörning Diplopi
Certificerad rullstolspilot
Charcot Marie Tooth
DCD
Depression i perioder, låg grundstämning. Ljudkänslighet. Har stora problem med finmotorik, men inget rörelsehinder - fingerfärdighet, dålig handstil - vilket (kan bli som en skrivsvårighet). Kan vara svårt att lära sig nya praktiska saker, finmotoriken. Svårt att sitta still och är rastlös (istället för svårt att sitta som det står i frågan).
Dissociativt syndrom uns
Dystrofia mgotonica
EDS, POTS
Ehlers Danlos syndrom
Endast känslig för ljus
Fatigue, hjärntrötthet
Fibromyalgi Ibs, ums
Fibromyalgi och utmattningssyndrom. Wed/rls
Generell ångest, OCD
Grav hörselskada
HJÄRNTRÖTTHET
HSP
Har rullator, teknik och data är svårt, svårt att sitta länge på datorstolen o synen. Att "tekniken" är svår. Blind ena ögat. Har syhjälpm.
Hjärntumör
Hjärt, lung, reumatiska sjukdomar, samt Livsfarlig fetma pga väldigt låg ämnesomsättnings nivå.
Hypermobilitet, konvexitetsmeningiom frontallob
Högkänslig
Hörselnedsättning
Idiopatisk progressiv polyneuropati
Inflamarorisk neuropati med svår smärta, tex svårt m glasögon p.g.a. ansiktssmärtan, har svårt att använda touchskärm. Hypersomni, somnar snabbt speciellt vid monotona uppgifter, som denna, är ständigt trött o faller lätt men olyckligt.
Ingen tidsuppfattning, minns inte mycket av vad jag ser, hör eller läser ... och massor av MS-symptom som sömnproblem, balanssvårigheter, m.m.
Inkontinens
Kognitiv funktionsnedsättning och hjärntrötthet
Komplett paraplegi

Komplex PTSD. ARFID
Kronisk smärta, svårt att stå/gå längre stubder
LGMD
Ledsmärtor. nedsatt uthållighet. balansproblem
ME
ME. POTS, Willis Ekboms, Ehlers Danlos, Raynauds
ME/CFS
MS Fatigue
Medfödd hjärnskada
Multisjuk
Muskeldystrofi
Muskelsjukdom SMAIII
OCD (tvångsneuros)
Psoriasisartrit, kroniskt smärttillstånd ev fibromyalgi, trötthet
Ptsd
Rheumatoid Arthritis, RA, sedan > 45år. Rotationsscolios, inoperabel Spinalstenos
Ryggskada
Rörelsehindrad
Rörelsehindrad, lipödem.
SLE
Smärta i ben
Smärta i fötter, händer, ansikte p.g.a. CIDP, sömnattacket p.g.a. hypersomni
Stroke påverkar hörminne
Svårt att gå. Ibland omöjligt.
Svårt hjärntrött
Tics
Tinnitus huvudvärk ljus och ljud känslig
Tvångssyndrom, kolostomi, stelopererad rygg
UMS
Utmattning
Utmattningssyndrom
Utmattningssyndrom och ätandeproblematik
angiödem allergi. Det är mat allergi, dessutom autism gör att man tål inte viss mat heller.
ej gående, rullstolsburen
grav hjärntrötthet och energilöshet
gångsvårigheter+smärtor
högersidesförlamning
känsel och balansstörning
polyneuropati
svårigheter med grovmotorik,skilja på höger och vänster osv.
whiplash, fibromyalgi
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?)

Begripsam helt enkelt

Ätstörning UNS, Utmattningssyndrom (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

Har inte fått diagnosen ADHD men har konstaterat det själv. När jag var ung hette det Psykisk ohälsa, men dagens diagnoser förstår jag mej själv bättre. Pusselbitarna har fallit på plats. Är idag Spetspatient av flera anledningar.

Nackskadad efter olycka

Mina svårigheter i kommunikationen beror enbart på min syn/hörselskada

Har en lättare grad av gravt synskada. Svår fibromyalgi o mycket värk. Lätt EP Sitter i rullstol vaken tid o kan inte rulla mer än 200 meter. Astma o allergi o klarar inte o träffa folk med parfym o rök djur o likn. Svår allergi mot jordnötter. Luftburen

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 nyligen fått en ovanlig diagnos, MSA-C (Multipel system atrofi). Har bl.a. gångsvårigheter, yrsel och lider av hjärntrötthet.

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.

Ryggmärgsskada

Även utmattningssyndrom

fibrodimma.

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.

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

Jag fick diagnos Autismspektrum i vuxen ålder.

Vardagen är stor kamp att få orken att räcka. Värsta dagarna(vilka har blivit flera) klarar jag inte av ens att hålla ögonen öppna, pga smärta och total utmattning fysiskt och psykiskt.

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.

Jag har sedan 16 års ålder en svår tvångs- och ångestneuros, framför allt OCD. Utreds för närvarande för ADHD/autismspektrum. Utreddes för 20 år sedan för ADHD och fick då veta att ADHD inte kunde bekräftas eftersom det inte fanns någon som kunde berätta hur jag var som barn. Psykolog och psykiatriker sade dock att resultaten av testerna var typiska för ADHD samt att jag dessutom hade motoriska svårigheter. Förra hösten skrev vårdcentralen remiss för utredning av npf eftersom den ansåg att allt tydde på AST och jag utreds alltså nu.

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

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. Ångest och oro är livspåverkande. Men samtliga svårigheter och diversiteter är främst så påtagligt ignorerade av vården och samhället. Fast det heter att det ska utbildas om NPF och att det ska talas högt om psykisk ohälsa, så visar vården 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? Ångest? Här har du medicin. Fungerar inte? Nehe - här ta en ny då. Ge det tid.
Fått autismSpektrum sen barndom
Adhd-pi Autism Social fobi Agora fobi EDS Dyslexi
Det mesta jag kryssat i och m er därtill beror på min MS som jag haft länge, minst 40 år.
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 suttit 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.
Mina muskler förtvinar runt skuldror och bäcken.
Har stora problem med motorik, balans, komihåg, hjärntrött, och värk efter trafikolycka. Har också svår artros med nya höftleder, värk, Sjögrens Syndrom
Diagnos NF2, tumörer på hörsel och synnerver.
Har fler än vad som stod på förra frågan
Diagnosen är MS, men när jag blir sämre har jag också alla de symptom som brukar räknas till ME.
Jag kan inte ta simultana ljud, hjärnan kapsejsar totalt i stimulimiljöer (shutdown), har synstörningar och balansrubbningar och sväljsvårigheter och TMJ och whiplashskador. Har grav hjärntrötthet (vilket inte är samma som kroniskt hjärntrötthetssyndrom). Svaghet och känselstörning hela vänster kroppshalva inklusive ansiktet. Tappar bokstäver, stavar fel, svårt överblicka text, kramp i bakre tunga m m. Jag fick min hjärnskada efter ett trauma mot huvudet 2014, och inget syns på CT/MRT, dock sa man från början att det fanns en liten subdural böldning men senare bortförklarad som en möjlig artefakt. men jag har en mycket låg funktionsnivå. Gjort en VNG-undersökning som dock visar på patologiska centrala skador, samt optiker/ortopist-undersökning som bekräftar patologi centralt. Vill ha en fMRT för hjärntröttheten men får inte då det inte används i vården. Vill träffa hjärnexpert och få en hel proper diagnos och bedömning. Hjälp mig hitta en sån.
Många olika smådiagnoser som hör till, t ex halva hörseln borta.
Eftersom det handlar om Internet så vill jag påpeka att mina svårigheter, både svår smärta och att jag somnar för lätt och faller lika lätt har jag svårigheter med det homogena utbudet av mobiler då det i stort ej går att få smartphone med knappar. Touche gör ont (lätt beröring). P.g.a. ansiktssmärtan kan jag inte ha glasögon, som jag haft sen barnavård. Det gör det omöjligt att betala räkningar på nätet. Ibland kan det ta lång tid innan jag kan läsa mina mejl p.g.a. smärta. Att läsa längre dokument på nätet är omöjligt.
En lågdragen utmattning sedan 2006 utredd av neuropsykiater, återkommande depressioner som blir djupare, svårare. Påverkar vardagen i allt hela tiden, lever i portionsbitar.
Fibromyalgi har jag också, andnings svårigheter, enorm trötthet som inte låter mig att vara aktiv under dagen, sömn svårigheter. Har skadad rygg, mycket problem att gå upp och ner i trappan, kan ej böja mig, inte plocka saker från golvet/marken. Tappar synen systematiskt, suddig syn. Har massor av fysiska symptom som kommer pga tröttheten. Är oftast deprimerad eftersom jag inte klarar vardagsliv.
Har sen 2007 kronisk intestinal pseudo obstruction (falsk tarmvred) och gastropares, sen 2014 certificeret rullstolspilot pga en subversion av Guillain Barrés Syndrome; Polyneuropati AMSAN.
Har i grunden sjukdomen SLE
När inte kropp och huvudet inte samarbetar
Har hjälp med att besvara
Hjärndimma som ger minnessvårigheter, koncentrationsproblem och svårt att ta in information. Väldigt ljudkänslig.
Kronisk utmattningssyndrom, GAD, rullstolsburen
Mina svårigheter är främst kopplad till min MS diagnos, så mitt sätt att fyll i blev kanske helt galet? Det är ju för min del inte olika diagnoser, utan olika symtom på min MS!?!
Utöver ADHD ligger en POTS samt hEDS som tillsammans skapa stora påfrestningar på energinivåer (har konstant fatigue) smärta (kronisk,konstant smärta) samt problem med både upptag och förbränning av mediciner. Med hEDS som orsak till att jag varken tar upp eller kan nyttja den medicinmängd jag faktiskt intar betyder det att trots att jag ligger på höga medicinnivåer så blir jag bara hjälpt till hälften. Att dessutom behöva centralstimulerande för ADHD och morfinbaserad medicin

för smärtor blir det genast problem. Läkarna ser gärna ett missbruk istället för hjälp till ett nästan normalt liv med hanterbara symptom och smärtor.
Mental trötthet- en komplicerad funktionsnedsättning! Svår att komma till rätta med, svår att förstå (för omgivningen)
Alla mina nedsättningar har med min MS att göra. Förmodligen hade jag inte haft dem om jag inte haft MS.
Jag gör mitt Bästa
Lipödem klass 3-4.
Lipödem klass3-4. Rörelsehindrad höger arm. Artros knä.
de flesta av mina svårigheter beror pga min ms
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 lidit av diverse afasi, dyskalkyli, lässvårigheter m.m. under ett längre tag men det har blivit bättre med hjälp av B12 (hade tydligen brist). Det är bättre nu men fortfarande kämpigt. Närminnet är mycket drabbat och jag lever i en värld utan tid ...
Nä
Min CP-skada har gjort mig gravt rörelsehindrad.
Har Lipödem, fel på ämnesomsättningen, PTSD, lindrig kognitiv störning!
Jag vill inte bemötas annorlunda utifrån dessa variationer. Jag kan själv be om hjälp om behövs. Känner mej dumförklarad som antas behöva ditt å datt
Astma & allergier, reumatism
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.
Fick stor hjärnblödning med afasi. Allt språk försvann. Har återerövrat mitt språk men har ändå en funktionsnedsättning.
Borderline fanns inte med
Har en stor komplexitet av problem vilket gjort mig svårutredd och feldiagnosticerad tidigare.
Ojämn förmåga. Lättstressad.
Många svårigheter ingår i diagnoserna, så blir lite dubbelt upp.
Har glasögon, brytningsfel, långsynt.
Ljudkänslig för höga ljud, Tinnitus
Det är komplext att jag inte hör påverkar mig mera än vad jag är medveten om och leder ibland till mindre kloka beslut pga av stress ,värk och trötthet.
ADD, social ångest och generaliserat ångestsyndrom. Dem går ofta in i varandra då jag inte velat att någon ska veta om min ADD. Som ger koncentrationssvårigheter, svårt att ta tag i saker, att organisera, blir lätt uttråkad osv. Det har gjort mig till en perfektionist där min sociala och generaliserad ångest lätt hittar eventuella katastrofer/konsekvenser. Tillexempel att jag satt uppe om nätterna i skolan och gjorde inlämningsuppgifter, kände mig aldrig nöjd, det var tvunget att vara perfekt för annars kunde nån ju märka min ADD.
Jag har diagnosen ADHD, men väntar på utredning för AST/Aspergers. Det är de sociala relationerna, både privat och på jobbet, som är de tuffaste. Men adhd-medicin hjälper ju mig bara för min hyper sida, inte asp sida.
Då det är både fysiska, mentala samt neuropsykiatrikt med fokus, minne med mer så slår dessa

diagnoser med symptom undan fötterna på varandra. vilket gör den totala förmågan mindre/sämre
Har MS, så tillståndet är inte konstant, även om jag inte direkt är i ett skov.
Svåra smärtor i ryggen som kommer akut, gör att jag aldrig vet hur jag mår om två sekunder. Kan aldrig bestämt planera in varken umgänge med vänner, resor eller något över huvud taget.
Svårt att förstå eller förklara, hitta ord, förekommer ofta.
– Förflyttning "längre" sträckor föranleder ökad smärta, muskeldomningar och nervsmärtor som kvarstår timmar - dygn. Detta gör förflyttning utan hjälpmedel helt ogörlig. – Hamnar "mellan stolarna" p g a flera diagnoser.
vuxendöv, men lite hörande med hjälp av cochleaimplantat och hörapparat
Namnet kroniskt trötthetssyndrom är något man lagt på hyllan. Sjukdomen heter ME/CFS och är en multisystemsjukdom som ger neurologiska, endokrina och immunologiska symtom. Energiomsättningen är påverkad men det är inte det enda. Så trötthet är helt fel ord. Se de rapporter som omnämns här https://rme.nu/informationsmaterial/myndigheter/forsakringskassan/oversikt_over_kunskapslaget_sep_2018/
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 autoimmina 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.
Svårt att sitta pga tröttheten smyger på . Svårt att inse vad som ligger "bakom" det uttalade.
Plötsliga känselbortfall medför yrsel o balanssvårigheter, som att leva i en berg- och dalbana som kan gå igång när som helst.
Har konsekvenser av GBS - guillain barres syndrom med tidigare totalförlamning som följd
Att vara högfungerande och högpresterande i sin yrkesroll hjälper inte om man är utan arbete. Mina största problem är i mitt privata liv, nu har jag varit arbetslös i 16 månader och får inte hjälp från en coach, siuzkonsulent eller någon annan form av hjälp från AF då jag anses frisk. Det är ju bara att rycka upp mig och ta tag i problemet och söka jobb. Fast det är just där min nedsättning sätter tvärstopp och jag fastnar, kommer aldrig till en intervju och inte heller in i tjänster som jag vet jag kan utföra bättre än de flesta 'normativa' kan.
Har ME Extremt utmattad och svag Ansträngningsutlöst försämring
Orkar inte
ME är en neurologisk sjukdom .. med inflammation i kropp och hjärna energibrist i celler / med ett immunsystem som "går på högvarv" Många av oss är hemmabundna
Var tidigare mycket aktiv. Efter hjärninfarkten; hjärntrött, ljud/ljus känslig, svårt med klockan pengar köer för många vid ett bord, konsekvenstänk, tv filmer, bio
Har huvuddiagnos ME/CFS, som ni tyvärr kallade kroniskt trötthetssyndrom i listan. De flesta andra funktionshinder jag kryssade i är resultat av den sjukdomen.
Tot. beroende av assistans samt elrullstol.
Har intestinal pseudo obstruction, falsk tarmvred, gastropares, en subversion av Guillain barres syndrom, polyneuropati AMSAN, akut motorisk sensorisk autonom neuropati. Rullstolsburen, utan känsel från halsen och ner, inga autonoma rörelser, Extrem smärta och hypersensitivitet. Blandt annat.
Är under utredning sen 5 år tillbaka för trolig Ms.
P.g.a. av smärta kan det bli olika svårt med att göra mig, göra vardagssysslor. Ökad smärta gör att sömnattacket ökar.
Saker tar längre tid, bli fort hjärntrött.
Lider av hjärntrötthet p.g.a min förvärvade hjärnskadan.
att jag e den typen som inte vill sitta still för mycket eller att jag gillar att umgås med folk fast inte för mycket

Nej
Tappar ofta ord och kan ibland ha svårare att beskriva saker. Stelhet i kroppen
Muskelsvaghet. Försvård tal o födomänen mat tugga, svälja. Synen försämrad har gråstarr. Infektionkäns*liänslig. Balans. Inre organ, magbesvär Ärftlig.
Utmattningssyndrom 1999 m tappat närminne som blev bättre efter ett par år, men aldrig blivit bra. Epilepsi konstaterad 2003, men hittills terapiresistent, vilket stressrelaterade Ep oftast är. Fk och Af har krav på mig som ständigt för mig ner i depressioner eftersom jag inte lyckas leva upp till deras krav på prestationer. Men jag önskar att det fanns en stressfri plats i arbetslivet för mig.
PTSD efter olycka. Utmattad Tinnitus
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 mattematiksvårigheter.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.
abstrakt är svårt stress känslig sortera
Nej,Tack
Stroke med afasi sedan -04. Allt språk försvann. Har återerövrat språket men har ändå fortfarande funktionsnedsättning med att hitta ord ibland, svårt att "hänga med", svårt med koncentration, svårt att lyssna efter ord, siffror mm.
Jag är blind på ett öga.
Scizzoaffektiv sjukdom fanns inte som alternativ varför jag kryssade i både bipolär och schizofreni.
Tappar lätt fokus om annat händer runt omkring. Har många gången utsatt mig själv och andra för dåliga konsekvenser pga dålig impulskontroll
ME är den största funktionsnedsättningen, Myalgisk ecefalomyelit/Chronic fatigue syndrom, (d v s det som ni kallar kroniskt trötthetssyndrom).
Har svårt att räkna & komma ihåg saker/information som är viktigt för mig att veta & som måstes komma ihåg.
Av alla svårigheter är tröttheten värst för den gör att jag får svårt att koncentrera mig, jag blir ångestfylld, tappar mycket av fritid när jag är så orkeslöshet. Dessutom lider jag av svåra smärtor
Koncentrationssvårigheterna och stimulikänsligheten kommer från hjärnskakningar.
Nej
Jag ser bra med zoom text o mina appar helst svart på gult. Har mellasynen kvar o inget kontrastseende, kompenseras med mina gula glasögon med skärpa/slipning. Med brillorna på så ser jag inte det närmaste framför mig! Under morgon vasninens* klöver jag ordagrant på folk.
Människors attityder är jobbigt, till exempel växtare på en restaurang som tror att jag är full.
1. Stroke 2012 Afasi . Tinnitus, Hyp*erkvs. Looped audiom Fun*nior KBT Afasi buns ETT sc*ares Paker. Hjärntrötthet. 2. Bipolär 1998. Psyka l*aknar 3. Svårt i takt o tal. Tu-musik. Behöver Dicital.
Svårt att förstå skriftliga instruktioner. Svårt med skärmar eftersom de skickar ut 50 bilder / sekund och min hjärna uppfattar det som nya bilder och det tar all energi och då kan jag inte tänka. Svårt med ljus, ljud, dofter och rörelser. Ex (min egen skugga, folksamlingar, många som pratar samtidigt, fotbollsmatcher - alla rör sig led ljus)...
Balansbortfall
balansbortfall

Begripsam helt enkelt

Internet

Använder du internet?

	Procent	Antal
Ja	98%	333
Nej	2%	8
	Totalt	341

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	55%	174
Det är svårt att söka information	12%	38
Det är svårt att navigera, att hitta till rätt ställe	19%	60
Det är svårt att använda tjänster (till exempel fylla i blanketter, köpa och beställa saker)	22%	71
Det är svårt att förstå innehåll	16%	51
Det är svårt med lösenord	34%	108
Det är svårt för att design och utformning är störande	24%	77
Det är svårt för att det inte fungerar med mina hjälpmedel	5%	15
Det är svårt men jag kan inte beskriva varför	9%	28
Vet inte	2%	7
Annat, beskriv vad	18%	59

Annat, beskriv vad
Vissa hemsidor är svåra att hitta d jag söker på
All information (50 bilder/sek) gör att hjärnan blir överbelastad och därför måste jag förbereda mig ex. vad jag ska klicka på innan jag tittar på skärmen
Att söka saker gör att jag tappar tråden och plötsligt har det flugit 4-5 timmar och jag har ännu inte hittat det jag sökte. Oftast minns jag inte ens vad det var jag sökte.
Blir trött fort, huvudvärk
Både ja och nej att hon använder internet. Måste alltid ha någon som kan hjälpa att läsa på internet och kommer rätt.
Deprimerande, förstärker ensamhetskänslan.
Det som är svårt med internet är att social interaktion på sociala medier, allt annat är enkelt.
Det är helt beroende av vilken sida det är, internet i sin helhet är för stort för att dra över en kam på det här sättet
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 att hitta bra information, dvs forsknings baserad
Det är svårt att hålla sökfokus för varje svar innehåller massor av intressanta, men för syftet ovidkommande, förslag. ADHDn gör att alla svarsalternativ blir intressanta och plötsligt har 3 timmar försvunnit, jag kan inte redogöra för vad jag gjort och jag garantera en aning om vad eller varför jag sökte från början.
Det är svårt att sålla bland all information och veta vad som är riktigt. Att man förväntas söka all info själv för att den finns där någonstans bland allt annat.
Det är svårt när det finns rörligt innehåll vid sidan av innehållet jag vill läsa/fokusera på. Tex annonser som har röröigt innehåll.
Det är svårt när det är saker utanför det jag ska fokusera på som rör sig el/och låter tex reklam
Det är svårt på vissa sidor där det inte är strukturerat och tydligt. Tex vilken underrubrik man ska gå in på för att komma vidare.

Då jag har en synskada som påverkar användandet blir jag sämre vid dataskärm.
Energin räcker inte
Ex försäkringskassan, när det ska fyllas i ansökningar och dokument, så hinner jag bli utloggad från sessionen eftersom det tar sådan lång tid att skriva, tänka och formulera.
Glädjande, rörlig reklam gör att jag tappar fokus och det blir väldigt svårt att läsa och förstå.
Gör det inte för svårt. Är inte så kunnig på internet.
Han tycker generellt inte att det är svårt att använda internet och att det generellt kan vara svårt att navigera och att hitta rätt ställe
Har svårt att få ihop bilder och ljud. Måste ha ljudlöst och kan inte se video eller liknande utan text
Har svårt att ta mig igenom stora textmassor.
Har svårt med skrivning för att alla rörelser måste tänkas
Hur man använder kommandon, sparar, skriva dokument mm
Händer som domnar efter några minuter
Ja allt utom Facebook är svårt.
Jag beställer mat från Ica och Coop .
Jag känner mig mer hemma på internet än i riktiga världen, jag skapar webbsidor och bloggar osv med koder än med färdiga layouts
Jag minns inte vad jag håller på med eller vad jag egentligen letar efter eller vad det var jag skulle göra. Det är väldigt påfrestande att vara ute på nätet och söka information och det är nästan omöjligt att få rätt information, då jag mest bara blir förvirrad av all info och inte klarar att sålla som förr.
Jag orkar endast i korta stunder pga fatigue o flimmer från bildskärmar som gör mina ögon trötta.
Jag ser inte p.g.a. nervsmärta i ansiktet som gör att jag inte kan ha glas ögon. Då jag inte är synskadad utan har vanliga synfel får jag inte hjälp från hjälpmeddelsenheten i regionen. Alla har inte förstoring på sina hemsidor, gäller speciellt banker. Även vissa färger försvårar som grönt o rött. Då flyger bokstäver o tecken iväg.
Jag är osäker att det blir rätt. Gör ofta om från början när jag använder ny funktion
Jobbigt med mus. jobbigt att skriva, svaga och onda händer.
Kan ej se vissa saker som t ex att betala räkningar på nätet. När jag har smärta i ansiktet och el migrän kan jag inte vara på nätet pg a flirt som ökar smärtan
Kan inte längre följa skrivna instruktioner man tex får av datasupport eller till en pryl jag köpt. Fattar inte alla frågor i blanketter ansökningar mmFruktansvärt dåligt minne. Google har blivit omöjlig som i första hand visar de som vill tjäna mkt pengar. Sen orkar jag inte fortsätta leta. Värst av allt är teknikstressen jag har och otryggheten jag känner för att jag inte har råd anlita hjälp till det som inte fungerar som jag behöver och har inte råd köpa nytt när de gamla är för gamla. Dessutom sätta sig in i hur en ny produkt funkar suck. Samhället som kräver att man ska ha fungerande teknik men får ingen hjälp till det. Dubbelsuck fy och usch. .
Kan inte skriva på svenska mera än några ord när mobilen hjälper
Med förstoringsprogram får man svårt med överblick och missar lätt saker. Ofta är det dålig kontrast i text och rörigt, vilket gör det svårt för mig som synskadad att se
Många siter är inte mobilvänliga
Om det är på tid.
Pga att jag tappar koncentrationen och glömmer vad jag håller på med, så är det lätt att jag klickar på fel saker. Har lett till att jag fått min dator hackad.
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.
Vill lära mer, men får ingen hjälp.
Vissa hemsidor har väldigt liten text
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 hjälppersoner att reglera internet så att endast det jag är intresserad av visas, och på rätt nivå
blir fort trött i hjärnan av både sökande av information samt att läsa det på nätet. Att se på tv-serier eller program är

lättare.genom nätet
det är för många som lägger på ljus som inte kan stängas av och cookies som man inte kan välja bort, så att alldeles för mycket om mig sparas.
det är lätt med internet
flashar med reklam är mycket störande
känslig för skärmar p g a hjärnskadan
ljuset på skärmen och ljudet av datorn är fruktansvärt uttröttande. orkar korta stunder
ofta för många steg och för mycket text innan man hittar det man söker
orkeslös
synskada gör det svårt samt nackskada
Är väldigt lite på Internet. Inte med på Facebook.

Varför använder du inte internet?

	Procent	Antal
Jag är inte intresserad	13%	1
Det är för svårt	63%	5
Jag kan inte	63%	5
Jag har ingen dator, telefon eller surfplatta	13%	1
Jag har ingen internetuppkoppling	13%	1
Jag har inte de hjälpmedel jag behöver	50%	4
Det är för dyrt	13%	1
Vet inte	13%	1
Annat, beskriv vad	13%	1

Annat, beskriv vad
jobbig inbärnig

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

Lätt att fastna på sociala medier och bara scrolla och scrolla och när man lägger ifrån sig telefonen blir man orolig och vill kolla igen. Som ett gift.
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.
Kommer inte upp det man söker på pga köpta platser
Svårt hitta det jag vill
Det är jobbigt att få överblick samtidigt som jag använder förstoringsprogram och det är ofta rörigt eller för små kontraster
Problem o hitta rätt länk o med mina hjälpmedel fungerar men klarar inte allt. Svårt att förstå viss info o bra om det fanns nån att fråga nu o då när en letar viss grej
Det är så oerhört mycket information, så det blir jättesvårt när man som jag har problem att sålla 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 tröttar ut.
Min personliga assistent har lärt sig mina anpassningar och stödjer mig - då kan jag göra det jag vill.
Ibland är det svårt att veta en sidas trovärdighet
Komplexitetsnivån för vitala funktioner.
Flimmrande reklam. Plötsliga höga ljud. Ologisk information. Mycket och/eller kompakt text. Att risk bli lurad .
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 ftf texttv! Två färger och stramt enkelt upplägg, oslagbart!
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.
Få sidor som har innehållet som man kan lyssna, blanketter som man ska fylla innehåller svårt förstodda introduktioner, sidor som är inte uppdaterade. Att boka en läkartid på capio är för stor uppgift, väljer istället att inte söka läkare alls för det tar så mycket av energin att behöva söka vilken kategori min besvär ingår och sedan besjriva via att skriva långa text är omöjligt.
Det som jag tycker är svårt är social interaktion. Det är visserligen enklare än i den fysiska världen eftersom jag slipper försöka tolka minspel, gester och röster. Men jag har vissa svårigheter med att kommunicera med människor. Jag tycker människor kan vara svåra att tolka och förstå och jag har svårt att förstå hur mitt eget uppförande kan tolkas av andra. Jag är dessutom ofta brutalt uppriktig och är dålig på att linda in saker. Jag har generellt en IQ betydligt över medel men jag tycker en del aspekter av umgänget med människor är svårt i den fysiska världen och en del av det hänger med in på sociala medier.
Inte så svårt. Kan kännas tufft att hitta till rätt saker och platser ibland. Komma på rätt sökord.
Sålla bland information. Det tar jättemycket tid att jämföra olika sidors info och avgöra vad som är riktig fakta och vad som bara är någons åsikter. Man förväntas själv söka all information på internet bara för att den finns där, men om man inte kan eller orkar det får man ingen info. Ingen myndighet m.m. ger ut bra info på papper längre - allt finns att läsa på hemsidan (där det ofta är en mardröm att hitta/komma ihåg allt pga exempelvis koncentrationssvårigheter).
Rörlig reklam gör mig tokig men den går som tur är oftast stänga av. För mycket klickande, jag använder bara dator
Pga min synskada blir jag störd av flasher och popups, dåliga kontraster, liten stil, för breda marginaler för mitt förstoringsprogram (när man inte kan scrolla).
Framförallt rörlig, eller flashande reklam gör det svårt att ta in text. Texter utan radbryt eller liten text är också svår
Komma ihåg användarnamn och lösenord
Att hitta rätt i djungeln
Den NYA designen (Windows 8 framåt, påstådd anpassad till platta och mobil) av alla hemsidor där text ersätts med hieroglyfer som "tre streck betyder meny - det ska alla veta nu!". Den är störande, förvirrande och svår att navigera för mig. Jag växte upp med datorer, jag fick en vid 2½ års ålder med DOS och använde inom kort datorn utan hjälp. Det var alltså mycket enklare för mig att DÅ komma ihåg och skriva kommandon i stil med "Run Command File C:/Spel/Fury_Of_The_Furries " och vad det nu kan ha varit för specialtecken som skulle in än vad det är för mig att nu navigera de websidor som idag skapas. Att navigera väldigt ... svårt att förklara, men, platta, kontrastlösa sidor - stilrena, som byggda av nihilisterna som designar de fula husen som byggs överallt (FU konstfack...) just nu - med lite text och få och dåliga gränsdragningar med symboler jag ska gissa betydelsen på. Det är frustrerande så jag kan skita i det ofta. Särskilt där allt inte ÄR på sidan, eller ens i en rullist, som förr. Utan istället kan det finnas en symbol som öppnar en list som

åker ut från SIDAN och täcker hela skärmen, där en av sjutton andra symboler tar dig till en sida och DÄR kan du få hjälp. Om du tyder rätt hieroglyf DÄR... T.o.m Försäkringskassan har börjat med det! Jag kunde inte för allt i världen hitta tillbaka till min inkorg för att se vem min nya handläggare var. Och de ville att jag skulle gå över helt till det från papperspost. Men glöm det! Och mer och mer fungerar därför inte heller gamla hederliga Ctrl-F för att hitta ordet man söker, som ex. "Kontakt". För det kan vara dolt, eller i form av en telefon- eller brev-hieroglyf. För mig börjar det bli lika irriterande, om inte lika svårt att hitta själva hemsidorna, att navigera på sidor som det var när man på modemens tid inte hade sökmotorer och man själv skulle skriva http:// och få med varenda punkt och snedstreck för att inte få en felsida när man ville öppna en websideadress... Jag känner mig som 60, inte 27.

att söka och ta in info, att läsa och överblicka, att ta in och fatta

Att hitta rätt info på svenska. Långa förklaringar så man måste läsa flera gånger för att förstå.

Det är så många val, saker jag inte klarar av att komma ihåg eller förstå vid hjärntrötthet.

Själva Internet är inte svårt, svårt är att koncentrera mig på det jag letar efter, oftast måste jag lämna sidor eftersom jag orkar inte titta mer. Reklam är irriterande, för mycket ljud och färger och de blinkar oftast eller flyttar en efter en som stör mig. Ibland är Internet instabil och det går inte att skicka meddelanden eller betala eller ladda sidan på en gång.

:-)

Har svårt för att förklara.

Rörigt svårt att kunna hålla koncentrationeb

Svårt hitta tangenter

Kan ibland vara svårt med otydliga sidor, röriga sidor.

Jag blir distraherad

För mkt information av dålig kvalitet !!!

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

Svårt att se på mobilen. Äger inte dator

Jag använder det men har ingen ork att kontakta folk - skypa etc. Drar mig hellre undan

Det är inte svårt med internet.

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

Jag tycker det är svårt att skicka en blankett

Tycker inte det är svårt mesta dels men allt mer är på engelska och i text det blir inte lätt som dyslektiker.

orkar korta stunder pga att ljudet och ljuset och flimmer tröttar ut mig

För långa texter

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.

Datorer krånglar och man skall komma ihåg så mycket, t.ex. antivirus och att uppdatera skyddet, vilket man inte har råd till, och när något börjar krångla så går man nästan under pga. att det blir så oöverstigligt svårt. Lösenordsvärlden vi lever i är ett hemskt helsike! Har blivit avstängd hur många gånger som helst från mina egna epostkonton m.m. Orkar inte mer! Reklamen överallt driver en till ångestens yttersta gräns. Internet isolerar en från den verkliga världen och är en chimär som ger illusionen av att man umgås med folk fastän man inte gör det. Dessutom är det inte bra för någon del av den mänskliga naturen/kroppen att stirra in i ljuset från en dator varje dag och sitta stilla och knattra med fingarna ... det är enbart ohälsosamt och idiotiskt. Det är nedbrytande och extremt tidsödande. Det förstör hela ens liv!

Informationen kan vara otydlig, ibland tillomed saknas helt. Tillexempel 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 copypaste vilket gör det mycket enklare. Även avtal och vilkor är svåra att förstå och min hjärntrötthet gör att jag inte kan ta emot infon, får be om hjälp av en vän.

Hittar inte det jag söker, tröttnar och ser något annat som jag tittar på istället och blir väldigt frustrerad och irriterad. Alla säger att det är så lätt, medan jag nedvärderar mig själv för att jag inte kan.

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.

För mycket information på sidorna vilket gör det svårt att hitta. För mycket information gör mig trött och jag får svårt att fokusera. Saker som rör sig eller blinkar är störande. Videos som startar av sig själv är extremt jobbigt. för många hemsidor

har en ologisk struktur så det är omöjligt att navigera och snabbt hitta det man söker.
Jag var på instution när detta utvecklades å besitter ingen kunskap
Jag vill inte ha störande reklam som blinkar när jag håller på med mejl. Det är svårt att veta allt om det tekniska. Det är svårt att veta vad som är säkert.
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.
svårt att öppna enkät, bilaga att skriva i
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.
Svar i föregående fråga. Svårt att veta hur man skall söka och vart
Det är svårt att hitta svar på frågor, bara en jäkla massa reklam kommer upp eller så hamnar man på forum där idioter utan vare sig kunskap eller hjärna uttalar sig. Jag vill ha relevant info från kvalificerade källor i enlighet med det jag frågar.
Att söka information kan vara svårt pga att man måste ha exakt rätt sökord. Att förstå information är svårt om den är för lång och oprecis, samt för abstrakt. Dit lösenord behöver ändras ibland. Blir svårt att minnas alla olika lösenord man har.
Jag använder gärna internet som underhållning/tidsfördriv/lärande osv på eget initiativ. Men när jag ska göra saker som jag är osäker på (t.ex.fylla i blanketter) så gör jag det helst för hand och eller med hjälp av någon. Tycker inte om när alternativet att få prata med någon som kan hjälpa mig reda i kaoset försvinner och enda möjligheten att lösa saker är med hjälp av dator (t.ex. när man ska köpa tågbiljett på stationen)
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.
Se föregående svar
att det dyker upp reklam i fast eller rörlig form
Hitta rätt information när man tex använder söktjänst. Källkritik. Lagom detaljerad information etc.
Det är svårt när det finns rörligt material som itne är det som jag behöver/vill fokusera på. Tex reklam med rörliga bilder.
Att det är svårt att få en personlig kontakt via sms, mess el mail om man tex söker uppgifter.
När jag vill göra något och inte hittar rätt information så att jag kan gå vidare och slutföra min uppgift.
På en del sidor där man ska fylla i blanketter osv, så är det ofta inte anpassat efter en AD(H)D hjärna. Jag skulle behöva mer tydlighet och mer kortfattade förklaringar till vad exakt det är jag ska fylla i/skriva. Det kan även vara krångliga ord, för många olika färger.
Att det inte finns någon enlighet, olika sidor =olika typsnitt, ibland länkar på höger sida-ibland på vänster sida. Blinkande objekt. Rörliga bilder. Filmer som sätter igång med ljud som skapar ångest för mig, eftersom jag är ljudkänslig och inte var beredd på ljudet/musiken.
Det tar längre tid att hitta till det jag letar efter pga förstorings programmet ,får åka runt i rutan för att kunna läsa det som står där.
att hitta rätt ord för att få en exakt träff att solla träffarna dålig på att hinna orka lära mig bli mer effektiv då det själ så mycket energi när jag ska lära mig det själv
För många intryck vid hel skärm, med mycket reklam, blink och för att jag måste vrida huvudet (vilket gör mig yr) så använder internet via telefon. Då är det bättre fokus på en "bild" i tager
Just för att det är en skärm jag ska titta på vilket inte är bra för mina diagnoser.
Har svårt att komma ihåg alla lösenord, som man inte ska skriva upp! 😉
Jag förstår inte det med appar. Jag fattar inte hur man skapar en app
Det är så mycket man måste tänka på och komma ihåg.
-
rörlig reklam som stör det jag verkligen vill titta på, ger en enorm hjärntrötthet
tycker inte om att man skall använda bank ID till mycket eftersom jag valt bort detta
Förstå och hitta rätt. Tar för lång tid och energi. Svårt att återhämta mig
Svårt att hitta tillbaka, till start.
Det tekniska är inte svårt eftersom jag har en bakgrund som IT-konsult. Men all aktivitet är tröttande för mig och ME/CFS

ger hjärntrötthet. Så jag behöver göra något en väldigt kort stund och sedan vila. En sak som är extra jobbig är rörlig reklam
Det är väldigt mycket intryck på en gång.
Det är just sökfunktion. Jag tappar tråden. Tiden rullar förbi och jag fick inget vettigt alls ut av en hel dag.
Det mesta beskrev jag på förra frågan. Hatar när man inte kommer vidare om man inte fyller i en mobil och mailadress Får ibland inte en kod att funka en fast de precis skickat en till tex mobilen. Internetkrångel tar för lång tid och mkt ork jag inte har. Speciellt när teckningen försvinner. M M trots att ingen hittar felet sker det ofta de flesta dagarna. Ingen verkar heller fatta varför jag inte kan skicka mail, svara eller vidarebefordra... Ja det är så mkt frustration över tekniken att jag skulle flytta ut i skogen utan nät mm om jag bara kunde. Samtidigt måste jag ha tex you tube på för att kunna sova osv urk.
Alldeles för lätt att man klickar på fel saker.
Svårt att hålla koll på lösenord och koder!
Jag tycker inte Internet i sig är svårt att använda, men om man använder mer mental energi på att surfa än vad man har tillgängligt blir ju allt svårt. Jag gör ofta fel när jag ska betala räkningar, men inte för att jag inte fattar, utan för att det är koncentrationskrävande och för många moment i följd.
Bara vissa hemsidor som är svåra
Jag kan inte beskriva internet som helhet som vare sig svårt eller lätt, det är för ospecifikt. Vissa hemsidor är lätta, vissa är svåra eller störande eller svåra. Ibland är det svårt om jag är på telefonen men inte om jag är på datorn. Det går inte att säga utan att vara mer specifik.
Samma som innan, på dårligt dager fungerar interns diktering
Förutom att man blir utloggad ur sessioner när saker tar tid att fylla i, all info försvinner och man får börja om från början. Utöver utloggning och tidsaspekten har jag inget problem med internet
Inget är svårt i sig. Men har svårt att se och allt går ej att förstora, som bankers tjänster. Jag har svårt läsa då det triggar igång smärtan i ansiktet.
upplever att ilband är det "mycket" och jag har svårt att hitta det jag vill. Får jag en direkt länk eller väldigt tydligt visat vart jag hittar det jag söker så fungerar det rätt bra.
Pga ljuskänsligheten så är det lättare att läsa på papper.
Blir trött att sitta vid datorn.
Det är lätt att bi distraherad av annat som dyker upp p.g.a cookies, som ex reklam för produkter en sökt på innan. Ibland är det svårt att hitta rätt sökord för vissa specifika ämnen vilket då gör att inte den rätta informationen dyker upp. Orkar inte med att sitta framför datorn för länge vid sökande av information och blir trött av att läsa informationen på skärmen, betydligt lättare att ha det i pappersformat.
Svårt hitta rätt och komma ihåg olika lösenord och leta på rätt ställe eller komma ihåg att titta på olika platser.
Många intryck överallt. Texter, bilder, reklam mm. Ofta alldeles för mycket text man måste läsa för att kunna komma vidare i sin sökning. Inte lätt när man inte minns vad man läser - får ofta ta hjälp av andra för det inte funkar
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 att hitta rätt sökord. Måste söka så många gånger med olika ord. Svårt att komma ihåg vad jag läst på olika ställen. Svårt att fokusera och sammanställa vad jag läst.
Svårt när det hänger sig och inte fungerar
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.
Exempel svårt med för mycket information då det är svårt att sortera...
svårt att komma ihåg inloggning
Det går relativt bra att hitta och förstå men ibland är det svårt att boka hotell, flyg. Jag bokar tåg ofta och det är inga problem. Det kanske beror på att det är sällan man bokar hotell etc.
Det är tröttnade med annonser, särskilt när de är rörliga, och distraherar.
Det är så många ord o termer som man aldrig har hört o därmed inte fattar vad det innebär när man svarar ja eller nej. T.ex
Kan inte skriva in sökorden.
svårt pga min förlamning o "touch" kontakten med Ipad inte fungerar tillfredsställande (dvs ingen kontakt trots att trycker).
Kan vara ord som kan vara svårt att förstå emellanåt men oftast fungerar det bra iallafall.
Otydlig textsnitt o färger ofta.
Det är svårt att ta in någonting överhuvudtaget på sidor likt Aftonbladet där hela sidan är fylld med färger, former, saker som flimrar/blinkar och där läsriktningen inte är tydlig.

Vet ej
Genom att orientera sig rätt och vara strukturerad går det enklare att hantera Internet.
förstoring fungerar inte på alla sidorna, dessa alla färgerna gör det svårare att hitta sakerna
Hinner inte med. Massa appar före ETC. Det försvinner
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
För mycke effekter. Färger, pop-up rutor, saker som rör sig, ljudeffekter 3D bilder

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

	Procent	Antal
Ja	31%	95
Nej	67%	205
Vet inte	2%	6
	Totalt	306

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
Anhörig hjälper mej skriva p.g.a. Koncentrationssvårigheter.
Jag frågar andra när jag inte hittar eller inte fixar något- vänner, eller support från företaget som Dövblindenheten anlitar, "Anpassa" heter det, finns i Malmö. Använder inte vårdguiden, bokar inte tågresor tec, eftersom det är för jobbigt
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.
Leta på internet läsa och svara på mejl leta och hämta svar på mina frågor vill kunna kolla vädret där jag bor leta musik och använda spotify
Barnen. Spec tekniska frågor eller bekymmer. Och nya program o dyl som har någon funktion med pengar i. Annars är jag inte rädd för att göra fel. Vän med Internet och sånt sedan många år
Jag frågar min man om hjälp eftersom jag vet att jag inte , oftast hittar det jag letar efter , de kan vara vadsomhälst 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.
Fylla blanketter, söka infirmation,
Min man, när jag inte förstår eller hittar vad jag vill.
Kontakt med myndigheter, ekonomi. Min exfru hjälper.
Allt
Skriva och läsa ta fram bilder Min assistent
Att skriva, arbeta vid skärmen. betala räkningar.
Dotter hjälper vid behov. Kommandon, kopiera, rensar i dator
Om något inte fungerar med min dator.
Navigera . Fylla i uppgifter . Beställa order måste ha hjälp osv
Allting
Att lära mig nya saker
Söka saker, särskilt olika produkter behöver jag någon som plockar fram till mig.

Om jag måste beställa saker o ibland när jag ska söka
Till exempel som Apple id och när man får en ny telefon skicka över bilder och uppgifter till andra telefonen
Installationer ny programvara eller starta nya produkter eller hitta avanserade saker .
skriv mail, leta efter saker tex ngt som ska beställas
Sammanfattningar, hitta rätt adress m.m.
Hitta vissa saker som jag vill köpa
Deklarera, Läsa avtal och vilkor, 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
Att söka information (men bara ibland), att använda e-tjänster.
komma på sökord
Vissa saker som blanketter som ska hittas på försäkringskassan eller kontakt med vårdcentral
Att komma igång.
Betala räkningar, söka
Ringa till dem istället
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
Fylla i blanketter Min pappa
Betala räkningar där du ska ha bankdosa och har 3minuter på dig. Eller vissa beställningar.
Fylla i blanketter, svårt att veta vad de frågar efter. Brukar ofta krångla.
Lösenord. Installationer och uppdateringar. Navigering. Olika program. Inställningar. Olika funktioner. Sökvägar i mappar och dokumentation.
inställningar, ta bort eller lägga till information, Barnbarnen
Felsöka när internet inte funkar. Koppla ihop högtalare och andra trådlösa enheter till nätet och göra dem valbara genom tex Spotify. Backupa
Mina vuxna barn hjälper mig med det mesta ang datan.
Om jag inte lyckas med att få svar/ hjälp där jag söker. Ber jag sambon om hjälp.
När jag ska föra över pengar så hjälper min pojkvän mig ibland då jag inte vet tex hur många nollor tiotusen ska ha. Eller när någon sida är för krånglig och jag tappar intresset så får någon annan kolla upp en viss information.
Att hitta information. Tyda kartor på Google maps.
Sambo ,dotter ,son eller kolegor. Lättare för dem att hitta på skärmen ,de ser hela skärmen framför sig på sin dator.
Kan inte klara sig utan att någon hjälper henne på internet.
Söka efter specifik sak, ofta i samband med matlagning. Frågar vänner.
onödigt att bli trött av letandet så att jag inte orkar avnända informationen jag sökte för att komma vidare i min aktivitet
Min man och son får hjälpa mig då jag inte förstår att fälja ainstruktioner, det blir för mycket helt enkelt. hjärntröttheten slår ut förmågan att använda dator.
Ber om hjälp om något frustrerar mig så att jag håller på att implodera. Saker som inte fungerar som det är tänkt oftast.
En väninna hjälper mig söka när jag går bet. Hon är mer van att vara ute på Internet. Jag tycker det är tråkigt
Jag brukar be om hjälp med att söka saker. Just för att jag så lätt distraheras av sökningar.
Ber sönerna om hjälp när det är svårt eller krånglar
Allt jag tidigare skrivit jag tycker är svårt eller omöjligt. Även uppdateringar när de kommer. Är också många saker jag vill ha men inte använder för att jag inte klarar installera eller använda. Tex appar, GPS, stegräknare, sömnkoll, tidtabeller eller annan bra info. När minnet blir fullt och jag inte kan radera mera. Typ alla jag råkar prata med eller företag som skulle kunna osv personligt ombud har inte tid. Inte vännerna eller släktingar heller.
Stora projekt som att läsa på om en produkt man vill köpa, och där man vill läsa dels om funktioner, jämföra priser och läsa

användaråsikter och väga dem med ens egna behov. Jag skulle aldrig kunna köpa en ny telefon utan hjälp t ex. Min man hjälper mig med sånt. Han hjälper också till med andra saker på Internet, bara härom dagen fick jag be honom göra nåt åt mig, men jag kommer tyvärr inte ihåg vad det var.
Tex Hitta saker jag behöver köpa, jämföra priser å ev kvalité. Resor
Skriva
Min man brukar få hjälpa mig söka information då jag har svårt att koncentrera mig
Dubbel kolla så det blir rätt.
Min sambo hjälper mig med räkningar o sökning av info samt att lägga order etc.
Min dotter, om jag beställer något.
Frågar hur jag skall göra med betalning av ett köp eller ifall jag förstått informationen rätt.
Sortera. Det finns så mycket information att det är svårt att veta vilken info man ska fokusera på/prioritera först.
Hitta och komma ihåg.
Hjälp att läsa och ta fram informationen som jag är ute efter.
Behöver alltid hjälp om det är något viktigt till AF eller Fk. Min man hjälper mig.
När det hänger sig och inte fungerar ber jag mamma och pappa om hjälp
Brukar be min man om hjälp med inloggning.
Exempel kontakta , leta information
Internetbank, beställningar, lösenord, mail, sökord m.m.
Allt, att starta, att söka, att återställa, att öppna nytt...
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
Att betala räkningar och hålla koll på min ekonomi.
Köpa biljetter
Minman, familj, arbetskamrat. Ber om hjälp läsa texten, söka info. Undviker data ofta
Jag håller på med hjälpmedel o datorer min. Men att ladda ned, novton, Banktdé* Switchs till en mobil o inte en & jag förstår texten borde skrivas på lätt svenska, ps min bankdosa pratar (smart)
Allt har blivit mer komplicerat, än för 10 år sedan. Allt är komplicerat.
Hjälper min dator o mobil. Mina Barn o kompis
Bankärenden. Mamma sköter min ekonomi.
Det som kräver att jag ska fatta något beslut eller tänka efter. Att förstå instruktioner. Skriver ut på papper för att slippa intrycken. Är dock svårt att förstå hur jag ska skriva ut...
Ja ibland för att hitta. Får hjälp av vänner. Ej tillräckligt för mina behov.
ibland
när jag ska beställa saker & om banken

Vad av detta använder du?

	Procent	Antal
Blogg, har en egen	9%	29
Blogg, läser andras	27%	83
Facebook	78%	240
Instagram	56%	172
Snapchat	19%	57
Dejtingtjänster	7%	22
Vädertjänster, typ SMHI, klart.se	67%	205
Musiktjänster, till exempel Spotify	50%	155
Kartor och vägvisning	70%	215
Spela spel	48%	148
Titta på TV-program, till exempel SVT Play	59%	180
Titta på Youtube	65%	199

Titta på Netflix eller andra streamingtjänster	41%	126
Lyssna på radioprogram	33%	100
Lyssna på poddar	36%	111
Läsa dagstidning	48%	146
Köpa biljetter till resor	50%	153
Köpa biljetter till evenemang	42%	128
Boka tider till sjukvården	54%	166
Boka tider till tandvården	26%	81
Mobilt BankID	81%	248
E-legitimation, som inte är Mobilt BankID	13%	40
Swish	73%	224
Betala räkningar	74%	228
E-handel, köpa saker via internet	73%	225

Biljetter: Vad är din inställning?

	Procent	**Antal**
Jag försöker köpa alla mina biljetter via internet	57%	165
Jag undviker om möjligt att köpa biljetter via internet	13%	38
Inget av alternativen passar mig	30%	86
	Totalt	289

Boka tider till sjukvården: Vad är din inställning?

	Procent	Antal
Jag försöker boka alla mina tider till sjukvården via internet	43%	124
Jag undviker om möjligt att boka tider till sjukvården via internet	28%	80
Inget av alternativen passar mig	29%	83
	Totalt	287

Boka tider till tandvården: Vad är din inställning?

	Procent	**Antal**
Jag försöker boka alla mina tider till tandvården via internet	27%	78
Jag undviker om möjligt att boka tider till tandvården via internet	28%	79
Inget av alternativen passar mig	45%	130
	Totalt	287

Mobilt BankID: Vad är din inställning?

	Procent	**Antal**
Det är lätt att använda Mobilt BankID	81%	232
Det är svårt att använda Mobilt BankID	6%	16
Inget av alternativen passar mig	14%	39
	Totalt	287

Begripsam helt enkelt

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%	53
Det är svårt att använda E-legitimation, som inte är Mobilt BankID	12%	32
Inget av alternativen passar mig	69%	193
	Totalt	278

Betala räkningar via internet: Vad är din inställning?

	Procent	Antal
Det är lätt att betala räkningar via internet	72%	207
Det är svårt att betala räkningar via internet	13%	38
Inget av alternativen passar mig	15%	42
	Totalt	287

E-handla: Vad är din inställning?

	Procent	Antal
Det är lätt att e-handla	64%	185
Det är svårt att e-handla	16%	45
Inget av alternativen passar mig	20%	57
	Totalt	287

Kommentera gärna din inställning till att göra olika saker på internet

Jag lånar böcker och läser. Det stod inte som alternativ. På surfplatta
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
Eftersom jag använder rullstol är det svårt att beställa vissa tjänster på nätet.
Jag känner mig osäker att göra saker på internet, beställa resor eller göra inköp. Också jobbigt att använda de andra tjänsterna för att det är rörigt
Lätt i vissa fall. Detta med tider i vården. Lättare o få på telefon men att söka en viss yrke gör jag på 1177 o fungerar bra o de ringer tillbaka el svarar på detta. Detta med räkningar är viss probl o är nu o då ocr nummer o vet viss info o ibland funkar inte det jag tänkt o blir probl
Det är för lätt att handla på nätet när man, som jag, har svårt med impulskontrollen
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.
Pga tinnitus Hjärntrötthet ljudöverkänslighet hatar jag prata i telefon med folk jag inte känner. Funkar lättare för mig med text även om jag har svårt stava rätt
Gör inte såna aktiviteter som man behöver biljetter till. (Men kom nu på att jag var på Älvsjömässan i vintras, då betalade jag på nätet, det gick bra). Sjuk- och tandvård vill jag oftast prata med personalen så: telefonbokning.
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 onödig

stress och ångest över vad jag ska säga eller hur jag ska vara.
får hjälp med ovanstående
För många pop-ups, för mycket reklam som hänger inte ihop med själva sidan, man måste ha mycket ork om man ska ens tänka sig att boka en läkartid på vårdcentral.
Föredrar att prata med personer direkt angående tider så jag vet att det blir rätt
Har inte Mobilt Bank ID, det är därför jag inte kan boka läkartider via internet. Funderar på att skaffa det eftersom det verkar lättanvänt och jag skulle slippa tala i telefon.
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.
Internet i praktiska utföranden (handla, betala, boka etc) är så sjukt skönt. Man slipper köer, människor, dofter, ljuden. Och man har allt dokumenterat.
Tycker allt är lätt
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.
Så länge sidan är tillgänglig är det lätt att utföra e-tjänster. Annars är det svårt.
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.
Min erfarenhet är att vården svarar "Goddag Yxskaft, trololololol" väldigt ofta via vårdguiden där tider bokas - så jag i slutändan skadat mig och får hitta någon som kan ringa dem åt mig (telefonfobi) i alla fall, då möjlighet att svara dem ej finns. Eller att svaret är "Ring oss" så jag bara ödslat tid. Gällande tandvården har jag mailat sex olika när min problematiska visdomstand kom in, samt skrivit på Facebook till flera, och antingen inte fått svar eller fått svar som återigen är orelaterade "Goddag Yxskaft" eller ändå ber mig ringa när jag lagt stor tid på att skriva och ofta skrivit att jag har telefonfobi och brist på hjälp till att ringa. Till slut bara gav jag upp och har bara käkat citodon, kört upp alkolhol och hexident i infektionen och försökt reda mig själv under de två år skiten varit på väg fram. Gällande Bank-ID så slutade de stödja sina icke-mobilversioner för flera år sedan och jag tvingades köpa en ny telefon jag inte hade råd med för att kunna fortsätta använda viktiga tjänster på internet. Jag satt i telefon med både bankens support för E-leg, samt med Bank-IDs support som spenderade mer tid med att säga att "vi brukar rekommendera mobilt" fast jag sa att min mobil är för gammal och jag tycker det är mer praktiskt att slippa hämta telefonen när det är datorn jag surfar på, än vad de ens försökte lösa problemet och sa handfallet att de inte la så mycket energi på den icke-mobila och jag borde skaffa ny telefon. Så det har jag fått göra. Två gånger. Samtidigt som existensminimum fortsätter ignorera den här typen av utgifter, medan myndigheter och andra mer och mer förväntar sig att man ska ha det.
Jag gör de saker jag kan och struntar i allt annat för jag kan ju inte.
Vill hellre ha personlig kontakt så man kan förklara sig och fråga. Som banktjänster, numera ska de helst göras via Internet. Äldre kan inte det och det kan vara svårt även för mig.
Bokning av tider till sjukvård och tandvård fungerar inte, man måste fortfarande ringa för tider. Däremot fungerar receptförnyelse .
Inget att anmärka
Smidigt att utföra ärenden på internet.Man spar tid (telefonköer)
Osäkert/kännsligt
Klarar ingenting själv . Behöver hjälp med allt, boka färdtjänst.resor, boka läkarbesök etc
Det är lättare att göra saker på internet än via telefon. Då får jag tid att ta in information och dubbelkolla. Oftast får dessutom en skriftlig bekräftelse.
Nu tycker jag att det är lätt, men det har nye alltid varit det... När jag under en period i livet var så gott som blind, och dessutom så gott som helt förlamad i både armar och ben var det mesta helt omöjligt!
Att lyssna på poddar är omöjligt eftersom jag är vuxendöv. Detsamma gäller oftast radioprogram, som ej är textade. Lyssna på musik går däremot bra, eftersom jag har ochlea implantat. Utökad textning är önskvärd. Lyssnar gärna på t ex TED talks, om de är svensk- eller engelsktextade. Rullstolsplatser till evenemang går oftast inte att boka via internet. Handikapprum på hotell etc kan man däremot för det mesta boka.
Jag har lätt för det mesta på internet, men annars tar jag reda på och lär mig mer.
Det är lättare att sköta mycket via internet, då slipper jag tolka människor.
Bra att slippa gå till affären (för mkt stimuli!) kan istället klicka hem ett par nya jeans. Utmanande att sålla i allt på nätet. Säkerhet och integritet: inte alltid tryggt.?

Jag tittar på mail o Facebook. Tycker det är svårt att göra saker på mobilen jämt. Jag har inte längre ok syn och det fungerar inte med hjärntrötthet att sitta mer än korta stunder
e-handla går bra men förövrigt har jag ingen bank ID eller annat liknande vilket gör att jag inte kan göra det som dessa kräver. . Har valt bort det frivilligt men också för att jag inte orkar sätta mig in i detta. Behöver en människa att prata med eller för mig kända system ex.vis bankgiro för att orka.
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.
Jag kan använda sociala medier men jag har aldrig använd de med andra till exempel bank id och boka sjuk vård och jag ringer och bokar tid det är de bästa jag vet
Vill gärna prata med en person och få information direkt och då kan ställa följd frågor är även dyslektiker.
Det är lätt att använda när allt fungerar som det ska. Handla kläder tex, är jätte svårt, vet inte om var det skriver om varan/tjänsten stämmer med verkligheten. Om firman är ärlig och nåbar om saker inte fungerar.
tar hjälp med e handel därav att det blir lättare
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
Det är tidsödande och krävande att göra allt på nätet och oftast kan man inte få någon annan hjälp, vilket är oerhört frustrerande. Många gånger så orkar jag inte ... eller så tar det alldeles för lång tid. Det skall vara självklart att man kan göra saker via telefon och på plats! Vad är det här för samhälle egentligen??? Jag vet mängder med människor som inte klarar av internet och som hamnat utanför hela samhället! Det är ju kriminellt att kräva att alla skall sköta allt via nätet - och helt inhumant!! Ingen tar ansvar och folk orkar inte leva i det här världsfrånvända samhället. Internet är bra på några få sätt - men i det stora hela är det en tickande bomb ... vi avskärmar oss, skaffar oss osunda vanor och blir omänskliga och narcissistiska - och hur sårbara blir vi inte när allt är uppbyggt digitalt?? Det här är skrämmande och hårresande!
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 ebjuds möjligheten att boka via internet, telefontiderna är också riktigt dåliga så det blir ytterligare begränsning. Hade man kunnat logga in med bank-id och få upp; vi ser att du har följande hjälpmedel registrerade på ditt person nummer vilket av detta önskar du medföra? Och om man tillexempel 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. Åtminstånde vill jag ha samma möjlighet som icke- funkisar att boka biljetter osv på Internet.
Köpa saker på nätet kan vara svårt för att man vet inte om man gjort rätt och vet inte riktigt ibland när pengarna dras! Visste inte att jag kunde boka tid hos tandläkaren via nätet.
Har svarat på detta i föra frågor.
Frågan är inte om det är antingen lätt eller svårt. Det är ibland lätt och ibland svårt.
Vissa saker är inte extremt lätta eller extremt svåra utan något mitt emellan.
det är stört omöjligt att hitta saker / sidor som inte är mainstream
Jag gör bara det allra nödvändigaste. Undviker tjänster på nätet.
Det borde vara lättare att kopiera siffror med mera när man ska betala räkningar. Svårt att veta vilka sidor man kan lita på. Blir stressad av risk för virus.
För mig underlättar Internet mycket i min vardag
Det är något jag ogillar. 😖
Jag vet inte hur jag ska boka sjukvård på internet. Men jag skulle nog göra det om det var enkelt.
Det är lättare att använda Internet än att fysiskt gå på möten/prata i telefon för mig.
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.
Betala räkningar kräver full koncentration o fokus. Måste göras på en sk bra dag hälsomässigt
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 .
Det är svårt att veta hur man skall göra på nätet och det är svårt att veta vad som är säkert eller ej

Internet är mitt bästa stöd i allt jag gör.
Hatar när saker inte kan skötas över nätet. Tror aldrig jag fått i väg ett papper i tid, om det kommer i väg öht. Internet underlättar min vardag enormt. Önskar jag hade råd med en dator bara
Använder nu o då dator med anpassningar o ofta telefon el padda oftast på det mesta. O tillgängligt inställda.
Underbart. Man kan göra det i egen takt utan att prata med folk om man inte orkar just då
Jag gillar att använda internet. Då behöver man inte passa de allt mer krympande telefontiderna. Svårt när det gäller myndigheter att fylla i blanketter.
Många tjänster har för många steg, det är inte svårt i sig men känns onödigt och ineffektivt i många fall. Dålig funktionalitet.
Jag väljer internet eftersom jag finner det ännu svårare med sociala samspel och har skräck för att prata i telefon.
Det har blivit lättare tack vare Swish och E-leg, men samtidigt större risk för intrång och att andra ser eller sparar det jag gör.
Krångligt 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
Allt som inte involverar ljud är lätt. Det inspelade ljudet på mycket av finns på nätet fungerar dåligt ihop med hörapparater.
När BankID inte fungerar på vissa hemsidor,då tar det för lång tid att byta sida o sen gå tbx till rätt sida. När man sen är där så får man ibland börja om igen för att det tagit för lång tid. Det är krångligt när inte allt kan utföras på samma sida.
Att betala räkningar är lätt så länge det bara är att scanna av. Att behöva manuellt skriva in allt är svårare, då det tar tid och jag inte kommer ihåg siffrorna.
Det är svårt med olika inloggningar/lösenord. Att jag måste skapa en profil för att handla, borde räcka med bank-id.
Det känns lite olustigt att sköta läkare/tandläkaretider och betalningar via internet
Internet är bra. Blir stressad av att prata i telefon.
Frågorna är för generellt ställda. Varierar från sajt till sajt inom varje område. Majoriteten sidor distanserar i onödan, man lägger sig till med filter för de man är på ofta, lyckas man inte så hittar man andra alternativ
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.
Det blir för många val, för mycket information helt enkelt
Köper ibland biljetter på nätet, ibland på ställen som säljer biljetter över disk. Likadant med annat - jag gör både och. Vissa saker går ju dock inte att köpa annat än via nätet.
Helt ok att göra allt detta men uppkopplingen laggar och ställer till.
Min tandläkare har inte nätbokning. Super att använda nätet o slippa öda kraft och energi på att förflytta sig, när man har svårt för det.
E-handla: Det beror på vilket företag det är om det är lätt eller svårt. Vissa är så krångliga att man ger upp, andra är lätta.
känns inte tryggt att ha allt på internet (bank etc) . Är inte intresserat av Facebook eller liknande.
Har jag väl, lärt mig är det lätt.
Att handla på internet är en nödvändighet då jag mestadels är husbunden. Hur lätt eller svårt det är varierar väldigt mycket beroende på webbshopens upplägg. Är den intuitiv eller kräver det tankekraft att hitta rätt. Ju större webbshop desto svårare. Att titta på många varor blir för mycket för hjärnan. Så jag får ta det i små portioner med vila emellan, ibland flera dagars vila
Saker kan vara svårt att göra över internet men det är ändå tusen gånger lättare än att göra dem i dem fysiska världen.
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.
Det är tråkigt och det är jobbigt
Undviker att handla, det är lätt att det går överstyr och jag sen finner en massa saker som jag inte behöver men av outgrundlig anledning köpt ändå.
Har som sagt redan svarat på det. Få se om jag kommer på nåt mera. Svårast är att formulera mig så därför undviker tala om allt. Svårt förklara. Jag tycker internet ska finnas för att kunna göra allt på när och om man vill men man ska kunna klara sig lika bra utan om man vill det. Det ska även vara enklare. Lika enkelt som de företagen som har ansträngt sig för att nå ut om sitt gjort det. Typ Klicka på denna länk om du vill så ordnar vi resten. Godkänn sen sist för att det ska fungera. Sen få bekräftelse på att man gjort allt rätt och inte behöver göra mera. Annars exakt vad man behöver göra nu eller senare men den info ska finnas tydlig innan man godkänt. Man borde även få backa om man kommer på nåt när man gått vidare till nästa. Borde även få slippa s.k kakor och alltid kunna vara anonym om de inte ska skicka hem något via snigelpost förstås.

Sista siffrorna i Personnr däremot borde vara som förr mera hemligt och endast få som ska veta saknar hjälp av kunniga gratis eller iaf mkt billigare än de flesta erbjuder. Per telefon, irl och dygnet runt. När jag får paket får jag en länk jag ska klicka och boka in hemkörning på mmm men det klarar inte jag så söker o söker en person som kan hjälpa mig varje gång. Blääää. Går inte få annat som fungerar för mig heller eftersom de inte läser mitt meddelande eller så låtsas de inte fatta och tycker alla ska klara det bara. Jadu ju mer tid om jag hade så skulle jag kunna komma på hur mkt som helst. Min hjärna är långsam och ibland krävs det maan gör saker inom viss tid. Tex banken för att inte bli utloggad. Dumt även när man bara får använda visst antal tecken i ett meddelande när det är flera saker som är viktigt tala om. Nä nu orkar jag inte tänka mera och går vidare till nästa.
Eftersom jag är hemmabunden och ofta sängliggande blir min dator ett sätt att hålla kontakt med yttervärlden FB ..att beställa varor betala räkningar osv fungerar bra ..
Föredrar att göra saker i lugnt tempo och när hjärnan är klarast via Internet. Det krävs mycket mer att göra saker personligen i en affär, eller att boka saker via telefon. Vården i synnerhet har liten förståelse för att man kan föredra skriftlig kontakt via 1177 jämfört med att ringa. Men trots detta, och trots att jag är smart, så gör jag ganska ofta fel när jag köper saker. Därför har jag som rutin att inte köpa något på samma gång som jag hittar det, utan att vänta tills en annan dag, så man kan hinna tänka efter. Impulsköp blir ofta dåliga för att jag missar att kolla en väsentlig detalj, som mått eller fraktkostnad. Jag skulle nyligen köpa en burk av ett kosttillskott jag använder sen många år. Jag råkade dock köpa två stycken, men sen visade det sig att det var inte två stycken utan två-pack, och att jag köpt tre tvåpack. Jag har magisterexamen från universitet så min intelligens är det inget fel på, men som funktionshindrad med hjärntrötthet är det ändå för många moment för att man alltid ska klara av alla rätt.
Eftersom jag är röremsehindrad o bor i skogen så försöker jag handla så mycket som möjligt på nätet
Utan internet skulle jag nog inte klara mig, social fobi och fatigue gör många vanliga interaktioner väldigt tröttsamma och jobbiga. Plus alla intryck, ljus, människor och kroppsligt att gå i butik är också väldigt uttröttande. Att kunna handla på nätet sparar energi till sådant som är viktigare.
Är tvungen att göra saker via Internet eftersom jag har mycket svårt att lämna hemmet.
Beställa tex bio billetter och teater på Rullstolsplats går inte via nettet, samma om man skal booka handikapanpassad hotel, måste ringa och så går man miste om weberbjudande:-(
Jag kan inte betala räkningar på Internet då jag inte ser och det är många siffror som ska bli rätt. Jag har därför inget behov av mobilt bank-id el e-leg.
Min koncentration o ljuskänslighet gör det mycket jobbigt att använda skärmar öht o jag försöker lösa det på annat sätt när det är möjligt eller med hjälp.
Gillar att ha personlig kontakt.
Många gånger blir det billigare att köpa ex biljetter på nätet. Är lite avvaktande med att boka tider till sjukvård samt tandvård på nätet då jag är osäker ifall det verkligen fungerar.
Det är svårt när man ska skriva in kortnummer, lättare om man kan använda tex Klarna. Boka tider via vården går oftast inte.
Det är svårt att veta om varor man handlar på internet verkligen passar eller är som man tänkt
jag brukar se på nätet streama olika tv program och så där liksom Det känns mysigt att sitta och kolla på film på nätet
Vill handla på affären direkt
Svårt eftersom jag glömmer vad jag gjort på nätet.
Kan inte boka läkartid via internet tyvärr.Hade varit praktiskt.Fick problem med att bara få info på en webplats och inget sms eller brev när jag försökte boka vc via nätet.Missade tid.Psykiatrin har ingen möjlighet att ta meddelanden el tidsbokning via 1177. Har svårt att betala räkningar så min man sköter det främst.
Jag använder inte internät….
Angående till exempel E-handla, det finns så mycket, svårt att sålla. Svårt att komma ihåg instruktioner till hur man till exempel ska göra för att komma vidare på sajten m.m. Läser nyheter på nätet, till exempel på svt nyheter, och finner vissa textsnitt vara tyngre än andra att läsa och ta till sig.
Har förvaltare så betalar inga räkningar själv
Det är tröttande att leta på nätet när jag ska välja något att köpa.
Min fru får göra allt detta istället.
Klarar inte, min fru sköter all internetkontakt med myndigheter o vården samt ekonomin
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 (jag klarar inte att vänta)

Det fungerar bra till viss mån beror på vad det gäller.
Allt tar lång tid, men känsla vara självständigare än söka varor i affär då man ej ser prislappar, skyltarvetc... på IPad kan jag förstora text men nackdel ej känna varan
Det mesta är enkelt att genomföra och förstå så länge det finns en logisk ordning för min interaktion.
Blir väldigt trött av internet samtidigt underlättar de vardagen
Det gamla vanliga färgerna o hur den är utformad
Bra o dåligt. Läm Att E. Handla. Svårt fel o säkra. Bra till Butik. Lätt att få ny.
Vårdbesök ordnas av min mamma som ringer istället för att göra det online
Får besöka en sida många gånger för att förstå hur jag ska gå tillväga. Blir efter en minut trött och förstår inte. Huvudvärk. Svårt att hitta info på annat sätt än via internet eftersom gamla kanaler konkurerats ut (kataloger etc).
Skeptisk. Rädd för att bli lurad.
Blandat att E-handla, hur det är med kostnader osv. Ang vården, vill veta vem jag pratar med. Mobilt BankID ganska lätt, det ändrar sig inte. Betalar räkningar via app S-E bank ändringar ganska lätt att lära sig det nya.

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

	Procent	Antal
Aldrig	53%	160
Någon gång	19%	58
Varje månad	7%	20
Varje vecka	5%	15
Dagligen	9%	27
Flera gånger dagligen	7%	21
Vet inte	1%	2
	Totalt	303

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

	Procent	Antal
Legimus	25%	32
Akila	2%	2
Nextory	18%	23
Storytel	35%	45
BookBeat	12%	16
Biblio Library	12%	16
Annan, ange vad	30%	39

Annan, ange vad
Audible (2)
iBooks (2)
Adlibris letto
Apparat Victor reader från MTM
Bibblan hemsida
Bibliotek.
Biblioteket av kostnadsskäl.
CD-böcker, MP3-CD, bok-filer
Easy reader
Har inte koll på hur jag kan få tillgång till böcker på annat sätt. Klarar inte att läsa böcker, för många bokstäver..

Ingen
Kan låna E-böcker och ljudböcker från biblioteket!
Lokalt sparade filer.
Länkar till ljudfiler hittar i olika forum
Lånar ljudböcker på biblioteket.
Lånar på biblioteket.
Malmöstads bibliotek app
Minns ej. Har precis börjat lyssna.
Minns inte
New yours stadsbiblotek alla klasikerna är gratis att ladda ned
Något som har varit gratis
Pga. grav hörselskada så är det numera omöjligt ...
Scribd
Spotify
Svtplay o dyl
Svårigheter med Storytels sökmotor. Legimus är bra.
Vanliga biblioteket
YouTube
biblioteket
har gamla inspelningar
köper och laddar sen ner dom
lånar på biblioteket
lånar på biblioteket som mp3
mp3-spelare
vet ej.

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

	Procent	Antal
Aldrig	11%	31
Någon gång	31%	87
Varje månad	28%	80
Varje vecka	20%	57
Dagligen	6%	17
Flera gånger dagligen	1%	2
Vet inte	4%	11
	Totalt	285

Vad tycker du om Försäkringskassans webbplats?

	Procent	Antal
Den är lätt	19%	48
Den är svår	49%	125
Jag har ingen uppfattning	32%	81
	Totalt	254

Begripsam helt enkelt

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

Rörig, svårsökt, otillförlitlig
Vissa delar är enkla, andra svårare.
inte alltid lätt att hitta det man letar efter
För rörig och svår så jag är aldrig inne på den själv
Inte tillräckligt med information
Hittar inte svar på det jag vill veta
Jag har itne varit inne på den heller, av samma skäl som tidigare angetts
Förstår inte ibland vad jag ska söka efter utan ofta samtal o sedan under tiden el efter gör jag saken
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.
Har inte besökt den på flera år
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 den svår att hitta men lätt att fylla i. Nu är den lätt att hitta men jättekrånglig 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 utmattning 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.
Jag är arg på dem angående två ärenden och blir antagligen mer funktionsnedsatt av det och tycker att webbplatsen är användarovänlig för att myndigheten är det.
Kommer inte ihåg. Endast behövt använda den 1 gång i livet
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.
Information på min sida uppdateras inte så man måste ändå ringa gällande sina ärenden. Skulle behöva ha en möjlighet att mejla sin handläggare samt att man får veta om olika intyg har kommit fram till fk.
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.
Är inne på FK:s sajt mycket sällan, men det är väldigt enkelt att beställa t ex intyg.
Lite rörig. Har ibland varit tvungen att ringa och fråga om hjälp för att hitta rätt.
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.
Det är irriterande att inte kunna hämta dokument från deras hemsida eller se besluten.

Ändras hela tiden och fungerar inte optimalt. Kan vara svårt att hitta rätt
Svårt att hitta det man söker.
Svårt att hitta blanketter
Rörig, dum, ologisk. Aldrig svar, måste ändå skriva ellet ringa dem.
Jag har inte använt den på länge. Svårt att hitta rätt blanketter, är vad jag minns.
Varken lätt eller svår. Bra med bank id som inloggning. Kan vara lite knepigt att navigera ibland.
Krånglig och ej enhetlig
Exfrun hjälper
Svprt att hitta information Ofullständig information är vanligt
Svårt att navigera
Den är förvirrande, precis som FK är
Har gjort det i tidigare ruta. Hoppas att ni kan se tillbaka. Den försöker vara modern, och de nya sidorna är väldigt irriterande och förvirrande, istället för att vara tydlig och lättanvänd. Kändes som kafka att klicka runt där "Varför är jag HÄR igen? D:< "
Svårt att hitta rätt blanketter osv. Rörigt och svårt att hitta rätt information
Inte alls. Man hittar inte. Jag är aldrig där. Vet inget om nåt.
Behöver inte använda mig av den.
Rörigt att hitta på sidan
Dåligt vad gäller kontak med fk, de har bara standardsvar.
Sidan är inte tillräckligt tydlig åt mig
Hittar inte allt lika bra som tidigare dvs den är sämre
Ibland komplicerad
Svårt att hitta information irnation. Svåra formuleringar så man inte orkar läsa all text. Har förlorat mycket pengar pga detta. Svårt att förstå formulären, hur de ska fyllas korrekt
Rörig svår att navigera och konstigt att en myndighet för sjuka använder sig en sida som är svår för somliga sjuka
Inget med försäkringskassan fungerar i dagens samhälle! Gäller även deras webb
Det är inte alltid så lätt att navigera och att hitta information.
Lätt att logga in och kolla mina olika ärenden, däremot svårt att hitta relevant information om olika saker, t ex rehabersättning, arbetsträning mm
Jag vet inte hur Försäkringskassans webbplats fungerar, eftersom Försäkringskassan som myndighet fungerar så dåligt att jag inte kan få någon hjälp från dem... Tack i alla fall för att jag åtminstone fick 50 % sjukersättning innan de blev hårdare... Synd att jag inte har någon arbetsförmåga alls,.. Men jag får vara tacksam för de 4600 kr/månad jag får i ersättning, vilket är min enda inkomst.
Adet går inte att hitta det manvsökwr
Den funkar bra, problemet är snarare att de är invecklade
Den har en bra layout, inte för rörig, men svårt att hitta; tex om närstående penning
T.ex. VAB är enkel men att ansöka om sjukvårdsbidrag behöver förbättras
Rörigt Svårt att hitta
Det är svårt att navigera och hitta det man söker
Det är mycket text svårt att hitta det jag behöver veta slutar oftast att jag behöver ringa för att få bra information för mig. Har även dyslexi.
När allt fungerar för det ska. Ofta mycket text att läsa, även kansli svenska, som ibland kan nästintill omöjligt att förstå sig på, har ibland varit tvungen att ringa och fråga vad de menar.
använder den ej så ofta men är relativt lätt
Svårt att få information
Svårt att anmäla sig sjuk med nya utförandet
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
Ett skämt!! Den består av att vi skall tillbringa oändligt mycket tid för att leta efter sådan information som vi borde ha blivit informerade om av utbildade handläggare ... som numera inte tar ansvar och som inte bryr sig ... Rörigt och nervpåfrestande ... omöjligt att klara av!

Jag kan ha svårt att hitta den info jag söker.
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.
Lite för lite information. Ingen direkt kontakt. Deras app är värre.
Varför frågor om just Försäkringskassan. De har säkert egna undersökningar av sin egen webbplats. Ni statliga myndigheter dubbelarbetar. Inte bra för skattebetalarna.
Bra gränssnitt och bra logik. Lätt att hitta.
Den är missvisande ibland
Den är väldigt rörig, svårt att plocka ut den info man söker utan att läsa igenom allt.
Svårt att hitta det jag söker efter
Den fungerar relativt lätt men de finns klara och enkla förbätrings möjlighetr.
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.
Vissa li** att ansöka Vissa går inte ans*ka
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.
Mycket förvirrad sida. Krånglig, omständlig, lätt att göra fel
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
Svårt att hitta, speciellt på mobilen
Det är sällan jag behöver ta kontakt med FK men i så fall blir det internet. Svårt ändå att hitta (kanske på grund av att jag inte går in där så ofta).
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.
Den är vidrig, fruktansvärt svårt att fylla i deras blanketter och förstå vad de skriver.
Ganska rörigt
Svårt att hitta, för mycket text
Något så när. Måste ibland ringa o fråga om vad o kan hitta med lite handledning o sedan fylla i det mesta själv
Den är jättesvår! Hittar aldrig information där. Men så är det ju försäkringskassan, de vet väl inte ens själva.
Den har blivit bättre men det är fortfarande mycket jobb kvar.
Den är inte särskilt användarvänlig utan rörig och blir i sin övertydlighet istället svår att överblicka. Det är oerhört mycket onödig text.
Dåligt. Den har förbättrats men jag vettetusan om den någonsin kan bli helt bra om inte FK i sig blir omstrukturerat så att myndigheten blir förståelig.
Det är rörigt och finns jättedålig information som en själv kan förfoga över. Finner sidan för plottrig och inte användarvänlig.
Man kan inte komma i kontakt med sin handläggare eller skicka dokument annat än via inscanningen. Man kan inte se sin journal online, utan måste betala för att få det i pappersform. Och kan bara se de senaste utbetalningar.
Den gamla webbplatsen fungerade mycket bättre. Bu är det mycket svårare att hitta det man behöver. Och mycket av den information som fanns där förut finns inte längre. Att fylla i blanketter elektroniskt är jättekrångligt. Svårt att förstå vad man ska göra trots att det finns förklaringar. Framför allt ansökan om sjukpenning. Man fattar ju inte heller att det ska göras separata ansökningar beroende på om man är student, arbetslös eller arbetande. Man kan ju vara alla tre under samma sjukperiod. Jättedåligt!
Ofta det blir moment 22. Och väldigt svårt att få kontakt.
Rörig. Ingen röd tråd i de olika ärendena
Svårt att hitta fram till information. Har blivit bättre, men är fortfarande svårnavigerad.
BankID är inte alltid synkroniserat så att man loggas ut. Svårt att kommunicera med dom via Mail eller chatt man uppmanas

ofta till telefon . Att man inte via Mail kan skicka in dokument utan de måste postas till Östersund .
För rörig, jag förstår inte hur man klickar in sig på olika saker, svårt att hitta rätt.
Jag skulle vilja kunna läsa om mitt ärende, mer i detalj. Nu står det bara inkommet intyg, utbetalningar.
Får åka runt och kan ta längre tid att uppfatta vad det står och hur jag ska göra.
Svårt att hitta det man söker
En kan inte skicka meddelanden till sin handläggare.
Fungerar? Inget fungerar
Sidan är mycket mer begriplig än vad deras regelverk är.
Den är både och, det saknas information som för socialförsäkringstagare skulle vara bra att veta. Själva webben är ok
Använder den inte tillräckligt ofta för att ha en egentlig åsikt.
Rörig och svårt att hitta det man behöver. Sen ändras ofta tjänsterna så de är annorlunda från gång till gång.
Har aldrig varit där.
Har ingen aktuell erfarenhet.
Man hittar aldrig det man letar efter. Varför kan man inte ta bort allt som gäller vabb etc när användaren är 60 ?
Har tack och lov inte behövt den på länge.
Är inte aktuellt för mig
Nu har jag under många års tid behövt använda den men jag märker på de som har samma sjukdom att de ofta behöver hjälp att hitta rätt
Det är mycket information och funktioner som inte finns på hemsidan. Det är ändå 2019, jag tycker det borde kunna vara bättre.
Bra
Har ingen aning. Har inget med dem att göra
Den är rörig. Jag tycker det är svårt att hitta den info eller blankett jag söker.
Uruselt. Mycket svårtillgängligt att fördtp om man har rätt information eller inte. Ett bra exempel på viktiga tjänster som inte fungerar trots stora insattser. Förmodligen till följd att de inte användrr brukare i utveckling i tillräcklig utsträckning
Den är varken lätt eller svår, den är Försäkringskassan i ett nötskal. Så länge du håller dig inom normen så funkar allt som det ska, men minsta avsteg från normen så blir det totalt omöjligt att hitta rätt, få rätt blanketter, få tag i någon som inte är en AI-chatt. Samma sak med alla myndigheter.
T. O. M svårt förklara så låter bli
Har ingen kontakt med kassan längre ...
Krånglig
Jag använder inte fk:s webbplats särskilt mycket, och när jag söker information, blanketter el dyl använder jag hellre sökfunktionen än att räkna ut från rubrikerna var informationen ska finnas.
Ändras för ofta, har man lärt sig o nästa gång har den ändrats
Den är mestadels lättförståelig men det är svårt att hitta specifika saker.
Omständig. Svårt att hitta rätt information. Information ofta väg och luddig. Varje handläggare brukar sedan ha en helt egen tolkning.
Svårt att hitta runt när man är båda dansk och svensk försäkrat har förtidspension frånndanmark
Rörig o svår att hitta rätt
Den är osmidig att använda svårt att hitta den information man behöver.
När man blir utloggad och allt man skrivit försvinner är fruktansvärt. Man kan tycka att just fk borde ha en sida med längre tidsfrist pga att de flesta är ju sjuka som är inne på fk's sida. Jag har varit så arg många gånger som har gjort att jag blivit sängliggandes i flera dagar pga fk s sida. Har även komtaktat fk direkt om det varje gång. Har dock aldrig fått någon återkoppling.
Har ej varit där
Längesedan jag använde, beställde EUs sjukkort, det gick bra.
Den är emellanåt lätt att navigera sig fram i, men återigen gäller det att ha rätt sökord för att få fram den rätta informationen. Ofta läser jag på deras hemsida och så uppstår det ytterligare frågor funderingar samt tolkningar av texten som gör att jag ringer upp dem istället.
ingen kommentar

Kan bara se ansökningar men ej se beslut vilket gör det väldigt svårt att komma ihåg vad man kommit överens om och olika datum. Svårt att förstå många beskrivningar och formuleringar.
Den fungerar för min man.
Det går bara att lämna meddelanden om vissa ärenden.Svårt att hitta info om saker jag behöver veta.Rörig.Svårt att ta emot meddelanden.
Det är svårt att hitta blanketter etc. Fast jag använder sällan detta eller behöver inte det. Jag har sjukersättning 50%. Har ingen handläggare. Om jag skulle vilja få kontakt med någon är det svårt!
Svårt att hitta det man söker.
Min pappa styr allt detta så jag har ingen direkt åsikt om detta.
Det tar tid innan man hittar allt man söker efter. Dock fk är svår över lag
den är lättnavigerad men jag får inte alltid ut all information jag behöver.
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.
Det gamla vanliga utformningen o färgerna m.m
Väldigt stressig layout, gick bara in för att titta och stängde ner igen
Inne så sällan ingen direkt åsikt.

Vad tycker du om Skatteverkets webbplats?

	Procent	Antal
Den är lätt	37%	92
Den är svår	22%	54
Jag har ingen uppfattning	42%	105
	Totalt	251

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

Tydlig, stegvis, överskådlig
Otydlig
Den är rörig!
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.
Lättnavigerad
Ingen aning. Har aldrig sett den
Den här är jag van vid. Därför är den lätt för mig
Det är alltid totalkaos 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.
Vet ej. Besökte fysiskt myndigheten och fick hjälp där.
Rörigt med massvis av krångliga ord
Det är så mycket text som all är i ungefär samma storlek så det är svårt att hitta det man ska ibland.
Rörig
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 mest använt den för att kolla upp hur jag skaffar id-kort och liknande, har varit lätt att hitta.
Har inte haft promlem de gånger jag behövt.
Samma som f-kassans
Svårt att hitta det man söker.
Tråkig, men funkar oftast delvis, men man måste ringa ändå för att få svar

Använder den mest för deklaration. Det är enkelt.
Rörigt
Exfrun hjälper
Lite jobbig att hitta på
Jag har bara använt den för att deklarera. Men alla de vanligaste valen ligger där uppradade på första sidan - ingen förvirring. Du kommer vidare till inloggning medsamma. Det är text och rader och uppstaplat när du ska deklarera, så du vet vart du ska. Det finns förbättringar som kan göras - jag är alltid förvirrad gällande var sjutton jag ska klicka när jag faktiskt HAR fyllt i allt nu och godkänt - men i helhet är det så jag vill att det ska se ut. Jag behöver inte stilrent, eller massa plotter, jag behöver tydlighet. Det märks att det är en sida gjord av människor som arbetar med bokföring och siffror, helt enkelt.
Jag är aldrig där så jag vet inte
Svårt att hitta rätt och ändå ska det vara lättnavigerad...
Har inte haft problem med sidan
Vet inte
Är ganska van vid den så tycker den fungerar bra
Lätt att logga in och göra sina ärenden, t ex deklarera. Däremot svårare att hitta specifik information inom vissa ännen.
Den är väl helt ok
Funkar bra
Svårt att hitta
Är sällan inne på skatteverkets sidor.
Har inte varit inne där.
har ej varit där nåt större
För mycket information som ligger dolt
Jag förstår den ej och har godman som sköter skatten
Ångestframkallande! Den består av att vi skall tillbringa oändligt mycket tid för att leta efter sådan information som vi borde bli informerade om av utbildade handläggare. Jobbigt och nervpåfrestande ... men något bättre än FK:s hemsida ...
Likt FK är även skatteverket som en oändlig labyrint. Att det har så mycket med siffror att göra förenklar inte för ngn som sannolikt har dyskalkyli.
Bra. Detaljerad info. Bra struktur.
Skatteverket? Varför ska PTS utvärdera Skatteverket? De har eget folk för det.
Mycket trevligt gränssnitt. Men svårt att hitta det jag söker. Men det kan bero på att jag inte alltid vet exakt vilka sökord jag ska använda eller att jag är rädd att göra fel när jag t ex söker information inför min deklaration.
Bara signerat skatt där
Det lilla jag haft med den att göra har jag inte haft några problem.
Sjukt krånglig sida
Bra👍
Den är ganska bra. Ibland känns det som man får tryck onödigt många gånger för att hitta dit man vill. Egentligen varken lätt eller svår!
Svår ! Mkt svår !
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
Också överväldigande och mkt på en gång
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 svrt att finna rätt information.
Är ibland svårnavigerad. Och blanketter som man behöver till t ex bidragssökning heter något annat.
Har med hjälp av barnbarn lärt mig den
Tycker att den är rörig. Och väldigt gul. Man fattar inte alltid vad de olika stegen innebär och tidspressen vid deklaration är stressande. Msn blir utloggad om man är inaktiv för länge. Stressigt.

Jag deklarerar och den funktionen är lätt via internet. Hyfsat lätt att hitta annat man söker efter på deras hemsida.
Är nästan aldrig inne där. Tycker det är tråkigt.
Samma som försäkringskassan.
Ganska hyfsat lätt att hitta
Jättebra.
Tycker ofta att den fungerar bra, såväl privat, som i jobbet.
Har aldrig varit där.
Enkel att använda när man väl kommer på hur.
Hyfsat lätt att hitta det man söker.
Den är ganska lätt när man till sist hittat det man är ute efter.
Den är komplex
Bra
Har inget med dem att göra
Har hittills varit lätt men det ksn bero av att jag gör det enkelt skattemässigt. Jag kryssar för
Den är varken lätt eller svår, den är Skatteverket i ett nötskal. Så länge du håller dig inom normen så funkar allt som det ska, men minsta avsteg från normen så blir det totalt omöjligt att hitta rätt, få rätt blanketter, få tag i någon som inte är en AI-chatt. Samma sak med alla myndigheter.
Lika svårt förklara detta. När det varit mkt viktigt har jag ringt istället men varit jobbigt få tag på en som hjälper med det man behöver. Tex deklarerade jag iår via den eller var det nu var. Men blev inte registrerat så åkte på 2500 böter trots att jag ringde fråga om jag gjort rätt och om det räckte så. Försökte också överklaga men gick inte. Det går åt mkt mera pengar när man har en trött hjärna än då den var piggare. Är lika jobbigt förklara för tex godman eller liknande så gör inte det mera. Blir dubbelgöra när de inte förstått eller gjort som man själv skulle gjort om man bara kunnat.
Klarar inte alls den ... rörig ... behöver ofta ta hjälp av någon
Svårt att hitta det jag specifikt söker. Får oftast flera hundra möjliga söksvar. Jag brukar vända mig till en handläggare. Har fått mycket hjälp ifrån dem.
Det enda jag gör dör är deklarerar, eller om jag gör det i telefonen numera, det minns jag inte. Har ingen uppfattning alls om hemsidan.
Funkar bra
Använder bara en gång om året och måste då sätta mig in i hur den fungerar på nytt varje år.
Har bara varit där nån enstaka gång..
Inget att anmärka får hjälp med detta
Har ej varit där
Den är lätt då en söker efter vissa ämnen, men återigen så behöver du veta vilket sökord som skall användas för att hitta rätt information. Vid ytterligare funderingar så ringer jag upp dem istället.
Det är svårt att hitta på den.
ingen kommentar
Samma där min pappa sköter allt detta
Medelsvår. Lite klurigt hitta de man söker. Men bra design, så lättare hitta än FK, inte så plottrigt. Så Heby ok.
Den fungerar smidigt med bankide i datorn, men loggar in på sinna sidor o den är vitgul o svart bra kontraster m.m
Ok, men inte så tydligt när vissa tjänster är tillgängliga.

Vad tycker du om Arbetsförmedlingens webbplats?

	Procent	Antal
Den är lätt	12%	31
Den är svår	17%	44
Jag har ingen uppfattning	70%	178
	Totalt	253

Begripsam helt enkelt

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

Inget behov av den
Har inte haft anledning att gå in där
Jag har nästan inte använt den.
Har aldrig besökt 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.
Inte behövt sökta jobb de senaste 25 åren
Använder den inte längre
Har inte besökt den på måååånga år.
Rörig, sökfunktionen fungerar dåligt
Det var några år sen sist. Har ingen erfarenhet i nutid.
Om möjligt ännu mer rörig och svårnavigerad än f-kassan och skv.
Har inte använt den på länge.
Jag har inte varit in på den på länge nu, så jag har arbete.
Jag är aldrig där så jag vet inte. Är sjukskriven från min arbetsplats = har ju jobb (ännu)
Behöver inte ha kontakt!! 👍👍
Krånglig och för många moment för att söka jobb.
Minns inte riktigt men jag tror den överlag är bra. Det som är krångligt är r man söker reseersättning. Datumen blir fel av sig själv och då är Det svårt att veta hur man ska skriva
Rörig krånglig
Har inte varit inne
Har inte använt den speciellt mycket, men lite rörig tycker jag.
Den är plottrig och svår 🙁
Väldigt omständig, den känns inte genomtänkt/färdig. All information om mig själv kommer jag inte åt. Den är nog en av de allra sämsta hemsidor jag stött på.
Både lätt och svårt. Lätt att leta arbete men svårt att hitta annat som jag behöver få reda på.
Svårt när man vill komma i kontakt med personlig kontakt, helst när man har handikapp.
använder den ej
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.
Aldrig varit på.
Något enklare att navigera än FK och skatteverket.
Har inte använt den på mer än ett år. Jag men förut var ungefär som FK sida.
Samma sak här. AF har eget folk som jobbar med webbplatsen. Varför ska PTS dubbelarbeta?
Fruktansvärda färger. Men ganska bra struktur och logik.
Ingen erfarenhet alls
Vet inte vart man ska börja leta
💩
På samma sida har man samma länk flera gånger, vilket gör att man blir tveksam om vilken man ska använda. Dock går de ju till samma sida, men....
Svårt att få överblick.
Har inte behöv söka dit just nu. Jag jobbar med lönebidrag och har en handläggare.
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?

Den var lättare förr. Nu är det för mkt sökfält och alternativ
Finns mycket rum för förbättring men det gör det å andra sidan nästan över allt.
Rörig. Svårnavigerad.
Svårt att söka på jobb i olika län, använda specifika ord för sållra..
Aldrig inne där
Lika som övriga
Inte använt så mycket, men tycker den är krånglig.
Jag tycker inte att den fungerar alldeles bra.
för många val att göra
Har ingen uppfattning.
Har aldrig varit där.
Använder inte den.
Saknar erfarenhet.
Den förutsätter att alla kan jobba 100% och inget annat. Väljer hellre andra vägar för att söka jobb.
Är pensionär, är inte aktuellt, för mig.
Vet ej.
Har inget med dem att göra
Mycket svårt att hitta rätt sökord även om man är proffs på ett område. De är generalister och känner alltid till skillnader i yrken. Jobb kommer upp på andrs hemsidor med samma sökning men jobbet finns på båda
Det här är webbplatsen och myndigheten som slår alla andra i sin uppfinningsrikedom i att göra saker mer besvärliga än vad de behöver vara! Här finns inte ens en norm att hålla sig inom! Här är allt utformat efter någon ointelligent idiot som aldrig varit arbetslös och som inte har en susning om vad kognitiva funktionsnedsättningar innebär! Utöver det är deras bot, AI-chattfunktion totalt värdelös! Den kan inte svara på annat än exakta formuleringar som passar med programmeringen. Den har heller ingen koll på vilka frågor som ställts, vad den redan presenterat för svar på frågor som ställts. Den blir helt tömd och nollställd efter varje gång den har skickat ett svar till mottagaren. Därmed kan den mycket väl skicka en runt i en cirkel med totalt ovidkommande svar som ständigt upprepas som en trasig vinylskiva. Men den är tydligt och klart en representativ webbplats för Arbetsförmedlingen; ingen kan förvänta sig att få någon hjälp förrän de är utförsäkrade! De nekar en möte med reahabiliteringshandläggare och de skickar runt en i cirklar så tiden går och inget händer.
Har aldrig varit där
Har ingen kontakt med AF
Har aldrig varit inne där.
Använder ej
Ej använt
Förtidspension från Danmark
Ej varit där
De gånger jag varit inne på deras hemsida så har det varit enkelt, vet inte mer ingående.
Alltid rädd att göra något fel och tappa mer SGI.
Lite svårt att hitta rätt, vad är jag? T ex "arbetssökande" när jag bara vill söka information.
Länge sedan jag var inne.Då krånglig och kunde förlora text som man lagt till.
Jag har inte tittat på den webbplats. Har en handläggare och det räcker för mig.
Svårt att hitta det man söker. Dåligt ordnad.
Samma svar som tidigare fråga.
Vissa ordval i rubrikerna matchar inte riktigt innehållet vilket skapar förvirring.
Ingen uppfattning
Den hemsidan är nog den sämsta jag har sätt dålig kontrast med färgerna m.m

Begripsam helt enkelt

Vad tycker du om 1177 Vårdguidens webbplats?

	Procent	Antal
Den är lätt	63%	158
Den är svår	25%	62
Jag har ingen uppfattning	12%	31
	Totalt	251

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

Ganska rörig, svårnavigerad, upprepade klick för att komma till ett ställe, olika väg för liknande ärenden
Allt ser likadant ut och infon om vården är för generell. Råden om vård är bättre.
Den är svår på det viset att lyckas hitta den mottagning som man söker just då
Bra
Det bästa o hittar svar på mycket o lätt o kontakts enheten o titeln du söker på detta
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!
Väldigt svårt att hitta det man söker efter och ibland är inte läkemedelslistorna uppdaterade
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.
Krångligt o svårt att lägga till mottagning i mobilen
Rubrikerna krångliga. Ibland haft svårt att hitta. Formulären ologiska ibland. Tror de är "hemmablinda" som gjort den.
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.
Ibland är det svårt att hitta speciell information man söker men i andra fall är den lätt.
Att man kan ej se alla vårdgivarnas skrivningar och vårdplan är mycket negativt
Lätt att få fram information t ex om sjukdomstillstånd. Hade kunnat tänka mig lite mer utförlig information i vissa fall men i grund och botten är sajten neutral, informativ och lättnavigerad.
Bra att söka info. Gillar mina sidor.
Lätt, tydlig, enkel. Men kan också bero på daglig inloggning. Så mitt svar är inte het värdegrundat kanske.
Region Skåne brister med möjligheten att kunna se bokade tider eller kunnaboka tider.
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.
Det är lätt att orientera mellan de olika sidorna och hitta Mina sidor.
Användarvänlig, bra att man kan lägga till mottagningar så man snabbt kan boka och avboka tider.
Många steg vid inloggning.
Det är lite väl mycket länkande, och konstiga kategorier. Samt att det är så spretigt att man kommer till sidor med helt annorlunda layout om man klickar på vissa länkar. Men även här tycker jag de arbetar med tydlighet och väl uppbyggd kontrast. Sen är det underligt med vissa saker, som ett formulär som skulle fyllas i som inte låg i formulär - för läkare kan istället skicka dem i meddelande eller ge en ett papper med en speciell adress. Varför? Förvirrande och dumt av vården, arbeta MED webutvecklarna inte mot. Men de hade väldigt trevlig och tydlig support för sidan, så t.o.m. jag med telefonfobi lade på och mådde bra och kände mig nöjd (jag brukar åtminstone skaka och vara lite gråtmild och ha ont i magen även om de inte varit det minsta otrevliga).
Jag kollar bara i min journal ibland.

Lätt när man väl lärt sig, men många långa besök behövs.
Rörig sida
bra
Just nu efter förändring av sidan, tycker jag att den är svårare än tidigare, har problem med att hitta saker
Gillar 1177, tillgång dygnet om var som
När man ska läsa sin journal eller barnens måste man klicka på många olika ställen och det är svårt att hitta var man ska klicka. Många kliniker saknar riktig e-tjänst utan om man skriver så får man svar att ringa dit istället. Det tycker jag är dåligt
Rörig och se föregående svar
Inte alltid helt lätt att hitta rätt men fungerar för det mesta
Lätt att hitta det man söker
Irriterande att GDPR är att äldre information nbu inte går att läsa
Den är enkel och tydlig.
Jag försökte hitta ett växel nummmer till region Kronoberg, fast jag är en van internetanvändare blev det en utmaning att hitta. Kolla själva!
Det brukar för det mesta fungera
Både lätt och svårt, mycket är så allmän giltigt när det är mer specifikt jag behöver.
Vill ha personlig kontakt.
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.
Jag gav upp det där ... för svårt och för ansträngande ... blir sjuk av att försöka mer ... och att man skulle ha någon legitimation ... näää, jag orkar inte ...
Vissa saker kan vara svåra att hitta.
Tyvärr plockar man bort viktiga funktioner och ersätter med värdelösa alternativ åtminstånde 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 tungrott 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.
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.
1177 är inte en utan flera webbplatser. Alla landsting bidrar med egen info. Hur vore det om ni hade egen kunskap om de webbplatser som ni vill få granskade.
Fruktansvärda färger och typsnitt. Jag blir snabbt trött och får ont i ögonen. Blev förvirrad när jag klickade på något på hemsidan och Fusion laddade och jag kom in i en tidning.
Den är simpel
Man vet inte hur man ska komma in på sina egna sidor. En del av informationen verkar inte stämma, Svårt att hitta specifika mottagningar med mera. Svår sida att söka på.
Ok.
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.
Lätt att boka hos Svårt att hitta rätt avdelning mott*g**
Lite rörig men det går ann.
Mycket innehållsrik. Reagerade på att triggerfingrar beskrivs för barn men inte för vuxna. Alltså man har försökt lägga in väldigt mycket information, men missar kanske de vanligaste symptomen eller vem som drabbas. Bara ett exempel!
Jättesvår att använda från mobilen (android) pga sidan är inte anpassad för mobiler. Man måste scrolla i sidled etc.
Ofta svårt att logga in
Ni ger för få val alternativ. 1177 är bra men inte lätt inte heller svår. Var finns mellanalternativet.Även där måste man vara koncentrerad när man går in.
När man är inloggad är den krånglig men inte annars.

Förvirrande ! Och mkt svår !
Svårt att få fram rätt info och svårt med kommuniceringen då det skickas som olika i samma konversation i svaren
Den rörig och svårnavigerad.
Det beror nog på att jag är inne på webben någorlunda ofta. Jag kan omboka tider t ex. Beställa recept.
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
Den mest tungrodda idiotiska webb så jag ska sluta använda den. Jag fattar inte att inte landstingen (och kommuner) lyckas hänga med i digitaliseringen.
Funkar bra. Ofta nu använder jag appen som kommit o den funkar bra den med
Inget funkar ju. Man kan inte boka tider eller se sina bokade tider
För vuxna bra men att jag inte ska kunna sköta mina barns ärenden efter de fyllt 13 är katastrof. Det krånglar till och bränner ut föräldrarna och kan bli livsfarligt när drtvinprincip blir omöjligt att hjälpa dem med viktig medicin!
Smidig, användarvänlig, tydlig!
Otillgängliga menyer, svårt att navigera och veta var viss information finns.
Haltande tjänst som känns för opplitlig. Det finns för många val. Det bästa vore att ens tidigare vårdkontakter fanns samlsde baserat på personnummer för nu får en söka sig blå för att hitta rätt när mottagningar heter nästan identiskt.
Allt finns inte med, man kan inte följa upp en fråga, utan måste hela tiden börja på en ny fråga, är tidsbegränsad och man kan inte köra ut journaler mm i klump, utan måste skriva ut varje avsnitt för sig.
Alla vårdgivare finns inte med. Formulären omöjliggör kontakt och att ställa en fråga. Alla mina inbokade besök borde finnas visuellt tydliga någonstans!!!
Jättesvårt att fatta var man ska hitta sin journal och var man begär förnyelse av recept. Rörig och otydlig.
Fungerar dåligt eftersom inte alla uppgifter finns där beroende på var man är skriven.
Dåligt att inte kan chatta med läkare i 1177, kan svara på en förfrågan men inte gå vidare utan måste skicka nytt meddelande
Själva vårdguiden är lätt ,det är vissa Husläkarmottagningar som inte i sin ände kan hantera den.
Det är lätt att förstå för mig hur jag ska göra. Det är tydligt och konkret
Den stannar ofta upp, så den måste laddas igen. Om jag trycker tillbaka på mobilen istället för i appen loggas jag ur. Vilket gör att jag måste logga in igen, skapar stress.
Förstorings programmet gör det mer krävande.
Den är bra.
Enkel information.
För många olika egna val för olika vårdstället. Ex har någon -kontakta mig / förnya recept mm medan någon kanske bara har -egen remiss. Myckey bra att man kan läsa sin journal! Hade gärna sett mer ex provsvar Samt att delad journal kom tillbaks, så man kan läsa annans journal (med deras samtycke!)
Den är lätt med sjukt långsam.
Den enda svårigheten är att man måste ha ett mobilt bank-id och har man inte det stängs man ju ute från mycket.
Smidig!
Kunde varit lite lättare för gemene man. Tar tid att lära sig använda den och hitta allt. Allt på den fungerar inte över hela landet.
-
rörigt. intetsägande. speciellt i nödsituation. Ger inte den info som man tror man kommer till.
Den hittar jag på, men kanske mest för att jag vant mig. Möjligheten att läsa journalen är jättebra
Bra, oftast. Kan dock vara svårt att hitta specifik info, speciellt om den bara finns under ett landstings sida.
Lättläst och ett bra upplägg på det du vill veta
Den är ganska logiskt uppbyggd och lättnavigerad.
Otydli, inte användarvänlig
Utmärkt guidning och information. De egna sidorna är dock inte alls användarvänliga. Man vet inte vögen in som användare. Ännu krångligare blir det om du har barn
Mycket bra! Det enda jag skulle vilja ha möjlighet till är att kunna skicka ett digitalt meddelande direkt till min läkare om

uppdatering runt mitt mående.
Hittade inte tex mina intyg. Stod så mkt fel så trodde jag läste nån annans journal ett tag. Ingen bättring trots att jag påpekat det. Men faktiskt knappt varit där för mår illa bara jag tänker på hur svårt det var de gånger jag testat.
Använder inte den
Den är ok, lite krånglig men det är å andra sidan också mycket information som ska finnas med.
Bra, utom nån enstaka funktion
1177 är mestadels lätt att använda men deras sökfunktion är ibland bristfällig och man kan lättare hitta rätt genom att googla istället.
Rörig. Mina vårdkontakter fungerar ganska bra..
Gillar jag stort
Den är lite rörig,
Gör väldigt mycket via 1177. Vissa funktioner är sämre och svåra att förstå. Hade önskat en single sign on funktion från appen. När det gäller vårdplaner så är de lite knöliga att hitta. Finns tyvärr inte i 1177 där det står att vårdplanerna ska finnas. Hade önskat att allt fanns tillgängligt via appen och inte utanför
Vägrar använda den då den känns mycket osäker. Lätt för tredje person att komma åt speciellt då de använder 3e land som ej omfattas av GDPR Tycker också att personlig kontakt är viktig. Kanske bra för de utan kroniska sjukdomar
Flera vårdcentraler är inte anslutna o väldigt svårt att kunna välja eller boka om en tid som passar.
Det är lätt att få information, men tyvärr så krånglar mina sidor där min journalföring finns ganska ofta.
Svårt att hitta
Förstår inte vilka regler som gäller - rättigheter och skyldigheter, och glömmer vad jag gjort och missar då ibland saker.
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 psykossjukdom.Svårt med fullmakter och att hantera och överblicka mina anhörigas vårdkontakter och recept.
Jag använder den ganska ofta och hittar nog ganska bra.
Den fungerar bra om man vill komma åt nån läkare fort
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.
Stor och skrikande layout, får ont i ögonen
Får för många val, det blir rörigt. Inte bra uppbyggd.

Känner du dig delaktig i det digitala samhället?

	Procent	Antal
Ja	58%	176
Till viss del	33%	100
Nej	8%	24
Vet inte	1%	3
	Totalt	303

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

Som ofta hemmavarande (sjuk) är det en välsignelse att kunna delta offentligt och socialt i samhället via nätet
det är lätt när man kan
Det är för komplicerat trots att jag har väkdigt hög intelligens
Vissa saker är svårt att förstå
Många har dåliga kontraster i text, för mycket info på en sida. Det vore lättare att länka sig fram och hitta om det var mindre info på varje sida. Jag vet aldrig vad jag missar och känner mig därför osäker
Att med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (ADHD och Aspergers) försöka vara delaktig i sociala medier är verkligen påfrestande! Man blir liksom översköljd 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 NÅNSIN 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.
Ingen ska tvingas till det
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.
Min delaktighet beror på att jag fått bra anpassningar och att jag har en personlig assistent som vet vad jag behöver för hjälp och vad jag vill göra
Lyrisk över information som jag får del av.
Jag lever i min bubbla och vet inte alltid vad som sker utanför...och ibland bryr jag mig inte då ny kunskap är belastande att ta in.
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/släkt 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.
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
Väljer ofta bort mycket av det digitala pga massa reklam, blinkande annonser och info som är inte fakta. Nyheter läser jag enbart från svt så slipper jag alla dessa reklam annonser och snurriga sidor
Jag gör det jag måste. Men tycker inte om att bara "surfa runt" så missar mycket nyheter och vad som är nytt/modernt
Jag använder det digitala samhället ofta och har stor hjälp av det. Jag hittar all slags information (nyheter, samhällsinformation, historiska fakta)och underhållning (musik, tv-serier, Youtube, bilder på gulliga djur). Jag tycker det är lättare att umgås med människor digitalt än i den fysiska världen. Jag är en varm anhängare av informationssamhället.
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 det digitala inte fanns.
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.
Utan det digitala samhället skulle jag bli totalt isolerad. Jag lever mitt liv på internet. Samhället har svikit mig och min familj. Vi får inte den hjälpen och stödet vi behöver. Vi har nyligen ansökt om skuldsanering pga allt runt omkring våra barn. Vi lever hela tiden mellan stolarna i ett moment 22. Vad som än händer oss och vad våra behov än är så passar vi inte in i mallen. Det går ej heller att individanpassa så det blir bra för oss. Snarare så att vi skall anpassa oss. Jag går knappt utanför huset längre. Har inga nya vänner sedan jag flyttade till nuvarande orten i feb 2015. Har ju inget jobb pga sjukersättning, inga kurser el dyl pga att vi lever under existensminimum. Båda mina barn bor på hvb hem och stödboende via sol men soc behandlar placeringarna som om de vore LVU. Jag har numera komplex pstd pga soc och BUP. De har gjort mig sjuk i 14 år då jag har krigat för mina barns rättigheter, stöd och hjälp. Båda mina barn riskerar att bli sjukpensionärer då de inte fått hjälp i rätt tid. Jag känner mig inte hemma någonstans längre.
Jag kommunicerar hellre via internet än IRL

Det är svårare för mig att ta till mig digital information än analog... Det digitala passar inte mig!
Jag är delaktig för atr jag tvingas till det pga samhällskonstruktionen, men jag vill inte vara tvångsdelaktig. Vill kunna välja.
Nu är jag förbannad på att det är bara MOBILA e-leggar som gäller snar t. Varför kan jag inte få sitta vid min dator och göra viktiga saker? :-(
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 söker nästan alla tjänster via min telefon, messar och mailar, läser e-böcker, lyssnar på musik, löser Melodikrysset osv. En del saker gör jag även via dator, t ex surfar på olika hemsidor.
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.
De sociala nätverken flyger förbi för snabbt. Det kommer nya nätverk, hur du ska medverka i dessa, hur du håller det inom en viss grupp, hur du når ut - samt det faktum att vett och etikett för varje nätverk är olika. Det är allt för enkelt att komma i riktiga gräl, helt onödigt och bara på grund av etikettförvirring. Olika generationer, och säkerligen också handikappade och alla med svårigheter, fastnar i olika nätverk för att man inte orkar eller kan hänga med eller lära sig. För väldigt mycket på internet förväntas man kunna genom att man var där när det hände, när det utvecklades, och veta genom erfarenhet. Det finns inte nog med guider, de som erbjuds av de som erbjuder nätverket är oftast helt otillförlitliga för att inte nämna otillräckliga. Det blir nog därför tyvärr bara rundgång, inget samhälle - utan mer ett skolgårdssamhälle med små grupper som pratar för sig. Det är tyvärr något hela internet är på väg mot och inte bara jag som individ. Jag är bara delaktig i det jag uttryckt nån gång för en sidas kakor att jag tycker är kul eller vill vara delaktig i. Det gör att jag missar saker för att jag aldrig tillfrågats om dem, för den nyheten/tweeten/bloggen/FB-inlägget visades aldrig för mig. Likaså visas vissa av mina inlägg inte för andra för att det inte algoritm-passar in i vad de brukar uppskatta. Då är det inte delaktighet och kommunikation. Sen åt andra hållet: Jag är inte intresserad av att vara tillgänglig 24/7 för att jag KAN ha min mail på telefonen och att människor, viktiga människor - hyresvärd, jurister - anser sig kunna meddela mig i ett mail utan att detta avtalats på förhand. Att mail ska vara som ett telefonsamtal som gift sig med ett brev i brevlådan. Nån ska kunna maila "du blir vräkt om du inte svarar om fem minuter, k bye" (nu tar jag i, men den stilen är det). Det är obehagligt. Där VILL jag inte vara med. Särskilt då vård och andra samtidigt vägrar pga sekretess. I övrigt tror jag att jag navigerar runt på internet bättre än många andra - och suckar ofta åt när någon inte hittar en bit information och hittar snabbt rätt kodord för google. Jag kan även bli arg på en kontrovers, som Gamergate för att jag inte får fram grund och konkret och gräva tills jag hittar kärnan och originaltexter som allting växt upp ur så jag faktiskt kan bilda mig en riktig uppfattning. Där är jag lyckligt lottad. Sen kanske jag tyvärr därifrån kommer in på tumblr eller en nihilistisk hemsida och då är jag körd. xD
Jag missar samhällsinformation, svårt att gå på musikevenemang, biobesök m m då det mesta ska bokas via datorn/telefon/ swish.
Eftersom jag har en grav hjärntrötthet som ger komplikationer hjärnmässigt så kan jag inte delta i det digitala samhället.
Jag förstår aldrig
Jag gör det jag kan och det som är kul. Hjärnan orkar inte med nån överkurs.
Jag kan inte ha skärmtid mer än begränsat så det försvårar användandet, annars är utbudet bra.
Blir mer och mer efter alla andra
Som rullstolsburen är det lätt att bli isolerad hemma, därför är det jättebra att kunna sköta mycket kring vardagslivet på datorn, sociala medier, handla mm. Jag känner mig mer delaktig i livet i stort på så vis.
Delaktighet i det digitala samhället är den enda delaktighet jag har!
Jag känner inget större behov av att använda mig av sociala nätverk men skulle ändå vilja lära mig litet mer. Skulle också vilja lära mig använda t ex Skype.
Det är oerhört svårt att komma i kontakt med en riktig människa via telefon eller få information i tryck på papper nuförtiden. Det oroar mig. Även om jag idag kan använda och förstå digital teknik kanske jag inte kan det i morgon.
Alla tar för givet att man kan och att man har dator och skrivare osv. Jag har inte det för jag har inte råd (sjukersättning lägsta nivå)
Det digitala exkludera kontakten med andra människa eftersom allt känns som det finns ett stort avstånd även vid mailkontakt-i längden blir det så.
Det digitala samhället underlättar för mig att hålla kontakt och att ta kontakt
Jag kan vissa av de appar
Som dyslektiker är allt uppbyggt på text vilket gör att vi direkt kommer i underläge. Oftast mycke text ord och meningar som måste läsas om och säker inte förstås bara ändå, har ändå god förståelse och goda kunskaper och bra allmän bildning. Tröttande med mycke text. Missar mycket för jag orkar inte läsa allt.

Har oftast lätt att navigera inom olika områden. Men inget slår personlig kontakt.
Har man godeman eller förvaltare så kan jag inte använda mobilt bank id
bara FB Google sök översättning och 1177.
Ett infernaliskt påfund! Hur kunde man tillåta det att gå så långt??????? Visst är det en hjälp för vissa med viss information och vissa saker man kan göra ... men att tvinga folk att göra allt via nätet ... hur tänkte man där???? Det är skadligt för hela mänskligheten och av ondo för så många ... Människor som är otekniska, många äldre och många andra ... De är så isolerade att många tar sina liv. Vad är det för värld och hur blev det så här??? Skäms! Det är det enda jag kan säga! Skäms!
I vissa sammanhang blir man exkluderad enkom pga funktionshinder. Det känns väldigt förlegat att exkludera pågrund 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.
För komplicerat att delta i någon sida eller sökande somjag 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 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.
jag tycker fråga än är lite tendentiös. Ni frågar efter en känsla av innanförskap som kan ha många andra grunder än digitalt otillgänglighet.
Läser lite nyheter, tittar på SVT Play och Youtube, läser lite bloggar, facebookar, mejlar, surfar, e-handlar, betalar fakturor. Använder mest datorn. Använder extremt få appar i min mobil. Så jag är delaktig, men det finns saker jag inte kan/tjänster jag inte använder så jag vill inte påstå att jag är delaktig fullt ut.
Jag är en eremit
Jag skulle villja lära mej mer av nån med tålamod och mycket tid.
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 fungerar bättre på Internet än i verkliga livet.
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 otäckt och sorgligt att den mänskliga kontakten försvinner mer och mer
Jag själv är kapabel mig i det digitala samhället. Det som skrämmer är alla de som står utanför -de som inte klara det digitala. Ett stort digitalt utanförskap skapas inte bara rörande äldre utan de som också kanske inte helt förstår ej heller har ekonomisk tillgång att skaffa sig digitala prylar och abonnemang
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 tills 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.
Delat i facebook o gör mycket i digitalt. Letar info om ditt o datt. Ser nåt som du inte vet om o ut o googla in info. Det mesta görs i appar på telefon elmpadda o ibland på anpassad dator
Det är lättare att komma i kontakt med (många, inta alla) myndigheter, likasinnade, information mm.
försöker lära mer efterhand
Det är så många olika miljöer att det är svårt att hänga med. Och fastnar lätt för mycket på tex Facebook och Instagram.
Eftersom jag numera är döv är det viktigt för mej. Kommunicerar tex via olika forum.
Inte alla kanaler som är textade så missar mkt
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.
Om man inte vet eller förstår hur man ska hitta eller göra något så är det svårt när man inte kan fråga någon.
Använder instagram mycket och 1177, det fungerar bra
Jag känner mig uppdaterad om världen, stort och smått. Bokar hellre via internet, för att slippa de sociala normerna vid ett telefonsamtal.
Allt hänger på att det är rätt förutsättningar för mig annars är jag helt ute.
Det är bra att kunna delta och kommunicera med folk
Eftersom hon inte kan använda det själv.
Jag minns inte när jag sist höll i en dagstidning.
gör bara det minimum jag har behov av alternativt hanterar
Gör min ganska begränsade värld större och mer positivt social
Mycket flum flum som jag inte vill vara delaktig i ändå men FK, AF & 1177 är ju sidor som borde vara anpassade till att man behöver den när man är i uttag läge, ändå är de kunde all kritik vad gäller att vara tydliga och lättnavigerade. Intressant att skatteverket var med, den sidan är ju betydligt bättre anpassad i det avseendet fast den riktar sig till hela befolkningen och inte särskilt utsatta
Har man som jag synskada, nackskada och kronisk utmattning är inte internet ett bra forum. Det slite med alla popup texter med mera
Pga av mina besvär har digitala samhället tagit större plats i mitt liv än det "riktiga" samhället. Det håller känslor av isolering och ensamhet borta när jag inte orkar/klarar vara aktiv och social delaktig IRL. Sociala medier, nyhetssidor och streamingtjänster spelar stor roll i detta.
Tyvärr är jag samtidigt lite osäker på säkerheten på nätet, med alla uppgifter man lämnar ifrån sig.
För min ålder så hänger jag med bra och kan använda mig av det mesta.
Har hyfsat stor erfarenhet, med den bredd jag behöver – i annat fall så tar jag mig fram till det jag söker/vill ha –, hinner och orkar, Ibland"drunknar" man t o m l information.
Har ingen papperstidning och kan känna att man är utestängd från vissa nyheter t ex dödsannonser och andra saker från familjesidorna.
Tycker det har blivit för mycket när man som sjuk förväntas sköta allt själv nästan via internet. Saknar att man kan boka tider (exempel) hos en vänlig och kompetent människa utan att behöva trycka sig fram på en massa knappar och under väntetiden få höra hur man kan gå in på en hemsida och få svar, trots att de inte har en aning om vad man vill fråga om. Systemet idag ger en konstant upplevelse av total avvisning och att man inte är önskvärd.
Känner mig gammal.
Min delaktighet i det digitala samhället är större än IRL pga min sjukdom som gör mig mestadels husbunden. Den gör det också svårt att umgås IRL mer än en timme åt gången. Men via Facebook, mail, instagram så har jag sociala kontakter de korta stunder jag klarar, sen vilar jag och senare "umgås" jag igen. Jag önskar dock att vården var mycket mer lätttillgänglig via internet. 1177:s mailtjänst är inte bra (glömde skriva det tidigare). Den visar inte vad man skrivit i samma ärende tidigare så är det en ny ssk som svarar så får man börja om och beskriva från start varje gång
Blir ofta fel i diskussioner, så vet inte om jag vill bli mer delaktig.
ta fram info om busstider och så mailar. letar efter litteratur mm
Delaktighet minskar med minskat inflytande. Man kan säga att jag har löjligt lite inflytande och därmed minimal delaktighet
Jag tror att många med kognitiva funktionsnedsättningar har lättare att formulera sig och nå fram till hjälp via digitala forum.

Vissa dagar är det omöjligt att gå ut genom dörren och att då kunna ha möte med myndigheter och handläggare digitalt gör alla skillnad i hela världen. Detta har jag sett både i mitt yrkesutövande och i mitt eget liv.
Kan som tidigare sagt tex inte skicka mail eller klicka på länkar i mobilen. Svårare och svårare hitta telefonnr. Söker info tröst och avkoppling på tex fb och har kontakt med folk via messinger när den funkar. Skulle vilja lyssna på böcker om jag kunde. Älskar dock dokumentärer, undulater och föreläsningar mm Bra kunna dela info med andra. Och.... Synd detta tar längre tid besvara än jag har.
Ingen kommentar
Digital delaktighet betyder i princip allt för mig socialt. Jag är så fysiskt sjuk att jag sällan eller aldrig ens orkar prata med folk i telefon, så då är t ex Messenger bra, eller att man kan se vad familjen gör på snapchat och hänga med i vänners liv på Instagram. Däremot är det offentliga fortfarande, trots digitaliseringen, ofta otillgängligt. Vården särskilt har bestämda rutiner om hur saker ska skötas, t ex får man inte beställa tid på plats om man redan är där, även om man har svårt för det snabbare samspelet som telefonsamtal kräver. Man får inte heller beställa tid på 1177 och värden gör sig otillgängligare än vad de borde vara, om patienternas behov fick vara i centrum, inte vårdens egna föredragna rutiner.
Jag tänker inte ens på det som delaktighet, digitala tjänster och kommunikation är en sådan självklarhet i mitt liv.
Använder hellre nätet n tex prata i telefon
Man måste själv värа aktiv
För mig är det i mångt och mycket ett hjälpmedel.
Jag skulle gärna hjälpa ideellt de som har det svårt med allt digitalt. Jag gör det redan med alla jag känner, men det är så många som skulle behövahjälp och stöd. Mycket beror mest på rädsla att göra fel och brist på det digitala logiska tänkandet. Då jag jobbat som it tekniker innan är jag tacksam att det faktiskt är en av de få sakerna som fortfarande fungerar i min hjärna, och jag hjälper alla jag känner men skulle vilja nå ut till fler
Jag letar det jag behöver. Följer organisationer och för mig viktiga personer.
Det skulle bli enklare med digitaliseringen men jag upplever ibland att jag undviker saker för att det är så många val/inställningar som ska göras så jag fattar inte. Vill ha 1 knapp och sedan ska det fungera
Jag kan sitta 7,5 minut åt gången med en skärm o med vilor emellan kommer jag upp i totalmax 37,5 minuter på en dag. På detta sättet försöker jag göra det jag måste o ibland något jag vill.
Tycker inte om det, men man måste ju försöka.
JAg gillar att vara med i enkätundersökningar där jag får utveckla mina svar då jag känner att jag kan ha en möjlighet att göra min röst hörd samt att påverka samhället på något sätt.
Väljer själv hur delaktig jag vill vara.
Tycker både bra och dåligt om den digitala världen. Jag har mycket svårare att hänga med där än om man ser eller hör det muntligt.
Man vill gärna hänga med i alla medier och vara delaktig å hinna läsa allt från fb, snapchat eller Instagram. Men blir ofta stressad av det. Och att jag ska vara tillgänglig hela tiden.
Vill delta i det digitala samhället, men min hjärna klarar inte det, för den lagrar inte mina minnen längre än till nästa ep-anfall.
Det är bra att kunna handla, meddela vården t ex förnya recept, göra bankärenden etc när som helst och slippa prata med folk när man inte mår så bra. Men det är svårt för många att klara ny teknik och lära sig nya saker när man har en kognitiv nedsättning pga sjukdom, funktionsnedsättningar, ålder eller bristande språkkunskaper. Det måste också finnas professionella människor att ringa eller besöka och få hjälp med olika ärenden.
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.
Mitt intresse av att lära mig nya saker gör nog att jag lyckats lära mig att använda digitala verktyg. Jag har tidigare jobbat som administratör och använt skrivmaskin och dator.
Jag behöva hjälp.
Jag är bara användare/betraktare av digitala samhället.
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.
Jag tycker det är bra att det finns men man är ju själv orolig för det ständiga blå ljuset man använder dagligen tyvärr.
Det mesta funkar för mig men då har jag å andra sidan inte så stora svårigheter att ta in information från webben. Vet dock att många andra har det svårt och att många sidor behöver bli betydligt mer tillgängliga!
Vet ej

Det är bara kostnaderna iphone 500kr/ månaden 2 år med datatrafik o bredband 450kr/månaden Ipad 500kr/månaden 2 år
Känner mig ivägputtad. Det blir värre o värre. Det är irriterande
Mitt hem.
Klarar några minuter med min smartphone i ögonvänligt läge. Känner mig utanför eftersom allt sker i den världen och min hjärna inte kan processa allt. Tidigare var IT mitt arbetsverktyg och all info hade jag i datorn. Svårt att acceptera att jag nu inte kan vara en del av flödet. Vänner jag pratar med skickar mig länkar till intressant info som jag då slipper söka upp.
Delvis men inte fullt ut. Mycket hinder i vägen.
Tar jälp

Smart telefon

Har du tillgång till en smart telefon?

	Procent	Antal
Ja	87%	261
Nej	11%	33
Vet inte	2%	5
	Totalt	299

Hur kunnig är du på att använda en smart telefon?

	Procent	Antal
Jag har tillräckliga kunskaper för att använda en smart telefon	65%	194
Jag kan använda en smart telefon men skulle behöva mer kunskaper eller hjälpmedel	20%	59
Jag kan inte tillräckligt om smart telefoner för det jag vill använda smart telefoner till	4%	13
Jag kan inte alls använda en smart telefon	7%	21
Vet inte	3%	10
	Totalt	297

Hur tycker du det är att använda en smart telefon?

	Procent	Antal
Lätt	48%	126
Varken lätt eller svår	40%	104
Svårt	8%	21
Vet inte	3%	9
	Totalt	260

Har du några hjälpmedel till din smarta telefon?

	Procent	Antal
Ja	27%	70
Ja, men jag behöver fler hjälpmedel	12%	32
Nej	43%	113
Nej, men jag skulle behöva hjälpmedel	12%	31
Vet inte	5%	14
	Totalt	260

Begripsam helt enkelt

Markera gärna de hjälpmedel du har i din smarta telefon

	Procent	Antal
Bildtelefon	10%	17
Förstoring	26%	45
OCR-program	9%	16
Ordprediktion	9%	16
Punktskriftsdisplay	1%	2
QR-scanner	33%	57
Röststyrning	14%	24
Skärmläsningsprogram, VoiceOver	7%	12
Stavningskontroll	41%	71
Tal till text	14%	24
Talsyntes, uppläsningsprogram	8%	13
Telefonen i sig är mitt hjälpmedel	63%	109
Annat, ange vad	21%	36

Annat, ange vad
Abilia kognition (2)
Alla mina digitala enheter (Klocka, telefon, platta och dator) synkroniserar med varandra, ger mig tillgång till allt material som finns sparat eftersom de alla är synkroniserade och uppdaterade i realtid! Det för mitt liv så oändligt mycket lättare!
Antar att bildtelefon är detsamma som FaceTime och Skype.
App för att registrera mående dagligen
Behöver inga hjälpmedel för närvarande
Blåljusfilter, påminnelser, checklistor, reseledaren, musik för avskärmning, mensapp som även fungerar som dagbok och migränöversikt (för ingen ren migränapp är tillräckligt bra).
DAF funktion
De hjälpmedel ovan som finns i telefonen ör inte samma som jag använder. Det finns saker i min telefon som jag vet att andra använder, men jag har bara inte hittat dit eller förstått hur man gör.
Enkelt läge, med större ikoner och färre på varje sida
Hand i
Handi
Handi app, folktandvårdens tandvårdsapp, styrning utav externa hjälpmedel såsom hörselhjälpmedel, AC/ fläkt.
Handicalender
Handikalender
Jag har en handikalender i min telefon.
Jag kan ringa o ta emot samtal, lyssna på böcker o se på bilder/ youtube/f-bok
Kalender med påminnelser
Kalender, medicinpåminnelser, påminnelser om allt, projekt app för att hålla ordning på bad som behöver göras, checklistor,
Kalender, påminnelser, anteckningsbok (skriva listor), kamera (fota viktiga saker att komma ihåg)
Kontakt med mina stödpersoner/assistenter via en app.
Kopplad till hörapparat.
Påminnelse funktion
Siri i iphone
Streamer till hörapparater
Struktur, planering, listor, kom-ihåg, fotar mkt för att komma ihåg.
Swistangentbord
Timer!!!
Timer, alarm

Vill höra anva*de Tal till text går ej Android
gps, antäckningar, påminelser
kan inte höra i telefon
ljudvolym
memo day planner.Timstock.Läsplatta med tal till text.
vänner o barn

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

Google maps!!!
Handikalendern
Kalkylator autostav swish kodkomihåg inloggningsuppgifter
Vet inte vad jag har för appar
Be my eyes
Matpriskollen Kalkylator
Google Maps, Google Calendar, Color Note, Timely
Ja, min bankapp som jag använder flera ggr/dag för att veta mitt saldo på kontot. Jag nojjar över att kanske övertrassera annars
Veisure (en sorts almanacka med planering)
kalkylator, GPS, noteringar, adressbok
Kalender Foto Väder Kalkylator BankId Currency converter Messenger Klocka/larm yr.no Blocker Telefonhanteraren Outlook
Blåljusfilter, välja milda ringsignaler generellt, Google keep för minnesanteckningar och checklistor, 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
Google, Google Maps, Sleep like android, White noise, Tink, Res i Stockholm, Mobilt bankID,
Allt som gör att jag kommer ihåg saker. Kalender, påminnelser. Även gps. Kalkylator. Inköpslistor
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 ftf 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 är min räddning
Ingen särskild
Min smartphones kalender och anteckningar är väldigt viktiga. Jag använder också appen Habitica för att hålla reda på vad jag ska göra varje dag - äta middag, städa, promenera - samt lägga upp att göra-listor. Habitica är en stor hjälp i vardagen. Kalkylatorn är bra eftersom jag inte är så bra på huvudräkning. Apparna Eniro och Google. Jag spelar spelet Turf för att komma ut och promenera (www.turfgame.com). Appar för lokaltrafiken är livsnödvändiga.
Kalender. Keep. Maps. Kalkylator. Skärmdumpar ofta. Använder i perioder mindomo, timestock,
Kalendern för minnet. Notiser/larm. Hälsan. Har Applewatch kopplad till. Dokument. Office. Mailen. Påminnelser. Kameran. Molnen/lagrings-apparna.
Wunderlist, Reseplaneraren, Willys
Medisafe påminna om mediciner
Legimus, Veckoschema med bildstöd, kalender,
Kalendern, alarmet, memoblocket.
Nej, jag har provat många men inga funkar för mig, jag behöver nog en person som säger åt mig, mobilen kan man ignorera.
SMHI Wikipedia mm

Vägvisare,
Det är för jobbigt utformat för mig igen. Jag fick mobiltelefon '95. Jag hatar designen, att det alltid varierar, att navigera på skiten och slutligen - att inte ha plats för apparna, för då ska jag betala ännu mer för ett större minneskort. Det enda som hjälper nu är Bank ID, Google Maps, ljudinspelning för möten och Musikspelaren så jag kan stänga ute ljud lite eftersom det är så absurt som att arbetsterapeuter inte kan skriva ut hörselutestängande hörlurar till de med Aspergers och liknande fast det är så vanligt att tycka sorl är jobbigt.
Legimus
röst memo
Kognition
Svårt att säga, kalkylator och kartor använder jag oftast
Kalkylator, kalender
Wheelmap anmälning av problem inom kommunen, Tex vägunderlag o. Dylikt som är svårt i rullstol Pill reminder Resetjänst Malmö (färdtjänsten) Skype Bank Nyheter Meditation Hjärnträning; peak, fit brains Tinnitus
Timern Alarm Kalendern Kalkylator Reseplaneraren Musikspelaren (spela upp avspänningsövningar vid ångest) Bankappen
Kalender med larm så att jag inte missar tider eller saker jag har planerat...
Kalender, alarm, Call recorder, kalkylator
Pskfiver många digitala minneslappar
1Password, håller koll på mina lösenord, betalkort och allt annat viktigt. Buy me a Pie! - familjens delade inköpslista Week - kalender som håller koll på vad jag ska och när, Trello projekthanterare för familjeprojekt, Mindmaster - mindmap och brainstorming Meistertask - checklistor och projekt Due - håller reda på vilka mediciner och när jag tagit dem. Genvägar - olika snabbkommandon för att trigga olika funktioner i luren för att jag ska orka använda luren. Musik -olika listor med musik för olika syften. Utestänga omvärlden och fokusera, pigga upp, lugna ner etc Timers - ha koll så jag inte drunknar i hyperfokus. Aktivitet - ha koll samt trigga rörelse Andas - komma ihåg att andas när jag stressar upp mig. Apple Watch - hjälper min iPhone att påminna mig med taktiska signaler på handleden.
Påminnelser Anteckningar
Kalkylator, Almanacka, Träningsappar, Garmin Connect, Whats App mfl
Anteckningar där jag skriver kom i håg-listor.
Jag har inte en av de apparna
Har tyvärr inte kommit på "de där" bra sidorna.
Svårt att hitta tex appar som kan hjälpa om man inte vet att det finns. Eller att det man behöver kostar en massa pengar.
Kartor, kalender, anteckningar
Tydligen kalender
Färdtjänstappen
Kalender, klocka
Handi och den vanliga kalendern i Android telefonen. Resound/ hörapparater Dyson AC/ fläkt Folktandvårdens 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.
Anteckningar. Kunna skriva för hand i skärmen med en touch pen.
Kalkylator
Nej.
Klocka/Alarm/tidtagarur, Kartor, Swish, Handelsbanken, Mobilt BankID, SL, Miniräknare, Google Översätt
Nej
Jag vet inte vad man ska göra med dom, har aldrig öppnat dem om jag har dem?
Kalkylator och Google kalender och kartor
Kalender, kalkylator, kamera, alarm, app för väder, app för kollektivtrafik
Google kalender, att kunna dela min kalender till min sambo.
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.
Jag fotar mkt o använder fotobehandlingsappar, skriver anteckningar, reseGPS, epostar, surfning, helt enkelt mkt informationssökning

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 goggla först för att komma till rätt ställe
Bankappen, notes, alarm
Kalkylator, Resledare, Akila, Legimus, Översätt, Waze....
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 nånstans 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.
Be my eyes seeing ai movie talk syntolkning
Foto, listor, timstock alarm. evernote Google keep
Reseplanerare, kalkylator, weather, notes, kalender, alarm, pomodoro timer
Alla. Har inga onödiga appar. Men skulle behöva en pekpenna med liten spets för att kunna använda vissa funktioner, utan att behöva köpa t ex en dyr Note.
Google keep
Är så många att jag inte orkar räkna upp den.
Använder anteckningsappen med tal till text mycket när jag behöver hjälp med att förstå vad dom sägs. Saknar en bättre funktion för detta.
Bildtelefoni, texttelefoni, tal till text
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.
Kalkylator skulle behöva tips av någon för att veta hur jag faktiskt kan få hjälp
Påminnelser, larm/väckarklocka, kamera/bilder (kan ta kort på nedskriven information)
Google kalendern med aviseringar. Kalkylator Google eartha, så jag kan se en bild på huset jag ska till.
Samsung har inbyggd inställning som förstorar och har bättre kontrast.har största skärmen också.
Kartor, TAKK, Kalkylator, Bring(matinköpslista), Messenger, Outlook
Legimus - Har inte i mobilen, men hemma. Skulle haft legimus i mobilen om han haft en modernare telefon. Kalkylator är alltid bra att ha.
Cykelkarta.
Tänker inte på någon särskild.
Kalender med påminnelser då mitt minne är påverkat. Kalkylator eftersom jag inte klarar huvudräkning längre.
Larm, så jag kommer ihåg tider jag ska passa. Ovärderligt!
Kommer inte ihåg just för tillfället.
Inga
Jag använder google kalender för alla små saker jag behöver komma ihåg. Utan den vore jag "lost". Använder tal till text funktionen på iphone/ipad de dagar då armarna är för svaga. Mm

Att kunna skriva anteckningar karta är till stor hjälp när min hjärna är trött pga för mycket intryck.
Schema
1Password!! Bästa appen i mitt liv! Den håller reda på alla lösenord, kort, medlemskap med nya lösenord som bara jag kommer åt!! Things, iWeek, BuyMe a Pie, påminnelser, genvägar, due, medicinpåminnelser, ledda meditationer, Tree, Trello, ToDoist, Wayze, Skånetrafikens app, iBooks, Musik, Olika spel, SMS Park, Klarna, Swish, Träning... Listan är oändlig, men de jag räknat upp ligger på min hemskärm, för de är mina verkliga hjälpmedel. Utan dem är jag förlorad, både yrkesmässigt och privat eftersom jag inte har någon tidsuppfattning och därmed glömmer allt som har med tidpunkter att göra.
Vet ej
Almanackan(för att påminna mig själv), sms (som jag använder till att skicka påminnelser till mig själv), kalkylatorn (för kolhydraträkning), sms för att hålla kontakt med familj och vänner. Notes där jag skriver upp olika saker om min diabetes.
YR,. FB, Messenger, epost, banken m.m
Kalenderappar, har haft motivationsappar som hjälper för ADHD.
Pill reminder mm
Kalkylator
Medicin påminnelser i app, kalendern med påminnelser, appar för barnens aktiviteter med påminnelser väldigt bra för någon med skadat minne.
Kalkylatorn, kartor
Jag har ett tangentbord som inte är i telefonen men kopplad till den. Jag kan inte använda touchskärm p.g.a. mina nervskador i fingrarna. Jag har även penna. Men framförallt en icke svensk-haitier köpt telefon för att få knappar.
Kalender. Mindfulness. Spotify. Anteckningar. Diktafon.
Avslappnings övningar ifrån när hälsan
Alarm, kartor, Ica (handlingslistor mm.) Bank bank ID, Enhetsomvandlar, Kalkylator, anteckningsapp m. påminnelsefunktion, kalender
kalkylator, vägvisare.
Kalendern, anteckningar
Kalender med påminnelse-meddelanden. Sveriges radio, g-mail Internet m sökruta Spotify Kalkylator SMHI
Inköpslistan: jag kan när som helst lätt tala in varor jag kommer på att jag behöver köpa. Sedan stryker jag dem allt eftersom jag handlar. Kalendern, tidslarm, kalkylatorn, Västtrafik ToGo mm
i love hue för att skärma av och fokusera om jag mår dåligt.
Maps är väldigt bra att använda för att få hjälp att hitta ställen man inte varit på innan.
Mobilt bank id Sparbankenikarlsham Kalkylator Google First vet Gmail 1177
F-bok, messenger, skype, adlibrisletto, storytel, outlook, tidningsappar
Snapchat/Instagram!
Kalkylatorn, timer, GPS, note program, påminnelse m.m
bankide, bankappen, Läser en påvägve räkning finns det en Qr god bana att skänka på den så kommer att T* fo i mobilen o bara att betala räkning*na
Kalkylator ICE Länstrafiken 112 Förstoringsglas Resrobot Google maps Ficklampa
kalkylator för jag kan inte räkna för stora nummer
legimus och förmatchningprogram

Dator

Har du tillgång till en dator i ditt hem?

	Procent	Antal
Ja	87%	259
Nej	12%	35
Vet inte	1%	3
	Totalt	297

Hur kunnig är du på att använda en dator?

	Procent	Antal
Jag har tillräckliga kunskaper för att använda en dator	67%	198
Jag kan använda dator men skulle behöva mer kunskaper eller hjälpmedel	20%	60
Jag kan inte tillräckligt om datorn för det jag vill använda datorn till	9%	26
Jag kan inte alls använda dator	3%	8
Vet inte	1%	4
	Totalt	296

Hur tycker du det är att använda dator?

	Procent	Antal
Lätt	44%	113
Varken lätt eller svår	46%	119
Svårt	7%	19
Vet inte	2%	6
	Totalt	257

Har du några hjälpmedel till din dator?

	Procent	Antal
Ja	16%	42
Ja, men jag behöver fler hjälpmedel	6%	16
Nej	65%	166
Nej, men jag skulle behöva hjälpmedel	7%	17
Vet inte	6%	16
	Totalt	257

Begripsam helt enkelt

Markera gärna vilka hjälpmedel du använder i din dator!

	Procent	Antal
Bildtelefon	4%	5
Förstoring	25%	35
OCR-program	7%	10
Ordprediktion	5%	7
Punktskriftsdisplay	0%	0
QR-scanner	6%	9
Röststyrning	4%	6
Skärmläsningsprogram, typ Jaws, VoiceOver	4%	5
Speciell mus	20%	29
Speciellt tangentbord	15%	22
Stavningskontroll	44%	62
Tal till text	7%	10
Talsyntes/uppläsningsprogram	11%	15
Datorn i sig är mitt hjälpmedel	53%	75
Annat - beskriv vilket	16%	23

Annat - beskriv vilket
Alla mina digitala enheter (Klocka, telefon, platta och dator) synkroniserar med varandra, ger mig tillgång till allt material som finns sparat eftersom de alla är synkroniserade och uppdaterade i realtid! Det för mitt liv så oändligt mycket lättare!
Behöver inga hjälpmedel för närvarande
Brusreduserande hörlurar
Har inga hjälpmedel men även om jag är mycket kunnig på datorer kan jag max sitta 7,5 minut åt gången pga mina funktionsnedsättningar och en datorskärm flimrar mer än en smartphone så jag anv extremt sällan datorn.
Har tillgång till röststyrning på jobbet "Voice express
Hdmi sladd till andra skärm då behöver jag se flera saker samtidigt.
Inbyggda funktioner såsom skärminställningar, stänga av ljus bakom tangenter m.m.
Jag skulle vilja ha en smart app i datorn för att planera min vardag, där jag kan skriva upp hur ofta jag t ex ska städa, vilken slags städning som ska utföras osv. Jag vill kunna gå tillbaka i appen för att se hur och vad jag gjort föregående veckor.
Klockan (komma ihåg tiden)
Mousetrapper
My abilia
Personlig assistent
Skriptblockerare som tar bort animationer etc
Skulle vara bra att ha OCR-program. Större bokstäver (påsatt) från syncentralen.
Skärm som ska dämpa limmet. Fungerar dåligt.
Speciell pekare, särskilt stöd osv. men behöver mer ...
Tangentbord är fult o svart
Voice over
Zoomtext - inverterad text och val av storlek
min man
stor skärm, bra högtalare

Begripsam helt enkelt

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

Stavningskontroll kalkylator scanner skrivare förstoring kopiering av text klipp in
Vet ej vad jag har
Men det går inte att påverka grundinställningarna i Word så att kontrasterna blir större.
Zoomtext med tal
Word
Nej
Stavningskontroll och kalender
zoom text, talsyntesprogram, Zaida ordprediktion, förlångsammad musfunktion som gjorts större och svartare
Nej
Mina spel
Stavningskontrollen är bra. Jag har alltid haft lätt för stavning men tycker att det har blivit lite svårare som medelålders. Dessutom skriver jag snabbt och gör gärna slarvfel, där är stavningskontrollen till stor hjälp.
Voice Xpress har varit bra men är beroende av bra headset och jag hittar nog inget mer bra, usbtypen är inte bra.
Zoom Text.
Kalkylatorn används förvånansvärt ofta. Spelen håller mig vid liv genom att låna mig ett annat liv ett tag. Jag önskar att jag hade stol så inte kroppen gick sönder och domnade bort, och tangentbord och mus så det är lättare att skriva och inte få ont.
Office
Kalkylator Numbers (har ett dokument med budget för att hålla koll på ekonomin)
Största fördelen är att min dator, min iPad, iPhone och Apple Watch alla synkroniserar automatiskt med varandra i realtid så oavsett vilken apparat jag använder så får och ger tillbaka, alla apparaterna samma information samtidigt. Det är ovärderligt
AutoHotKey
Kalkylator ... skärmklipp för minnet, analoga klockor (men jag saknar klockalarm och påminnelsefunktioner), fästisar för påminnelser, word och andra liknande som hjälper en att skapa påminnelselistor ... fastän jag redan har för många ...
google chrome och flera google appar
Ingen aning
Vet inte, jag skulle behöva en demonstration först - vad använder man dem till?
Nej.
Klockan (komma ihåg tiden)
När datorn krånglar, kraschar är man helt såld. Jättedyrt och otympligt att ta en dator till en datorfirma för lagning
Word är nästan det enda jag behöver.
Jag har aldrig fått kläm på det.
Zoomtext magnifier reader. Förstoring med tal. Toppen
Wordpad, kalkylator, kalender
Alla. men saknar tal till text.
Påminnelser, post-lappar som app
Zomtext
Har som sagt "Voice Express" (tror jag att det heter) på jobbet, även om jag inte alltid använder det.
Jag har svårt att använda den stationära datorn för att jag inte klarar att sitta upp mer än några minuter åt gången. Så jag använder den väldigt sällan
Notepad
Office
1Password!! Bästa appen i mitt liv! Den håller reda på alla lösenord, kort, medlemskap med nya lösenord som bara jag kommer åt!! Things, iWeek, BuyMe a Pie, Spark, Pages, Numbers, påminnelser, genvägar, due, medicinpåminnelser, Trello, ToDoist, Skånetrafikens app, iBooks, Musik, Olika spel, SMS Park, Klarna, Swish, Träning... Listan är oändlig, men de jag räknat upp ligger på min hemskärm, för de är mina verkliga hjälpmedel. Utan dem är jag förlorad, både yrkesmässigt och privat eftersom jag inte har någon tidsuppfattning och därmed glömmer allt som har med tidpunkter att göra.

Skulle nog vara bra om jag kunde
Använder oftast datorn till att skriva Word-dokument, ibland parallellt med att jag söker efter information på Internet.
Vet inte använder inte ofta
Röstinspelning
Använder det vanliga.
kalender
Office
Släktforskningsprogram o olika Arkivprogram etc
Jag använder dator som min Ipod, men har svårt komma ihåg inloggningen
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
kalkylator

Surfplatta

Har du tillgång till en surfplatta?

	Procent	Antal
Ja	57%	168
Nej	41%	123
Vet inte	2%	6
	Totalt	297

Hur kunnig är du på att använda en surfplatta?

	Procent	Antal
Jag har tillräckliga kunskaper för att använda en surfplatta	57%	159
Jag kan använda surfplatta men skulle behöva mer kunskaper eller hjälpmedel	16%	44
Jag kan inte tillräckligt om surfplattan för det jag vill använda surfplattan till	6%	17
Jag kan inte alls använda surfplatta	10%	27
Vet inte	12%	33
	Totalt	280

Hur tycker du det är att använda en surfplatta?

	Procent	Antal
Lätt	55%	91
Varken lätt eller svår	33%	55
Svårt	9%	15
Vet inte	3%	5
	Totalt	166

Begripsam helt enkelt

Har du några hjälpmedel till din surfplatta?

	Procent	Antal
Ja	20%	32
Ja, men jag behöver fler hjälpmedel	4%	7
Nej	58%	95
Nej, men jag skulle behöva hjälpmedel	10%	16
Vet inte	8%	13
	Totalt	163

Markera gärna de hjälpmedel du har i din surfplatta

	Procent	Antal
Bildtelefon	8%	6
Förstoring	29%	22
OCR-program	5%	4
Ordprediktion	12%	9
Punktskriftsdisplay	1%	1
QR-scanner	19%	14
Röststyrning	11%	8
Skärmläsningsprogram, VoiceOver	8%	6
Stavningskontroll	43%	32
Tal till text	13%	10
Talsyntes, uppläsningsprogram	13%	10
Surfplattan i sig är mitt hjälpmedel	68%	51
Annan, ange vad	12%	9

Annan, ange vad
Alla mina digitala enheter (Klocka, telefon, platta och dator) synkroniserar med varandra, ger mig tillgång till allt material som finns sparat eftersom de alla är synkroniserade och uppdaterade i realtid! Det för mitt liv så oändligt mycket lättare!
Blåljusfilter
Har sett att några funktioner finns men för det mesta kommer jag inte på hur jag gör. Som bildtelefon går ju använda messinger men tillviktiga saker går det inte. Vill kryssa i tex Surfplatta i sig är mitt hjälpmedel, eftersom den är det för några saker och skulle kunna bli mera men vet inte om det går skriva i annan, ange vad så törs inte ifall nästa sida kommer direkt automatiskt då. Ibland lyckas jag dock hitta en bra funktion men av tillfällighet så vet inte hur jag hittar tillbaka när jag behöver som mest. Vet inte om stavningskontroll är mest irriterande eller nödvändig så har den på f. S. H. Sk. Ocrprogram vet jag inte vad det är. Låter som nåt för räkningar. På tal om det så var det lättare den korta tid man kunde skanna sina räkningar. Nu drar jag mig till jag får påminnelse för orkar inte. OCR numret är ju så långt, suck. Och ofta fastnar jag på nåt och kan inte gå vidare. Vill ha ett enklare system. Tar förmkt energi när man måste göra om samma sak gång på gång också. Nåt s
I stort sett lättare "tillgång" än smartf. och dator
Ska ha en egen digital planner där då gillar att teckna med touch pen. Men håller på lära mig att designa den själv.
kan anteckna och scanba in text som jag kan göra anteckningar på.
kommunikationshjälpmedel
texttelefon

Begripsam helt enkelt

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

Be my eyes
Nej
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
Penna
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.
Röstinspelning, anteckningar, Maps, studiehjälpsappar, musikspelare, WebMD (Jag hatar att besöka vården om jag inte absolut måste, så förutom mitt eget huvud använder jag gärna denna för att bedöma om jag bör söka vård. 1177 har nästan dödat mig två gånger så hellre detta).
Samma smart telefon.
Största fördelen är att min dator, min iPad, iPhone och Apple Watch alla synkroniserar automatiskt med varandra i realtid så oavsett vilken apparat jag använder så får och ger tillbaka, alla apparaterna samma information samtidigt. Det är ovärderligt. Alla mina maskiner har samma appar så listan under smartphone gäller för alla mina apparater.
Har inte en av de apparna
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.
Min platta är låst
Nej.
Kalkylator
Jättemkt appar liksom i min smartphone
Jocce. Kartor av flera slag, GPS. SMHI, Och jag använder internet mycket via plattan.
Ingen spec
Timstock evernote
Alarm
Alla
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.
Kommer inte på nåt..... molnet....
Samma som mobilen. Samt att jag sätter upp surfplattan på en ställning vid sängen och då kan titta på netflix mfl utan att nacken hamnar i en felställning
1Password!! Bästa appen i mitt liv! Den håller reda på alla lösenord, kort, medlemskap med nya lösenord som bara jag kommer åt!! Things, iWeek, BuyMe a Pie, Spark, Pages, Numbers, påminnelser, genvägar, due, medicinpåminnelser, Trello, ToDoist, Skånetrafikens app, iBooks, Musik, Olika spel, SMS Park, Klarna, Swish, Träning... Listan är oändlig, men de jag räknat upp ligger på min hemskärm, för de är mina verkliga hjälpmedel. Utan dem är jag förlorad, både yrkesmässigt och privat eftersom jag inte har någon tidsuppfattning och därmed glömmer allt som har med tidpunkter att göra.
JW. Libary kan vara felstavat eller andra små o stora bokstäver. Där kollar jag filmer jag laddat ner och då kan jag se dom när nätet inte funkar. Den får jag hjälp av Jehovas vittnen att klara. Mobilens kalkylator använder jag men vet inte om det är en app. Skulle vilja ha GPS när jag går i skogen för att slippa ringa polisen när jag gått vilse som jag varit tvungen. Vill ha många appar men största problemet är brist på minne och koden man ibland måste fylla i. Bra dock när en bekant kan använda en app och berätta resultatet för mig. På sin mobil förstås.
Vet ej
Bank, Spotify, Yr, Swich, FB,Messenger, Storytel, foton, kamera, olika spel, m.m
Legimus
Vägvisare, kalkylator.
Widgetgo, ritprat2

Kommer inte ihåg vad de heter.Använder ityvärr 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.
F-bok, messenger, skype, Adlibrisletto, Storytell, outlook, tidningsappar
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
kapten mobility den säger vart jag är o frågar hur jag vill ta mig hem. kan välja gång, buss, flyg m.m. den fungerar som en gps o varna för saker o hur många trappsteg m m. 720 kr engångs bellop

Bakgrundsuppgifter

Ange åldersintervall

	Procent	Antal
Under 16 år	1%	4
16–24 år	5%	13
25–34 år	14%	40
35–44 år	19%	54
45–54 år	33%	92
55–64 år	19%	54
65–75 år	6%	17
76 år eller äldre	2%	6
	Totalt	280

Vilken är din könstillhörighet?

	Procent	Antal
Man	13%	37
Kvinna	83%	238
Annan	1%	4
Jag vill inte svara på den frågan	3%	8
	Totalt	287

Är svenska ditt första språk?

Värde	Procent	Antal
Ja	94%	259
Nej, ange i så fall ditt förstaspråk	6%	18
	Totalt	277

Nej, ange i så fall ditt förstaspråk
Finska (4)
Tyska (2)
danska (2)
Dansk
Danska
Franska

Kurdiska (Surani), Arabiska, Persiska
Kurdiska och turkiska Svenska
Nederländska
Polskt
Serbokroatiska
Spanska
finska

I vilket län bor du?

	Procent	Antal
Stockholms län	25%	73
Uppsala län	5%	14
Södermanlands län	0%	1
Östergötlands län	6%	17
Jönköpings län	4%	12
Kronobergs län	2%	7
Kalmar län	1%	4
Gotlands län	0%	1
Blekinge län	1%	4
Skåne län	14%	40
Hallands län	2%	5
Västra Götalands län	13%	38
Värmlands län	4%	11
Örebro län	2%	7
Västmanlands län	2%	5
Dalarnas län	4%	11
Gävleborgs län	3%	8
Västernorrlands län	2%	6
Jämtlands län	3%	8
Västerbottens län	3%	10
Norrbottens län	2%	5
Vet inte	1%	2
	Totalt	289

I vilken typ av ort bor du?

	Procent	Antal
Stad	58%	167
Mindre samhälle	23%	65
Landsbygd	18%	53
Vet inte	1%	2
	Totalt	287

Begripsam helt enkelt

I vilken typ av boende bor du?

	Procent	Antal
Hyreslägenhet, vanlig	38%	108
Bostadrättslägenhet	19%	55
Villa, hus	36%	104
Gruppboende	2%	7
Servicelägenhet	3%	8
Annat stödboende	1%	2
Jag är hemlös	0%	0
Annat, beskriv vilket	1%	4
	Totalt	288

Annat, beskriv vilket
Enligt f-kassan så är man rik o får betala själv alla sina hjälpmedel
Inneboende i bostadsrätt
Personalbostad

Får du hjälp av någon i din vardag?

	Procent	Antal
Ja	37%	107
Nej	63%	181
	Totalt	288

Vilken typ av hjälp?

	Procent	Antal
Hemtjänst	22%	23
Personlig assistans	12%	13
Boendestöd, stödpersoner eller liknande	60%	63
God man/Förvaltare	25%	26
Annat, ange vad	31%	33

Annat, ange vad
Föräldrar (2)
Arbetsterapeut
FFel! Jag har ingen hjälp av denna typ men min man gör en stor insats.
Familj
Familj dagligen
Familjemedlemmar
Hemtjänsten funkar inte så det går nu bort och god man funkade inte så den är också borta. Behöver kanske boendestöd - men då hjälper det inte att man har minnesproblem eftersom man även måste ha en psyk-diagnos ... Dåligt!
Kommunal hemsjukvård
Maken
Maken hjälper med det mesta
Man och barn
Man, barn, kompiser
Min man
Min man hjälper mig mycket

Min man.
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.
Mina föräldrar
Mina föräldrar får lösa av varandra i att ta hand om mig och hushållet fast de är sjuka, eftersom boendestödet inte fungerat de åtta år jag haft det och jag klarar inte förändringen i att bo på ett boende. Förvaltningsrätten ålade först mor, sjukpensionär, att VARA mitt boendestöd.
Nattpatrullen
Personalen hjälper mig
Personlig assistans 24 h/dygn
Psykolog
Städhjälp
bra stöd från KomSyn,region Skåne
flickvänen
föräldrarna
hjälp av vuxna
ledsagning, fru och ledarhund. Fru bor på annan ort, så deltid.
make
min fru o min ledsagare
vårdnadshavare, korttidsboende

Bor du tillsammans med någon?

	Procent	Antal
Ja	60%	165
Nej	40%	112
	Totalt	277

Vem eller vilka bor du tillsammans med?

	Procent	Antal
Sammanboende, partner eller gift	79%	130
Barn under 18 år	36%	60
Hemmaboende barn över 18 år	14%	23
Bor med mina föräldrar eller en förälder	11%	18
Delar bostad med en vän (eller flera) – kollektivboende	1%	1
Annat, ange vad	3%	5

Annat, ange vad
Dotter som kommer hem från gruppboende på helger och storhelger
Har inneboende
När fru bor på annan ort behöver jag be andra om hjälp
Varför ska ni veta det här?

Begripsam helt enkelt

Vilken är din högsta avslutade utbildning?

	Procent	Antal
Grundskola	10%	28
Grundsärskola	1%	4
Gymnasium	21%	60
Gymnasiesärskola	5%	14
Yrkesutbildning/Yrkeshögskola	11%	31
Folkhögskola	6%	16
Högskola eller universitet	41%	119
Annan, beskriv vad	5%	14
Vet inte	1%	2
	Totalt	288

Annan, beskriv vad
Datateknisk utbildning
Ej börjat skolan än
Grundskola, påbyggnad komvux, många kurser.
Går i grundsärskola nu
Har inga slutbetyg varken från grundskolan eller gymnasiet men gick 10 år i grundskolan och 4 år på gymnasiet, i Rh-anpassad klass.
Har ingen avslutad grundskola
Ingen . Klarade ej av grundskolan heller . Utan betyg .
Inget avslutat gymnasium och ingen avslutad högskoleutbildning men delvis genomgått båda.
Sminkös
Till teckenspråkslärare
anpassad grundskola
anpassad skolgång, inga betyg
särvex

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

	Procent	Antal
Arbetar	32%	93
Arbetslös	6%	18
Hemma med barn	1%	4
Pensionär	10%	28
Sjukskriven	24%	69
Sjukersättning/Förtidspensionär	43%	124
Daglig verksamhet	8%	23
Aktivitetsersättning	6%	16
Studerar	7%	21
Annat, ange vad	6%	17
Vet inte	0%	0

Annat, ange vad
50 % arbetar 50 % pensionär
50% sjukpensionär 50% arbetsför.
Arbetar ibland som PA
Arbetsskadelivränta (utmattning klassad som arbetssjukdom FK)
Arbetsträner
Eget företag
Engagerad i den ideella sektorn
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 för lite hjälp och stöd, både i form av terapi och juridiskt och i hemmet och med skolan för att inte bara gå ner mig djupare i depression och isolera mig. Jag går på konvent tre gånger om året och är rädd för vad mitt liv blir när jag fyller trettio och inte längre kan få pengar för särskilt aktivitet och förevigt får ge upp på skolan. Jag är fortfarande inskriven på NTI, de är så snälla, på världens lägsta procent. Men boendestöden började sluta och familj dog och ingen kunde hjälpa mig med hemmet, för att inte nämna studier. De utförsäkrade pappa fast han är så sjuk, för att han bekämpat reumatismen med att vara i värmen på vintern - fast det kostar mindre än att värma upp i Sverige på vintern. De tyckte han var arbetsför då, så han behöver arbeta mer och kan inte hjälpa lika mycket. Det var efter hans mamma dog och min kusin blev arg för att det inte fanns ett stort arv, så hon trodde han stulit pengar och låg på FK i månader när de avslog att udnersöka eftersom han varit sjuk
Hemma för att familjen ska fungera, organiserar och hjälper barnen för att vardagen ska funka för oss alla fyra.
Ideellt arbete
Jag är sjukskriven för utmattning, var egenföretagare men blev tvungen att avveckla mitt företag när jag blev sjuk. Sjuk av stress över att skyddsnät och skola totalt fallerat när det gäller barnen med NPF . Är sjukskriven men arbetsträner och är sakta påväg tillbaka till arbetslivet.
Lönebidrag anställning 40 %
Tar hand om barn med funtionsnedsättningar och tar hand om min man med schizofreni.
Utvecklingsanställning
delvis korttidsboende
utan någon som helst ersättning

Vilken inkomst har du per månad?

	Procent	Antal
0 kronor	5%	15
1 – 4 999 kronor	3%	8
5 000 - 9 999 kronor	16%	46
10 000 - 14 999 kronor	28%	81
15 000 - 19 999 kronor	12%	35
20 000 - 24 999 kronor	11%	32
25 000 - 29 999 kronor	6%	16
30 000 - 49 999 kronor	8%	23
50 000 kronor eller mer	0%	1
Jag vill inte svara på den frågan	10%	28
	Totalt	285

Begripsam helt enkelt

Hur fick du information om den här undersökningen?

	Procent	Antal
Via e-post	34%	98
Via Facebook	43%	122
Via en tidning	0%	0
En vän tipsade mig	4%	11
Från min organisation	17%	48
Annat, beskriv hur	11%	31

Annat, beskriv hur
Afasiföreningen (2)
Begripsam (2)
Den bara dök upp på min Android
Dök otippat upp i facebookflödet.
Från Neuroförbundet
Från Värmlänningen (en taltidning)
Från arbetsplats
Från min dagliga verksamhet
Från min lärare
Förbundet Sveriges dövblinda
Gruppen "Godmanskap och förvaltarskap"
Habilitering och hälsa
Har glömt det nu eftersom detta tagit så lång tid men tror fb
I skolan av min lärare
Jobbet, daglig verksamhet
Lärare på särvux
Min DV
Min dotter via facebook
Mina assistenter personliga
Minns inte
RTP nyhetsbrev
förälder
god man har svarat
min lärare
organisation
på jobbet
via er hemsida
vårdnadshavarens organisationskontakter

Är det något du vill tillföra?

Jag önskar att det var mindre cookies lättare med inloggning kom ihåg saker
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

sorterade och grupperande krävs, men ändå klart energikrävande att leta. Har imgen superlösning, men tror det är fler än jag som får soppatorsk när de ska hitta sin swish- eller bankapp t ex.
Det är jätteviktigt att jag har kunniga personer att fråga om hjälp och som kan anpassningar, kan laga dem och föreslå nya. Region Skåne KomSyn har hjälpt mig jättemycket ! Min familj ordnar min dator och kontaktar för att få hjälp när jag behöver, utbildar mina assistenter
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.
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 efts 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.
För mig har datorer och smartphone inneburit ett jättelyft. Handlar inte bara om det jag beskrivit ovan. Ett av mina intressen är fotografering. Är inte jättebra på foto men tycker om bilder, redigerar i Photoshop och lägger ut på Instagram. Eftersom jag har lite sämre bildminne och inte kan se bilder framför mig betyder fotograferingen jättemycket för mig. Jag kan också släktforska via datorn, vilket är väldigt roligt. Däremot läser jag inte böcker digitalt, jag läser mycket men föredrar pappersböcker.
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.dy.
Det borde idag vara en mänsklig rättighet att ha åtminstone en av dessa, särskilt om man är handikappad. Det är allt. Och att de borde sluta göra plattor och telefoner mer och mer bräckliga. Spruckna skärmar är svåra att läsa på. Före skatt är enormt missvisande när man har både inkomst utan och med skatt. Jag har inget hushåll, jag betalar två halva hyror för att min hyresvärd gick emot hyresnämnden och ändrade i min lägenhet så jag inte kan flytta hem men måste betala hyra för ersättningslägenheten. Pappa får ströjobb och får tack och lov lön när han hjälper mig, mamma har sjukpension. Det blir lite svårt då, när jag betalar två halva hyror och el så gott jag kan och de andra halvan så gott de kan. Inte alla som betalar EN normal hyra. Plus att pappa har en egen hyra egentligen, men inte ville att jag skulle ta livet av mig för att jag inte kunde flytta tillbaka om de inte återställer min lägenhet. På två lägenheter, i snitt, är det kanske skattepliktigt 28000 Sen får mor och jag 6000 i handikappersättning och bostadstillägg ihop. Jag har inte haft råd med ledarhundsutbildnignen än, så mycket går till försäkring, hundmat, vård m.m
Svårt att få pengarna att räcka
Gillar inte sociala medier,typ Facebook,Twitter,instagram och bloggar. Gillar att tala öga mot öga med människor. Medierna innehåller alldeles för mycket trams och elakheter och mam kan alldeles för lätt påverka andra. Jag vill välja och tänka själv.
Nej. Men tack for allt job ni gör
Detär svårt när man bor på landsbygd och sällan träffar barn och barnbarn pga långa avstånd att tillgodogöra sig all ny it-teknik.Det är viktigt att studieförbund, organisationer, banker, kommuner, rehabinstitutioner etc satsar större resurser på att ge framför allt äldre större kunskaper. Jag vet och kan ganska mycket och är van datoranvändare men det finns oändligt mycket mer jag skulle vilja lära mig på ett enkelt sätt.
Det är fantastisk teknik men tar tid från annat!!!
det är dyrt att anskaffa om man inte anser sig behärska det eller vet vad man skall köpa.
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.
Jag hade behövt hjälp till att fixa swish Bank id
Tänk på oss dyslektiker. Det går inte att vi med små inkomster måste köpa nya dyra apparater med mer avanserad teknik för att vi är tvungna att ta oss in på olika system.
Flera av sidona / 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 webläsare följer relevanta webstandarder

Jag skulle önska lära mig mer om det och ha tillgång till såväl dator som surfplatta.
Det skall stå i lagen att myndigheter, sjukvård m.m. inte har rätt att hänvisa alla till enbart internet eller telefonsvarare (som ofta är helt undermåliga och kräver omöjligheter)! Jag har ofta fått vara stöd åt äldre människor och även några unga, som är helt vilse och isolerade pga. att de inte klarar internet ... och de klarar heller inte av telefonsvarare, så de ger upp och blir deprimerade. Det är katastrofalt och helt kriminellt att behandla snälla människor så här! Om det här skall fortsätta får staten inrätta gratistjänster med människor som ställer upp 24 timmar om dygnet för att hjälpa till med internet!! Men värst är att ingen tar ansvar över alla som blir hackade, får sina datorer förstörda osv. och som inte har pengar att lösa problemen!! Det här är orättvist, inhumant och rent ut sagt kriminellt att behandla människor så här!! Fruktansvärt hänsynslöst och illvilligt!
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 aspie 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 funkisar 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 proffetionella 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 korrumperad 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 funkisfamiljemedlem utan känna en börda.
Ska resultaten användas för att driva på politiker? Det verkar så.
Det suger
Man vill veta och kunna mycket mer men jag önskar också att det går att få lära sej utan att det kostar, har inte så bra ekonomi.
Nej.
Kommentar från registratorn: Personen bor i kolonistuga i närheten på sommaren.
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.
Ni frågar om man har hjälp i bostaden. Då svar man nej om man inte har extern hjälp. Men jag är ju sambo och i det livet hjälper man varandra. Era svarsalternativ sviktar flera ggr.
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 programmens 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.
Att enklare hjälp finns tillgänglig gratis via chatt vid svårigheter man stöter på i sitt surfande med internet. Vissa tekniker på support har svårt att förstå att man inte hör och att man inte förstår dataspråk. Som hörselskadad är det oerhört viktigt med text tydlighet och repetion för att förstå information som ges och kunna gå vidare.
Har varit sambo, sen flyttade vi isär och nu bor vi typ ihop igen.
Det finns så många ljud och saker som blinkar och poppar upp i telefoner och datorer och internet. Dessa bryter min koncentration. Skulle vilja ha ett läge att ställa in så en slipper det.
formuläret förändrade ej beroende på vad jag svarat. Hat jag ingen surfplatta kan jag ju hoppa över eftföljande frågor kring behov alt så får ni fråga om vilka behov jag har för att vilja kunna använda en surfplatta :-) vissa frågor är ej besvarade då svarsalterntiven ej syntes. bra checkrutorna
Om talsyntesmjukvara skulle vara bättre på både svenska och engelska, skulle jag använda det på allt för att underlätta. Det är inte svårt som det är nu, men med min extrema fatigue letar jag alltid efter sätt/grejer som sparar energi. Ju lättare saker

är desto fler saker jag kan göra på en dag.
Avstår från vissa e-tjänster enbart p g a kostnadsskäl. D v s tycker vissa tjänster/produkter är för fyra.
Som hörselskadad är internet och datorer det bästa sättet att kunna kommunicera för mig.
Är trött på att alla tar för givet och självklart att det skall dominera ens liv. Om man inte använder sig av det (ex när det gäller vård och bank) förstår folk sällan att det är ett aktivt val man önskar att göra. (precis som när man vill behålla kontanter) och bemöter en ibland som man vore idiot.
Internet möjliggör mitt liv, främst det sociala men även att kunna beställa och få hemkörning av varor gör att jag slipper belasta maken även med detta. Men tillgängligheten till vården via internet måste bli mycket bättre. När man har ME/CFS så är kardinalsymtomet PEM = på svenska ansträngningsutlöst försämring. Varje vårdbesök som måste göras på en mottagning gör oss sämre efteråt, i dagar eller veckor (för de svårast sjuka är vårdbesök omöjligt pga att det ger extremt lång och t om permanent försämring). Det finns inte heller ME/CFS mottagningar mer än i ett fåtal regioner. Det behöver komma fler och vården måste göra hembesök samt använda videosamtal samt ge möjlighet till skriftlig kommunikation för dem som är för sjuka för att klara av muntliga samtal
Att skeiva så här mycket på en enkät gör rätt ont.
Det vore bra om icke-kunniga individer lät bli att bestämma vad som är ett hjälpmedel och vad som inte är det. Att hjälp kan fås efter behov och inte efter handläggares eventuella kunnighet. Det verkar som det finns hög kompetens för hjälpmedel till individer som inte klarar sig själva utan måste bo med stöd på ett eller annat vis. Vi som skulle behöva kognitiva stöd för att inte få utmattningssyndrom ovanpå (den diagnosen som som ett brev på posten till min 45 års dag) funktionsnedsättningarna. Ser man frisk och välvårdad ut, och kan tala samt skriva bildat, verkar det som om en inte kan vara funktionsnedsatt. Jag önskar det fanns möjlighet att få ut en summa att köpa de hjälpmedel man själv behöver för istället för att man ska behöva välja de hjälpmedel som används för individer på gruppboenden. Att inte ens få lov att välja vilken digital plattform man vill använda sig av är under all kritik. Jag är en IT-tech nörd och jag förstår och kan arbeta med de flesta datorer. Ska jag däremot ha struktur på mitt liv och min vardag så fungerar Apples produkter bäst för mig. PC/Android produkter är produkter som kräver att jag löser problem samt svarar på märkliga frågor om problem jag inte förstår flera gånger per dag. Apple har en styrd plattform som är utvecklad utifrån människor och deras behov, inte utifrån teknik och teknikens behov. Därmed är Apple-produkterna mer intuitiva, att de dessutom synkroniserar sig i realtid, har kapat en massa användarsteg och låter en gå direkt in och göra det man vill göra är det enda som faktiskt kan få mig att ANVÄNDA mina digitala enheter som hjälpmedel. PC/Androider är för bökiga, för många steg för att nå fram och för mycket som inte stämmer mellan olika program vilket leder till att jag inte använder de program jag behöver för att ha kontroll och struktur på min vardag. Och jag är inte ensam om den här uppfattningen. Alla jag stött på med samma typ av kognitiva funktionsnedsättningar håller med hela vägen. Ja, alla utom programmerare, de vill själva ändra program/appar så det passar just dem och då är Apple helt värdelöst för det går inte. Just den styrda Apple-plattformen gör att alla godkända program och appar fungerar friktionsfritt med varandra och därmed blir de digitala enheterna hjälpmedel istället för källa för irritation.
Även om jag klarar av datorn hjälpligt känner jag med alla, oftast äldre, som inte gör det. Vårt samhälle måste inkludera dessa människor oxå. Det måste, precis som denna enkät, finnas flera olika alternativ.
Skulle gärna göra det om inte hjärnan blivit slut så orkar inte tänka mera. Kanske att en av de dummaste är att man måste köpa ny så ofta. Ibland bara för att de plötsligt inte går ladda. Dyrt. Jag vill ha tillgång till anonym hjälp gratis eller billigt irl som kommer hem och både löser mitt problem och visar hur man gör. AT borde även lära mig GPS, sömnanalysapp, stegräknare och minnesgrejer mm Jo nu kom jag på vad jag mest behöver. Nån neutral som rekommenderar den bästa för mig både apparater och abonnemang mm till bästa pris och som kan fixa att de funkar och garantera teckning mm
Är för trött nu
Tack for allt job ni gör Med Venlig Hilsen Tina
Det är viktigt att det blir mer tydligt att det ör många som har svårt med dator och Internet. Inte bara äldre. Jag är inte ensam om att må dåligt av flirt. Att jag inte kan anförda tousch-skärm begränsar mycket. Doro gjorde en smartphone med knappar men det var ett kort tag. Jag har tur som har familj i andra länder än här. Den svenska marknaden är mycket oligopliserad och dåligt utbud. Det gör att det blir svårt. Att få veta om hjälp på nätet är svårt. De som jobbar med rehab o dyl saknar också kunnande.
För mig är allt med skärmar förknippat med stora svårigheter pga mina funktionsnedsättningar så jag behöver ett mindre digitaliserat samhälle för att fungera bättre. Jag har varit sjukskriven i fem år o mina nedsättningar har inte förbättrats o jag har svårt att se att de skulle göra det men andra hjälpmedel heller tyvärr. Jag har skrivit att koncentration o ljuskänslighet är värst när det gäller skärmar men jag är även ljudkänslig så även om jag får något uppläst för mig så är det lika jobbigt pga att koncentrationen tryter även där o pga ljudkänsligheten. Det är dock lättare att läsa ett papper eftersom ögonen orkar längre då o jag kan stänga ute omkringliggande ljud med proppar. Koncentrationen är såklart en svårighet även med pappersformat men övriga nedsättningar funkar som sagt bättre o då orkar hjärnan koncentrera sig längre också.
Kommentar från registratorn: Har angett att han får hjälp med internet.

nej
Försäkringskassan är otroligt krångliga och komplicerade och är inte lätt när man redan har mkt problem att förstå deras röriga beskrivningar och besked.
Kommentar från registratorn: Godeman sköter räkningarna via internet. Hon skriver att hon inte har några hjälpmedel. Bor ensam med sin katt. Har gått grundskola och grundsärskola.
Jag får ingen hjälp av samhället med mina svårigheter med teknik, ansökningar, aktivitetsrapporten osv, eftersom jag är gift. Så min man har ett tungt lass att dra för att hjälpa mig på alla områden pga mina minnesproblem.
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.
Era frågorna är svåra här på internet :/
Det är svårt att hänga med i teknikutvecklingen när man är socialt isolerad. Då har man ingen att fråga och lära sig av.
Kommentar från registratorn: Jag har kunnat datorn mycket bra före 170410 (olyckan)
Nej
Tycker det är synd att neka folk med handikapp hjälpmedel pågrund av att de bor i en villa eller bostadsrätt. Det är politikernas fel att det finns för få hyreslägenheter.
Det sker så många snabba förändringar som gör att jag måste lära om varje gång jag besöker en hemsida. Skapar en stor stress ovanpå all stress med skärmarna och att utföra en uppgift då jag är ute på internet. Måste finnas tydlig info på myndigheternas sida hur jag kan nå dem via telefon. Telefonsvarare med olika val är väldigt svåra att förstå. Behöver ringa många gånger innan det blir rätt.

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.