

Sjukskriven

- Hur personer med olika funktionsnedsättningar använder internet

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

Antal svarande: 159

Publiceringsdatum: 2020-03-10

Begripsam

www.begripsam.se

Stefan Johansson

Stefan.johansson@begripsam.se

0708-23 10 64

Om rapporten och undersökningen

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

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

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

Innehåll i rapporten

Om rapporten och undersökningen	2
Diagnoser och svårigheter	3
Internet.....	8
Smart telefon.....	28
Dator.....	32
Surfplatta.....	34
Bakgrundsuppgifter	36
Begripsam AB	42

Diagnoser och svårigheter

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



	Procent	Antal
ADD	9.4%	15
ADHD	17.0%	27
Afasi	3.1%	5
Autismspektrum (Autism, Asperger)	24.5%	39
Bipolär	1.9%	3
CP	0.6%	1
Depression	31.4%	50
Dyslexi	6.3%	10
Dyskalkyli, matematiksvårigheter	6.3%	10
Döv, barndomsdöv	0.6%	1
Döv, vuxendöv	1.3%	2
Dövblind	1.3%	2
Epilepsi	3.8%	6
Grav hörselnedsättning	3.1%	5
Grav synnedsättning	5.0%	8
Hjärnskada, förvärvad	8.2%	13
Huvudvärk, migrän	23.3%	37
Kommunikationssvårigheter	13.2%	21
Koncentrationssvårigheter	43.4%	69
Kroniskt trötthetssyndrom	22.6%	36
Känslig för starka intryck (flimmer, ljus, ljud)	43.4%	69
Läsvårigheter	10.1%	16
Minnessvårigheter	37.1%	59
MS	13.2%	21
Parkinson	3.1%	5
Räknesvårigheter	7.5%	12
Rörelsehinder, finmotorik	18.9%	30
Stroke	6.9%	11
Självförtroende/självkänsla, bristande	23.3%	37
Skrivsvårigheter	8.8%	14
Social rädsla	13.8%	22
Språkstörning, DLD	1.3%	2
Svårt att förstå	4.4%	7
Svårt att lära mig nya saker	18.2%	29
Svårt att komma igång eller avsluta saker	41.5%	66
Svårt att sitta	8.2%	13
Svårt att behålla fokus på en uppgift	33.3%	53
Talsvårigheter	5.0%	8
Ångest	28.9%	46
Annan, beskriv vad	30.8%	49

Annan, beskriv vad
Utmattningsyndrom (4)
MCS (2)
ARFID (selektiv ätstörning) BMI under 13
Als
Ataxi
Beroende
Blåsstörning/rik, synstörning Diplopi
Bulbär ALS
CMT, neuropati, svårt att gå pga muskelatrofi
Emotionell instabil personlighetsstörning
En form av ALS
Hjärntrötthet
Hjärntumör
Hypermobilitet, konvexitetsmeningiom frontallob
Inväntar neuropsykiatriskutredning pga misstänkt autism/asperger
Kan inte gå
Komplett paraplegi
Krampar, motorisk störning
LGMD
MS Fatigue
Me/cfs
Motorik- och koordinationsstörning, cerebral synnedsättning som innebär svårigheter att tolka synintryck
Muskeldystrofi
Myasthenia Gravis
Nackskadad på fyra kotnivåer
Narkolepsi
PTSD
PTSD & ME/CFS
Psoriasisartrit, kroniskt smärttillstånd ev fibromyalgi, trötthet
Reumatiska och neurologiska sjukdomar (Har fler än de listade)
Smärta i ben
Svårt hjärntrött
Transversell myelit
Utmattning
Utmattningsyndrom
angiödem allergi. Det är mat allergi, dessutom autism gör att man tål inte viss mat heller.
cadasil
grav hjärntrötthet och energilöshet
höger sida förlamad, afasi o aproxi efter svår stroke
polyneuropati, artros
svårigheter med grovmotorik,skilja på höger och vänster osv.
whiplash, fibromyalgi
Är ofta i min egen värld (schizoid personlighetsstörning?)
Ätstörning UNS, Utmattningsyndrom (upprepade gånger)

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

Vi som är svårt nackskadad kan inte sitta vid en dator i traditionell ergonomisk position vilket gör att vi inte kan använda datorer och det är ett livsnödvändigt arbetsredskap i Sverige idag, inte bara för att 85% av alla jobb i Sverige är datorbaserade utan också för att alla vardagstjänster är det, t.ex. betala räkningar, fylla i papper till Försäkringskassan, hitta info om tåg- och flygtider, boka biljetter, hitta via kartor etc etc.

Nackskadad efter olycka

Nej

Jag har Ushers syndrom typ2.

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.

Jag har både somatiska och psykiatriska diagnoser - mkt svårt för vård, kommun och landsting att hantera och förstå !

Även utmattningssyndrom

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

Usher syndrom

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

Utmattningsdepression GAD

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/promblem jag upplever. Pga att jag inte fått diagnos förens vid 42 års ålder har jag nog dragit på mig en del biddiagnoser.

Vad innebär ytterligare? Aspergers och ADHD i kombination är väldigt ofta i konflikt och det är svårt att bena ut vilken av de diagnoserna som behöver stöttas upp där och då. Eller vilken nedsättning som är från vilken diagnos. Ängest och oro är livspåverkande. Men samtliga svårigheter och diversiteter är främst så påtagligt ignorerade av 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? Ängest? Här har du medicin. Fungerar inte? Nehe - här ta en ny då. Ge det tid.

Går hjälpligt m rollator o ben/fotortos vä ben

Mina muskler förtvinar runt skuldror och bäcken.

Diagnos NF2, tumörer på hörsel och synnerver.

Diagnostiserad med TM Transversell Myelit. Lokaliserad på C3 & C4.

Dystoni orsakas av en störning i hjärnans rörelsecentrum som styr muskel aktiviteten. Detta kan ge upprepade ofrivilliga rörelser som skakningar och muskelsammandragningar och/eller onormal kroppshållning. Lider av hjärntrötthet.

Jag kan inte ta simultana ljud, hjärnan kapsejsar totalt i stimulumiljöer (shutdown), har synstörningar och balansrubbingar 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.

Går nu på Neurologens Dagrehab och undersökningar har visat att jag har kraftig Fatigue. Gör att jag är sjukskriven sen 18 mars.

En lågdragen utmattning sedan 2006 utredd av neuropsykiater, återkommande depressioner som blir djupare, svårare. Påverkar vardagen i allt hela tiden, lever i portionsbitar.

ME är så funktionsnedsättande, har ingen livskvalité

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.

Jag har Parkinson, Stiff person syndrom, Sjögrens syndrom, gikt, fibromyalgi samt ett antal sjukdomar i organ, bla resttillstånd efter sköldkörtelcancer och återkommande pankreatit (ej drog- eller alkoholinducerad). Ingen av sjukdomarna ger i sig svåra funktionsnedsättningar för närvarande, men kombinationen gör det ibland mycket svårt att klara vardagen.

Musklerna förtvinar då de inte får nerviimpulser. Börjat ibenen men finns nu även i armar.

Balanssvårigheter. Går med käpp, men långsamt

När inte kropp och huvudet inte samarbetar

Hjärndimma som ger minnessvårigheter, koncentrationsproblem och svårt att ta in information. Våldigt ljudkänslig.

Kronisk utmattningssyndrom, GAD, rullstolsburen

ryggmärgsinflammation

Alla mina nedsättningar har med min MS att göra. Förmodligen hade jag inte haft dem om jag inte haft MS.

Minnessvårigheter som i svagt arbetsminne

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

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.

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.

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.

Retinitis Pigmentosa kikarseende mindre än 5 graders synfält.

Glömmer bort vad det var jag skulle göra på smartphonen när jag öppnar den och ser att jag har meddelanden som jag då öppnar istället för att göra det jag skulle. Eller om jag ska göra en sökning på nätet kan jag glömma vad jag skulle söka efter när jag ser den senaste sidan jag var inne på. Får pushnotiser från Update, som verkar integrerad i min version av Samsung Galaxy A3 och som inte finns som en app o därför inte går att välja bort eller stänga av ljudet på vilket stör mig i det jag håller på med.

Tröttheten är värst, även om jag inte har gjort något fysiskt blir jag otroligt trött.

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 mental fatigue och är värmekänslig.
Balanssvårigheter, muskeltrötthet, spasmer i benen, gångsvårigheter, Svårigheter m finmotorik i händer Pga uttalad artros-stelopererad. Går hjälpligt korta sträckor med skenor o fotbäddar
vuxendöv, men lite hörande med hjälp av cochleaimplantat och hörapparat
Insjuknade 2012-09
KAN INTE GÅ MÅSTE RIKA MIG MÅSTE SKÖTA TARMEN MÅSTE TRÄNA MÅSTE LEVA I OKUNSKAP
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
Psma- progressiv spiral muskelartrofi. Kan knappt gå. Även påverkan på armar. Muskelryckningar och små muskelkramp i hela kroppen.
Har Fatigue som inte vill släppa efter.
Är största delen hemma bunden. Vilar och Sover på dagarna. Orkeslös. Måste spara på den lilla energi jag har.
Är under utredning sen 5 år tillbaka för trolig Ms.
Lider av hjärntrötthet p.g.a min förvärvade hjärnskadan.
Jag kan inte delta i samhället på grund kemikalier i bl a hygienprodukter, städprodukter, tvätt- och sköljmedel.
Stroke och afasin mycket jobbig.
Har även utmattningssyndrom och ej utredd skrivsvårighet
Har diagnoser atypisk autism,adhd som ev ändrats till add.Har fått gad diagnos,lidee av panikångest och undviker platser kopplade till ångest.Har ptsd.Ska utredas vidare inom bipolaritet.Har språkstörning och en variant av dyslexi.Har svårigheter med att skriva text.Har stora matematiksvårigheter.Har inte fått diagnoser på pappret kring dyslexi ,dysgrafi eller dyskalkyli.Hab säger att dem ingår i mina svårigheter kopplade till autism och adhd.Jag vet att det vore praktiskt att få paper på svårigheterna.
Vänster sida neglect, ingen uppmärksamhet (seende)
Parkinsondiagnos 2006 hanteras helt gm medicinering Stroke 2017 vilket ledde till rörelsenedsättning höger sind, fr.a. handen samt afasi. Kan skriva lite med vänster hand
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)...

Internet

Använder du internet?

	Procent	Antal
Ja	99.4%	158
Nej	0.6%	1
	Totalt	159

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	59.1%	91
Det är svårt att söka information	11.0%	17
Det är svårt att navigera, att hitta till rätt ställe	18.8%	29
Det är svårt att använda tjänster (till exempel fylla i blanketter, köpa och beställa saker)	14.9%	23
Det är svårt att förstå innehåll	8.4%	13
Det är svårt med lösenord	29.9%	46
Det är svårt för att design och utformning är störande	21.4%	33
Det är svårt för att det inte fungerar med mina hjälpmedel	5.2%	8
Det är svårt men jag kan inte beskriva varför	3.2%	5
Vet inte	3.2%	5
Annat, beskriv vad	21.4%	33

Annat, beskriv vad

Afasi --> svårt att läsa o skriva

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

Deprimerande, förstärker ensamhetskänslan.

Det är svårt att sälla 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 är saker utanför det jag ska fokusera på som rör sig el/och låter tex reklam

Det är svårt pga nackskadornas fysiska placering. Jag ligger ner och använder enbart min mobiltelefon. Något annat är inte möjligt och jag får inga hjälpmedel och har inte råd att köpa dem själv. Hemtjänst och sjukvård erbjuder ingen hjälp med denna sorts hjälpmedel och tjänster/ärenden till nackskadade.

Då jag har en synskada som påverkar användandet blir jag sämre vid dataskärm.

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.

Har inte några besvär

Har inye råd med bredband hemma och måste jämt ställa mig i kö på biblioteket och får då bara sitta en timme.

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

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

Har svårt att ta mig igenom stora textmassor.

Hittar inte alltid talsynteser

Händer som domnar efter några minuter

Jag glömmar vad jag skulle söka efter nå nätet då jag ser den senaste sidan jag var inne på. Kanske så för normalstressade ibland också. Vore bra för folkhälsan att minska ner på intryck där det inte är nödvändigt som i detta fall tex. Om man vill se vad man senast tittade på vore det nog bättre att aktivt klicka på den sidan vid senare tillfälle så man inte blir avledd och störd i det man skulle göra.

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

Jag orkar endast i korta stunder pga fatigue o flimmer från bildskärmar som gör mina ögon trötta.

Låg anpassning av hemsidor för använda

Mitt hjälpmedel på datorn JAWS fungerar dåligt. Jag brukar försöka med iPad med skärmläsare

När jag inte förstår känner jag mig utanför. Det är som kinesiska för mig. Inte nu längre, jag går i skolan och lär mig data. Varje onsdag.

Om det är på tid.

Ska inte använda wi-fi och mobil, vilket begränsar det hela.

Svårt att läsa och skriva pga afasin, svårt att veta vilka "knappar" som ska tryckas på
Tycker det är jobbigt att lära sig de olika sociala reglerna för olika forum och hemsidor så undviker att kommunicera även om jag kanske vill
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.
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.
flashar med reklam är mycket störande
har lätt att tappa fokus när jag läser, blir svårt med all reklam som stör i synfältet, eller dålig layout. Har också svårt när det är maskinöversatta texter eller bara dåligt språk.
känslig för skärmar p g a hjärnskadan
nej
synskada gör det svårt samt nackskada

Varför använder du inte internet?

	Procent	Antal
Det är för svårt	100.0%	1
Jag har ingen internetuppkoppling	100.0%	1
Det är för dyrt	100.0%	1

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

Framgår av tidigare anteckningar.
Svårt hitta det jag vill
Svårt med vita bakgrunder. Hittar inte alltid talsynteser
Det är så oerhört mycket information, så det blir jättesvårt när man som jag har problem att sälla bort det som är irrelevant. Det är svårt att hålla fokus på det man försöker leta efter, när allt är designat för att man ska klicka sig vidare åt all möjliga håll. Det är också svårt att följa med i videoklipp mm när de plötsligt bryts av reklam. Jag tappar koncentrationen och måste gå tillbaka och titta igen för att hänga med i var jag var. Ibland kan man köpa premium för att slippa reklamen, men det har jag inte råd med.
Svårt i med allt i dag Kräver att man har bank id
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
Mycket reklam som stör så man inte hittar.
Osäker på om jag gör rätt när det inte är tydligt och designen har brister.
Lösenord är svårt för ibland behöver man ändra och det kan få till följd att jag har olika att komma ihåg. Vidare kan vissa sidor som bankens bankid ha tidsgräns för att logga in. Då går det inte.
Svårtillgängligt pga att jag alltid måste låna på bibliotek
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 beskriva via att skriva långa text är omöjligt.

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).

Komma ihåg användarnamn och lösenord

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

Även om jag bara är 46 år så är jag inte redo för den digitala världen. Handlar ogärna på nätet och fylla i blanketter gör jag inte heller enkelt på nätet.

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

Har bara mobil och all info syns inte mm

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.

Det är dator över lag. Vill hellre prata med folk, då det är lättare med frågor och följdfrågor.

Rörigt svårt att kunna hålla koncentrationeb

Kan ibland vara svårt med otydliga sidor, rörliga sidor.

Det är inte svårt med internet.

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

Se föregående svar. Gillar inte heller när man inte känner igen webbplatser, t.ex. vid uppdateringar så man inte hittar eller det inte fungerar som tidigare.

För långa texter

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

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

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.

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

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

Att det är svårt att få en personlig kontakt via sms, mess el mail om man tex söker uppgifter.

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.

Hjälpmedel på datorn JAWS funderar dåligt med webbläsare, iPad med talsyntes är enklare

Det är svårt att använda internet de sidorna är så olika Och ibland har mycket om ditt språk har dålig kontrast och funktionella funktionaliteten inte är vad den borde vara

Det skulle vara bra om man kunde kategorisera de sidor man vill läsa senare för tydlighetens skull.

Eftersom lösenorden är så långa och omöjliga att minnas använder jag programmet Keeper som hjälper mig. Jag betalar en årsavgift.

Just för att det är en skärm jag ska titta på vilket inte är bra för mina diagnoser.
Det är för komplicerade webbsidor så då laggar min mobil och jag hinner trycka flera gånger för att det inte händer något och det resulterar i att Internet tror att jag har tryckt på flera efterföljande saker så jag behöver ofta backa eller göra om.
Kan vara svårt m finmotoriken i händerna
rörlig reklam som stör det jag verkligen vill titta på, ger en enorm hjärntrötthet
Det är väldigt mycket intryck på en gång.
när man kommit fram till söktplats är det svårt att gå vidare till sökt underrubrik.
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
Att det är så mycket information som gör att jag har svårt att ta in det so. Är viktigt och svårt att avgöra vart jag ska.
Pga ljuskänsligheten så är det lättare att läsa på papper.
Det är lätt att bli 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.
Det är svårt att få kemikaliefria produkter när man beställer på nätet eftersom företag sprutar doftsprayer och de som packar varorna använder parfymerade hygienprodukter.
Not optimal navigation for use with Keyboard Little support for open source software (bankid no longer supported on Ubuntu)
Det är ibland svårt att hitta rätt information och jag kan spendera mkt tid men få lite gjort pga det.
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,förloar ofta text som skrivs i formulär och jag behöver göra om.
Blir tröt på att läsa på skärmen , små bokstäver
Informationen måste vara enklare, och större bokstäver.
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	25.9%	41
Nej	70.3%	111
Vet inte	3.8%	6
	Totalt	158

Vad brukar du be om hjälp med?

Allt som rör alla digitaliserade tjänster jag inte klarar själv pga mina svåra nackskador, tex fylla i blanketter till FK, AF, boka resor, hitta resor, epostkorrespondens, betala räkningar etc, etc. Alla vardagsärenden. Inga datorbaserade arbeten kan utföras av mig om jag knite får tillgång till hjälpmedel och det får jag inte eftersom man måste ha en anställning för att få hjälpmedel och jag har förlorat mitt jobb som forskare där ju dator är det främsta arbetsredskapet pga min funktionsnedsättning.
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.
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.
Tillgång till saker på tex mina vårdkontakter. Kan vara svårt att räkna ut vad som ligger under vilken rubrik.
Min man betalar räkningar och hjälper mig åt t ex skaffa mobilt bankid.
Hjälpmiddel

Ansökningar, blanketter

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 information,

Mina döttrar brukar hjälpa mig med bokningar m. m.

Att skriva, arbeta vid skärmen. betala räkningar.

Allt o inget de är olika.

Dotter hjälper vid behov. Kommandon, kopiera, rensar i dator

betala räkningar, köpa biljetter, boka saker (hotell, resa mm) sånt där det är viktigt att det inte blir fel.

Navigera . Fylla i uppgifter . Beställa order måste ha hjälp osv

Brukar be andra att söka efter något som jag inte vet hur jag ska hitta.

Sammanfattningar, hitta rätt adress m.m.

Sökning, blanketter, frågeformulär och betalningar vid köp

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.

Felsöka när internet inte funkar. Koppla ihop högtalare och andra trådlösa enheter till nätet och göra dem valbara genom tex Spotify. Backupa

Om jag inte lyckas med att få svar/ hjälp där jag söker. Ber jag sambon om hjälp.

Att hitta information. Tyda kartor på Google maps.

Att se lösenord sprutor program ibland även text då den är små och otrevlig

Söka efter specifik sak, ofta i samband med matlagning. Frågar vänner.

Om någon sida krånglar tex vid registrering vid inköp tex ber jag min man om hjälp då min ork snabbt tar slut särskilt vid krångel med dator. Samma sak med lösenord som det är jobbigt att ha koll på o behöva ändra ofta.

Min man och son får hjälpa mig då jag inte förstår att följa anstruktioner, det blir för mycket helt enkelt. hjärntröttheten slår ut förmågan att använda dator.

om jag kör fast

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.

Frågar hur jag skall göra med betalning av ett köp eller ifall jag förstätt informationen rätt.

Sortera. Det finns så mycket information att det är svårt att veta vilken info man ska fokusera på/prioritera först.

Brukar be min man om hjälp med inloggning.

Läsa texten

Personal på daglig verksamhet

Jag ropar alltid på hjälp. Jag vill få gjort det jag vill, annars kan jag inte sova på kvällen.

Internetbank, kontakt med myndigheter etc via webb hjälper min fru till med.

Allt möjligt, navigera, lösenord läsa o tolka

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...

Vad av detta använder du?

	Procent	Antal
Blogg, har en egen	8.9%	14
Blogg, läser andras	17.7%	28
Facebook	89.9%	142
Instagram	62.7%	99
Snapchat	19.6%	31
Dejtingtjänster	7.0%	11
Vädertjänster, typ SMHI, klart.se	75.3%	119
Musiktjänster, till exempel Spotify	60.1%	95
Kartor och vägvisning	76.6%	121
Spela spel	46.2%	73
Titta på TV-program, till exempel SVT Play	65.2%	103
Titta på Youtube	67.7%	107
Titta på Netflix eller andra streamingtjänster	53.8%	85
Lyssna på radioprogram	36.7%	58
Lyssna på poddar	44.3%	70
Läsa dagstidning	58.2%	92
Köpa biljetter till resor	58.2%	92
Köpa biljetter till evenemang	50.0%	79
Boka tider till sjukvården	62.7%	99
Boka tider till tandvården	25.3%	40
Mobilt BankID	91.8%	145
E-legitimation, som inte är Mobilt BankID	13.3%	21
Swish	84.8%	134
Betala räkningar	84.8%	134
E-handel, köpa saker via internet	79.1%	125

Biljetter: Vad är din inställning?

	Procent	Antal
Jag försöker köpa alla mina biljetter via internet	68.8%	106
Jag undviker om möjligt att köpa biljetter via internet	10.4%	16
Inget av alternativen passar mig	20.8%	32
	Totalt	154

Boka tider till sjukvården: Vad är din inställning?

	Procent	Antal
Jag försöker boka alla mina tider till sjukvården via internet	45.8%	71
Jag undviker om möjligt att boka tider till sjukvården via internet	29.7%	46
Inget av alternativen passar mig	24.5%	38
	Totalt	155

Boka tider till tandvården: Vad är din inställning?

	Procent	Antal
Jag försöker boka alla mina tider till tandvården via internet	30.5%	47
Jag undviker om möjligt att boka tider till tandvården via internet	28.6%	44
Inget av alternativen passar mig	40.9%	63
	Totalt	154

Mobilt BankID: Vad är din inställning?

	Procent	Antal
Det är lätt att använda Mobilt BankID	91.6%	142
Det är svårt att använda Mobilt BankID	3.9%	6
Inget av alternativen passar mig	4.5%	7
	Totalt	155

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	20.9%	31
Det är svårt att använda E-legitimation, som inte är Mobilt BankID	11.5%	17
Inget av alternativen passar mig	67.6%	100
	Totalt	148

Betala räkningar via internet: Vad är din inställning?

	Procent	Antal
Det är lätt att betala räkningar via internet	80.0%	124
Det är svårt att betala räkningar via internet	12.9%	20
Inget av alternativen passar mig	7.1%	11
	Totalt	155

E-handla: Vad är din inställning?

	Procent	Antal
Det är lätt att e-handla	69.5%	107
Det är svårt att e-handla	18.2%	28
Inget av alternativen passar mig	12.3%	19
	Totalt	154

Kommentera gärna din inställning till att göra olika saker på internet

Jag måste be någon om hjälp varje gång jag behöver utföra någon av de tjänster ni radade upp bland föregående frågor. Jag är helt beroende av andras välvilja, annars funkar det inte. Den ofriheten är extremt frustrerande.

Svårt förstå avtal ofta så litte text då

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

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

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

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

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

Sparar tid och sänker mina stressnivåer betydligt då jag slipper vara bland folk.

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

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.

Jag gör de saker jag kan och struntar i allt annat för jag kan ju inte.

Det är lättare att handla mm på nätet än i butik när man har långt dit och inte orkar. Sällskap och sysselsättning via sociala medier och spel när man inte klarar av att ta sig ut på egen hand.

Tycker generellt om internet, men har svårt när de flesta sidor är svåra i utseende och fel saker tar fokus, har svårt att vara säker på att det blir rätt, så läsa och kika runt är mer ok (gör inte så mkt om det blir fel), men t ex räkningar mm ber jag sambon om.

För mig som delvis rörelsehämmad och med starka smärtor är Internet guld. Kan fixa massor hemma och dessutom hålla kontakt med vänner

Osäkert/kännsligt

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.

Jag har lätt för det mesta på internet, men annars tar jag reda på och lär mig mer.

Kan ibland vara svårt att e-handla, mest pga alla valmöjligheter.

Jag gillar att man kan göra mycket utan att behöva prata med någon, till exempel köpa biljetter osv. Samtidigt tycker jag det är lite jobbigt ibland om man till exempel vill boka en tid hos vårdcentralen. Då kan man inte kommunicera om tiden man får om den passar, eller säkerställa att dom förstår ens problem. Vissa gånger är telefon bättre, även om det finns saker som är jobbiga med det också. Det är bra när det finns alternativa vägar vid behov.

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

Jag tycker att det fungerar bra för det mesta. Jag undviker plottriga webbplatser där jag har svårt att navigera. Ofta är det lättare att använda internet i mobilen, eftersom appar och mobilversionerna av webbsidorna oftast är mer avskalade och mindre plottriga. Jag använder inte 1177 för att ta kontakt med vården. Jag har Aspergers syndrom, vilket gör att jag har låg energinivå. Att då behöva gå igenom en massa steg för att skicka ett simpelt meddelande tröttar ut mig. Det var mycket lättare innan GDPR infördes, då kunde jag skicka meddelandena till vården via vanlig mejl.

Har svarat på detta i föra frågor.

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.

Jag gillar att använda internet. Då behöver man inte passa de allt mer krympande telefontiderna. Svårt när det gäller myndigheter att fylla i blanketter.
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.
Krängligt att fylla i allt från början på vissa sidor när det borde finnas i autofunktionen. Irriterande att betalning med kort är en säkerhetsrisk samt kräver att man fyller i massa saker. Swish borde funka på ALLT och inkludera reseskydd, avbeställningsskydd och allmänna konsumentregler. Hatar att behöva skapa 100 olika profiler och glömma lösenord varje gång
Det är svårt med olika inlogningar/lösenord. Att jag måste skapa en profil för att handla, borde räcka med bank-id.
Bara att lära sig, vi går mot en mera digitaliserad värld och är man delaktig kan man påverka
BankID har dålig Kontrast på tangentbordet
Internet är bra. Blir stressad av att prata i telefon.
När man svarar på vissa enkäter o tar en paus kan man inte fortsätta o göra klart. Väldigt stressande o gör att jag ofta låter bli att svara även om jag annars hade velat göra det. Vissa registreringar kan vara svåra att få igenom samt lösenordsskapande o dito ihågkommande. Borde kunna göras via bankide kanske bankide även som lösenord eller annan lättanvänd lösning.
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
Det blir för många val, för mycket information helt enkelt
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.
Saker kan vara svårt att göra över internet men det är ändå tusen gånger lättare än att göra dem i den fysiska världen.
Tycker det är bra. Då vet man vad som händer. Man kan följa sina vänner m.m. Få en slags kontakt med omvärlden.
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.
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.
Kan inte boka läkartid via internet tyvärr.Hade varit praktiskt.Fick problem med att bara få info på en webbplats och inget sms eller brev när jag försökte boka vc via nätet.Missade tid.Psykiatrin har ingen möjlighet att ta meddelanden el tidsbokning via 1177. Har svårt att betala räkningar så min man sköter det främst.
Afasi --> stora svårigheter
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 konkurrerats ut (kataloger etc).

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

	Procent	Antal
Aldrig	43.0%	68
Någon gång	22.2%	35
Varje månad	10.8%	17
Varje vecka	7.0%	11
Dagligen	10.8%	17
Flera gånger dagligen	6.3%	10
	Totalt	158

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

	Procent	Antal
Legimus	29.4%	25
Nextory	12.9%	11
Storytel	45.9%	39
BookBeat	15.3%	13
Biblio Library	15.3%	13
Annan, ange vad	15.3%	13

Annan, ange vad

AUDIBLE

Audible

CD-spelare

Easy reader

Har inte koll på hur jag kan få tillgång till böcker på annat sätt. Klarar inte att läsa böcker, för många bokstäver..

Länkar till ljudfiler hittar i olika forum

Spotify

Stadsbiblioteket

Vanliga biblioteket

YouTube

audiobookbay

lånar på biblioteket som mp3

sr-radio, acast

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

	Procent	Antal
Aldrig	3.8%	6
Någon gång	28.8%	45
Varje månad	30.1%	47
Varje vecka	28.8%	45
Dagligen	4.5%	7
Flera gånger dagligen	0.6%	1
Vet inte	3.2%	5
	Totalt	156

Vad tycker du om Försäkringskassans webbplats?

	Procent	Antal
Den är lätt	25.3%	38
Den är svår	60.0%	90
Jag har ingen uppfattning	14.7%	22
	Totalt	150

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

Det är svårt att hitta på den.
Svår att begripa (varför är infon som "sjuk", "funktionsnedsatt" två kategorier? Jag är funktionsnedsatt pga sjukdom. Det leder till problem vid ifyllnad av deras blanketter och alldeles för mkt ansvar läggs på användaren att klura ut när och var man ska fylla i vad. Om vederbörande är svårt nacksjuk är det mkt svårt att använda de digitala tjänsterna.
Hittar inte svar på det jag vill veta
Hittar dåligt
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.
I med kan ju inte utnyttja tjänst om inte har bank id tyvärr
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.
I stort fungerar det bra.
Knapphändig information, svårt att hitta.
Jag kämpade mig just igenom ansökan för sjukpenning, vilket tog tid för det var så mycket som skulle fyllas i, och det var ibland svårt att förstå, men när jag äntligen var klar och skickade in så fick jag "Något har gått fel..." och inget verkar ha sparats. Jag är sjukskriven för utmattnings och har använt dagens energi till ansökan, nu måste jag kämpa mig igenom det igen och räkna ut allt på nytt, med energi jag inte har.
Svårt att hitta på sidan. Svårt att veta under vilken rubrik saker ligger.
Den är rörig. Och bil man ha personlig konsult så får man leta länge efter ett telefonnummer. De vilket helst att man ska läsa sig till ett svar. Mycket information!
Den fungerar bra, dock är det synd o skam att försäkringskassan saknar empati och kränker oss funktionshindrade.
Bra
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.
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.
Ändras hela tiden och fungerar inte optimalt. Kan vara svårt att hitta rätt
Det är ibland ologiskt var man hittar tjänster. E-tjänster Inte dålig men formulär som tex ändra omfattning för sjukskrivning är onödigt knölig
Svårt att navigera
Inte alls. Man hittar inte. Jag är aldrig där. Vet inget om nåt.
Frågorna stämmer inte in på vad man kan svara. FK vill att man skall beskriva utförligt men rutorna ger inte plats till mer än om man brutit benet. Frågorna är aktivt och medvetet formulerade så att man (om man inte är jurist) inte förstår frågorna. FKs formulär är en skam.
Dåligt vad gäller kontak med fk, de har bara standardsvar.

Sidan är inte tillräckligt tydlig åt mig
rörig, svårt hitta bra info
Hittar inte allt lika bra som tidigare dvs den är sämre
När man som jag med bulbär ALS försökte kontakta min handläggare i början fanns inget annat sätt än att ringa. Det tog mig några veckor innan jag lyckades lösa det via mail till inläsningscentralen som fick kontakta min handläggare. Värdelöst.
Webbplatsen fungerar det är organisationen bemötandet och besluten som inte fungerar.
Vet aldrig vart jag ska börja leta
blä
Vissa sidor får man leta mycket för att hitta.
Rörig svår att navigera och konstigt att en myndighet för sjuka använder sig en sida som är svår för somliga sjuka
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
Adet går inte att hitta det man söker
inte logisk flera ärenden går inte att följa. svara komma vidare i ett ärende går ej. blanketter opedagogiska
Kunde ha varit mer strukturerad och därmed lättare att följa.
Det är svårt att hitta rätt bland tjänsterna.
Jag tycker att den är väldigt enkel att använda för det mesta. Informationen är tydlig och man hittar oftast vad man letar efter. Dock finns det en del saker som är svårare att hitta som man skulle kunna förbättra.
Svårt att få information
Svårt att anmäla sig sjuk med nya utförandet
Den är lätt att navigera på och är inte plottrig.
Lite för lite information. Ingen direkt kontakt. Deras app är värre.
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.
skit
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.
Tycker det är svårt att hitta rätt
Svårt att hitta, för mycket text
Krängligt att svara på frågor om det inte är tydliga frågor med en svars möjlighet. Svårt att räkna ut saker själv.
Den har blivit bättre men det är fortfarande mycket jobb kvar.
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. Nu 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 jättekrängligt. 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.
Jag skulle vilja kunna läsa om mitt ärende, mer i detalj. Nu står det bara inkommet intyg, utbetalningar.
De har dålig Kontrast och den är svår att överblicka speciellt när man använder läsplatta eller telefon
En kan inte skicka meddelanden till sin handläggare.
Istället för nischade notiser borde menyn komma upp direkt för att direkt kunna välja det område man skulle besöka så man inte glömmer o att det tar mer energi än nödvändigt. Det borde gå lätt att se vilken handläggare man har. Man ska inte behöva ansöka om utbetalning, det borde vara självklart man ska få det ändå. Dra ner på antalet steg särskilt för oss som har svårt för det. Annars går vi miste om pengar vi skulle ha fått om vi först visste om att man måste ansöka för att få de pengar man har rätt till (FK vet ju att de ska betala ut dem eftersom man anmält orsaken redan o lämnat intyg). Dessutom

måste man komma ihåg att be om utbetalning. Haft flera boendestödjare som inte lyckas få till en rutin att följa upp såna saker o har hört att flera har den erfarenheten. De behöver förbättra mycket vad gäller tydlighet. Eftersom det krävs bankide så borde man kunna se allt de har om en under förutsättning att det organiseras och layoutas på ett tydligt och begripligt sätt.

Fungerar? Inget fungerar

Den är både och, det saknas information som för socialförsäkringstagare skulle vara bra att veta. Själva webben är ok

Det mesta öppnas i nytt fönster eller så måste man ladda ner dokument.

Rörig och svårt att hitta det man behöver. Sen ändras ofta tjänsterna så de är annorlunda från gång till gång.

Man hittar aldrig det man letar efter. Varför kan man inte ta bort allt som gäller vabb etc när användaren är 60 ?

Det är mycket information och funktioner som inte finns på hemsidan. Det är ändå 2019, jag tycker det borde kunna vara bättre.

DÅLIGT UPPLÄGG HITTAR INTE VISSA BESLUT

Uruselt. Mycket svårtillgängligt att förstå om man har rätt information eller inte. Ett bra exempel på viktiga tjänster som inte fungerar trots stora insatser. Förmodligen till följd att de inte användr brukare i utveckling i tillräcklig utsträckning

Kan vara svårt att hitta rätt blankett.

Kränglig

Rörig o svår att hitta rätt

Det står vad man ska gör och är bara att följa instruktionerna.

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 komttaktat fk direkt om det varje gång. Har dock aldrig fått någon återkoppling.

Svårt att hitta innan man lärt sig.

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.

Mycket dåligt att man inte kan spara en påbörjad ansökan om sjukpenning. Det gör att jag inte lyckats fylla fylla i min ansökan på flera månader då jag har problem md bla koncentrationen.

Lätt att se vad som skrivs i mina brev.

Det är svårt att hitta "rätt" ibland används appen men ibland går inte det då ska man gå in via hemsidan.

Det går bara att lämna meddelanden om vissa ärenden. Svårt att hitta info om saker jag behöver veta. Rörig. Svårt att ta emot meddelanden.

Byrokrati

Väldigt stressig layout, gick bara in för att titta och stängde ner igen

Vad tycker du om Skatteverkets webbplats?

	Procent	Antal
Den är lätt	43.3%	65
Den är svår	24.0%	36
Jag har ingen uppfattning	32.7%	49
	Totalt	150

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

Hittar dåligt
Jag använder den mest när jag ska deklarerar eller nyss när jag ändrade folkbokföringsadress. Då har det funkat. Jag har dock inte provat att försöka navigera den i "krångligare" ärenden.
I med kan ju inte utnyttja tjänst om inte har bank id tyvärr
Ingen aning. Har aldrig sett den
Den här är jag van vid. Därför är den lätt för mig
Det gäller bara att veta var mitt ärende ligger under görflik
Det är alltid totalkaos när jag ska deklarerar, trots att jag inte ska ändra något utan bara skicka in! Mycket oklart hur man hittar slutlig summa skatt.
Rörig
Har inte haft promlem de gånger jag behövt.
Samma som f-kassans
Jag är aldrig där så jag vet inte
För mycket information ofta gammal.
Har inte haft problem med sidan
bra
Den är bökig att hitta information på.
ringer om jag undrar ngt, för svårt via internet.
Är ganska van vid den så tycker den fungerar bra
Lätt att logga in och göra sina ärenden, t ex deklarerar. Däremot svårare att hitta specifik information inom vissa ännen.
dåligt uppbyggd svårt att hitta. Pajar ofta
För mycket information som ligger dolt
Den är lite svårare att navigera på. Lite svårare att få en överblick och att hitta rätt information eller e-tjänst.
Bra. Detaljerad info. Bra struktur.
nej
Relativt lätt
Samma som fsk
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.
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.
Vem är svår att använda då den inte är logisk
Istället för nischade meddelanden som det första man ser borde man bara se meny. Bara irriterande med mer intryck än man ber om. Tar bort fokus på det man skulle göra.
Den är ganska lätt när man till sist hittat det man är ute efter.
DÅLIGT UPPLÄGG MED "EGNA" BLANKETTER
Har hittills varit lätt men det ksn bero av att jag gör det enkelt skattemässigt. Jag kryssar för
Besöker den inte mer än då jag ska deklarerar.
Lite för mycket information att bearbeta för kunna hitta rätt
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.
För mycket krav
Bra

Vad tycker du om Arbetsförmedlingens webbplats?

	Procent	Antal
Den är lätt	15.3%	23
Den är svår	18.7%	28
Jag har ingen uppfattning	66.0%	99
	Totalt	150

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

Svårt att hitta
Funkar inte alls för forskare. Den kategorin har nog aldrig funnits i deras "yrkeskategorier".
Jag har nästan inte använt den.
I med kan ju inte utnyttja tjänst om inte har bank id tyvärr
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
Sådär, varit struligt. Man tror man lämnat uppgift men den har då inte tagit emot fakta
Den har blivit väldigt mycket lättare sen jag var arbetsökande för två år sedan.
Det ända som jag vill klaga på är att personalen inte delar med sig av mail eller telnr på hemsidan.
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.
Jag är aldrig där så jag vet inte. Är sjukskriven från min arbetsplats = har ju jobb (ännu)
Kränglig och för många moment för att söka jobb.
svårt att säga varför jag tycker det är svår, kanske bara för mycket eller att det inte helt stämmer med vad de från försäkringskassan säger, eller att jag inte kan koncentrera mig så länge som behövs för att hitta. behöver inte heller egentligen af nu, har svårt för att fylla i blanketter så behöver ändå en person som kan svara direkt.
Ej använt
Har inte varit inne
Har inte använt den speciellt mycket, men lite rörig tycker jag.
Att söka i platsbanken fungerar superbra! Någon annan erfarenhet har jag inte av denna webbplats.
Har inte använt den på mer än ett år. Jag men förut var ungefär som FK sida.
Rörig. Svårnavigerad.
Den är också svår att använda den inte logiskt solat lite problemet här också inloggningen att flera hemsida De använder inloggning som
Mycket tydlig. Här tycker jag det funkar med notisformen kanske för att texten är väldigt kort o ingen bild. Dessutom ger texten en liten förklaring till rubriken vilken kan vara hjälpsamt vid npf i synnerhet. Texten bör dock vara väldigt kort o inte ge mer information än man behöver för att veta att det är vad man söker.
för många val att göra
Svårt att få kontakt, långa väntetider
Den förutsätter att alla kan jobba 100% och inget annat. Väljer hellre andra vägar för att söka jobb.
Har aldrig använt den
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
För mycket saker man ska fylla i.
Önskar kunna få mer hjälp personligen och inte bara via internet
De gånger jag varit inne på deras hemsida så har det varit enkelt, vet inte mer ingående.
Länge sedan jag var inne. Då krånglig och kunde förlora text som man lagt till.

Vad tycker du om 1177 Vårdguidens webbplats?

	Procent	Antal
Den är lätt	60.7%	91
Den är svår	28.7%	43
Jag har ingen uppfattning	10.7%	16
	Totalt	150

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

Jag gillar inte meddelarfunktionen. Den är inte alls användarvänlig. Bara utformad för sjukvårdens villkor, ej patientens.
Hittar inte
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!
I med kan ju inte utnyttja tjänst om inte har bank id tyvärr
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.
Deras sökmotor är under all kritik. Prata med Google är tipset. Man måste exakt veta vad avdelningen heter annars finns avdelningen inte.
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.
Ibland behöver jag klicka runt en del för att hitta rätt, men för det mesta är den relativt lätt att använda.
Den är super bra.
Det är förvirrande när det saknas flöde så jag vara kan få se all kommunikation. Vill ha vårdkontakt med alla frågor och svar som liknar sms.
Att man kan ej se alla vårdgivarnas skrivningar och vårdplan är mycket negativt
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.
Den är dålig.
Jag kan komma i snabb kontakt m mun neurolog Dåligt att inte kunna boka akuttider hos vårdc
Jag kollar bara i min journal ibland.
Stor, svårt att hitta
bra
Just nu efter förändring av sidan, tycker jag att den är svårare än tidigare, har problem med att hitta saker men fungerar inte, tider syns inte mm
Kag har kontakt med flera mottagningar på lasarettet men det går bara att spara 2 mottagningar. Dom andra måste jag skriva in igen och då gäller det att ha exakt rätt namn för att hitta rätt
Oftast fungerar den bra. Här haft svårigheter ibland.
kanske inte lätt, men mer ok. har också mkt mer förkunskaper om ämnet här, tror det hjälper mkt.
Lättåtkomlig info om allt
Lite krånglig. Kan göras mer användarvänlig.
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

ett skämt. finns ingen skyldighet att svara på frågor. de bevaras med att de sorteras till ansvarig läkare men de kan välja om de vill svara eller inte, och man får aldrig veta vad de vill . Inga skyldigheter för de olika mottagningarna att använda verktygen, Inte end inom samma Landsting/Region, inte på samma vårdinrättning, knappt inom mottagningarna. Ett stort skämt!!!
Dålig information om vissa sjukdomar, annars bra strukturerad.
Fungerar mycket bra! Informationen är bra skriven och lätt att hitta. Inloggningen är också bra och tydlig.
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
Bökigt att man inte kan boka tider därigenom utan blir enbart fler moment.
Att använda e-tjänsterna fungerar dåligt. Det är svårt att hitta rätt, att hitta min mottagning och att skicka ett meddelande är alldeles för jobbigt. Herregud, så många moment man måste gå igenom för att kunna göra det!
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.
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.
Fungerar ej
Lite rörig men det går ann.
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 drtvnprincip blir omöjligt att hjälpa dem med viktig medicin!
Haltande tjänst som känns för opplitlig. Det finns för många val. Det bästa vore att ens tidigare vårdkontakter fanns samlade baserat på personnummer för nu får en söka sig blå för att hitta rätt när mottagningar heter nästan identiskt.
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.
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.
Ja men såg att använda dåligt litet fält att fylla i personnummer
Enkel information.
Friordsökningen borde kunna förbättras med eoner! Lättare söka direkt på nätet än i deras frisök. Annars bra o konkret information. Kan vara svårt hitta mottagningar och se sin journal då den inte är utlagd på mun husläkarmottagning i alla fall.
Svårt att hitta rätt
SKIT OLIKA REGIONER ANVÄNDER OLIKA MYCKET OLIKA VÅRDINRÄTTNINGAR INOM SAMMA REGION ANVÄNDER 1177 EFTER EGET TYCKE OLIKA MOTTAGNINGAR INOM SAMMA INRÄTTNING ANVÄNDE 1177 EFTER EGET TYCKE INGEN GEMENSAM STRUKTUR FÖR HUR DET SKA ANVÄNDAS, MAN GÖR LITA SOM MAN VILL VISSA MOTTAGNINGAR KAN INTE ENS FÅ DIT BOKADE TIDER. FRÅGOR TILL LÄKARE KAN NONCHALERAS UTAN KONSEKVENSER. 1177 KOSTAR MÅNGA MILIJONER VARJE ÅR KOMMUNER OCH REGIONER HAR GEMENSAMT BETALNINGSANSVAR FÖR DETTA VIA CANCERSVULSTEN SKL. UPPHANDLINGEN HAR SÄKERT INTE GÅTT RÄTT TILL DÅ INERA AB ÄGS AV SKL.
Otydli, inte användarvänlig
Utmärkt guidning och information. De egna sidorna är dock inte alls användarvänliga. Man vet inte vägen in som användare. Ännu krångligare blir det om du har barn
Krånglig. När jag skulle inbokat tid så gick det ej för den enheten.
Den är lite rörig,
Den är bra. Man hittar det man söker efter.
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
Tydligt och enkel.

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.
Det förekommer felaktig information på deras webbsida och saknas information om vissa sjukdomar.
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.
För många moment att hitta och kommafram
Stor och skrikande layout, får ont i ögonen

Känner du dig delaktig i det digitala samhället?

	Procent	Antal
Ja	69.2%	110
Till viss del	27.0%	43
Nej	3.1%	5
Vet inte	0.6%	1
	Totalt	159

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

Framgår av tidigare svar. Nackskadade är exkluderade ur det digitaliserade samhället pga att de ej kan använda dator som arbetsredskap och inte får några hjälpmedel som kan hjälpa dem att delta i det trots att hela samhället är digitaliserat. Vi är exkluderade.

Bör kunna hitta talsyntser lättare och ändra bakgrundsfärg. Vit bakgrund är inte optimalt för tex mig

Att med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (ADHD och Aspergers) försöka vara delaktig i sociala medier är verkligen påfrestande! Man blir liksom översköld med så oerhört mycket information och intryck utan nån rimlig möjlighet att begränsa flödet! En vän beskrev det (väldigt träffande) som att "Det är som att stå på T-Centralen i rusningstrafik, med en rejäl baksmälla och det GÅR ALDRIG 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.

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.

Betalar räkningar, lyssnar böcker, läser nyheter. Bra vore om det gick på olika hemsidor förstora då man ser bokstäver i passande storlek

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.

Tack vare internet kan jag prata med mina vänner dagligen, även om jag inte mår bra. Kan även få stöd och uppmuntran av mina vänner när livet känns tungt.

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

Teckenspråk film

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

Snart hår min smartphone sönder och då har jag inte möjlighet att använda Internet mer hemifrån.

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

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 trigande interaktionsdelar som vore ett måste om 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.
Det är svårare för mig att ta till mig digital information än analog... Det digitala passar inte mig!
Eftersom jag har en grav hjärntrötthet som ger komplikationer hjärnmässigt så kan jag inte delta i det digitala samhället.
Känner mig lite efter.
Eftersom jag är långsam numera så tar det mycket längre tid för mig att vara delaktig i det digitala samhället.
Jag kan inte ha skärmtid mer än begränsat så det försvårar användandet, annars är utbudet bra.
Finns både för och nackdelar. Vissa skulle behöva träffas och leva i riktiga livet istället men kan även vara ett hjälpmedel för dom med svårighet
tror det behövs mer möjlighet till fokus och koncentration och ork i huvudet än vad jag har.
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.
Det styrs mer av inkompetent upphandling, utföranden och åtgärdanden så den personliga intrigiten blir kränkt. Det kostar dessutom offantliga skattepengar i onödan på en urkass upphandling och regler för användande. Detta har gjort att hela kåren av nördar kan leverera vad som helst, få betalt och i bästa fall rätta till saker sen Pengar i sjön!! Kan göras ofantligt mycket bättre!
Tycker att man i många lägen förutsätts ha tillgång till dator/surfplatta/smartphone.
Jag använder flitigt mig av tjänster och läser mycket information på internet, dock har jag svårt för det sociala. Tidigare var detta inte ett problem, men allt eftersom fler och fler människor kommit till forum och sociala medier har jag tappat bort mig där precis som i "vanliga" livet. Jag avstår ofta att kommentera/skriva/fråga saker eftersom jag är rädd för att "göra fel".
Det digitala samhället underlättar min delaktighet när jag mår dåligt och ofta tillbringar många timmar i sängen. Däremot finns risken att vi människor isolerar oss med tanke på digitaliseringen. Jag ser stora fördelar med digitalisering gällande boka tider till sjukvård etc, men anser även att de som inte vill delta i digitaliseringen skall ha kvar den möjligheten
Jag upplever att jag till stor del är delaktig i det digitala samhället. Jag har hjälp av digitala funktioner, som t.ex. att kunna mejla när jag orkar istället för att ringa under en viss telefontid. Tyvärr kan jag, sedan GDPR infördes, inte mejla till alla instanser längre. Den lagen skrämmer mig, det känns som om det var ett steg bakåt för den digitalisering som många med funktionsnedsättning haft hjälp av.
För komplicerat att delta i någon sida eller sökande som jag inte förstår. Och har märkt att mycket i det digitala här i Sverige ligger efter. Det gör att man är frustrerad. Känns som att dom som har makten har bestämt att vi ska bara nå en viss nivå av teknologi. Och inte låter oss stimulera hjärnan med mer avancerad teknologi. Men i vissa andra länder det går mer framåt det gör att deras invånare har det lättare. T ex finns flera mobilmärke som är mer avancerad men billigare och det finns bättre nätverk. då folk som bor i rurala område kan ha råd med en smartphone. Göra mycket på nätet utan att behöva kanske oroa sig att åka långa sträckor för ärende och dom kanske inte äger en dator och bor i ett litet hem.
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.
väntar på att dö
Jag fungerar bättre på Internet än i verkliga livet.
Jag använder min mobiltelefon varje dag och kollar olika sidor, t 3x facebook, mail, pinterest, google och väder.
Det är lättare att komma i kontakt med (många, inte alla) myndigheter, likasinnade, information mm.
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.
Jag känner mig uppdaterad om världen, stort och smått. Bocar hellre via internet, för att slippa de sociala normerna vid ett telefonsamtal.
Jag tycker den är svår att använda många utav sajterna som finns det är skiftande färg så att det blir svårt att läsa och det är svårt att hitta på
Jag minns inte när jag sist höll i en dagstidning.
Skönt att slippa ringa o boka tid. Till tandläkare funkar det bra. Samma med biljetter o deklARATION. Dock svårt att få läkartid

då dessa tar slut innan de ens dyker upp kl 00.00 på natten. Jobbigt när man är sjuk att behöva hålla sig vaken för att kunna boka läkartid som sedan inte ens dyker upp när de ska! Tänker på hur det måste vara för ännu sjukare o äldre.

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

Använder dagligen inga problem

Har ingen papperstidning och kan känna att man är utestängd från vissa nyheter t ex dödsannonser och andra saker från familjesidorna.

SAMHÄLLET BYGGER DIGITALA MURAR RUNT SIG SJÄLVA FÖR ATT SLIPPA PRATA MED FOLK.

Delaktighet minskar med minskat inflytande. Man kan säga att jag har löjligt lite inflytande och därmed minimal delaktighet

Man har nyheter, vänner och all möjlig information där.

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 behöva hjälp 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

Samhället vill att vi ska finnas där och inte ha personliga kontakter. Svårt att beskriva vad man vill få fram då man skriver och inte möts

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.

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.

All teknik är för komplicerad

Computer nerd since birth

Man kan välja att sitta enskilt i en lugn miljö och uträtta ärenden. Att ringa är ofta svårt eftersom man ska hålla en telefontid och ofta vänta i en telefonkö. Det kan också vara svårt att i ord få fram sitt ärende. Då är det lättare med internet. Bara sidan med tjänsten är tydlig och lätt att navigera i.

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.

För jobbigt att hitta rätt

"Jag vet vad som händer i världen." När jag inte förstår tar jag en bild med telefonen och skickar till min kille eller min gode man. Då kan de förklara.

Mycket begränsad pga afasi

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.

Smart telefon

Har du tillgång till en smart telefon?

	Procent	Antal
Ja	95.6%	152
Nej	4.4%	7
	Totalt	159

Hur kunnig är du på att använda en smart telefon?

	Procent	Antal
Jag har tillräckliga kunskaper för att använda en smart telefon	73.9%	116
Jag kan använda en smart telefon men skulle behöva mer kunskaper eller hjälpmedel	15.3%	24
Jag kan inte tillräckligt om smart telefoner för det jag vill använda smart telefoner till	5.1%	8
Jag kan inte alls använda en smart telefon	3.2%	5
Vet inte	2.5%	4
	Totalt	157

Hur tycker du det är att använda en smart telefon?

	Procent	Antal
Lätt	63.2%	96
Varken lätt eller svår	25.7%	39
Svårt	9.2%	14
Vet inte	2.0%	3
	Totalt	152

Har du några hjälpmedel till din smarta telefon?

	Procent	Antal
Ja	21.9%	33
Ja, men jag behöver fler hjälpmedel	13.9%	21
Nej	45.7%	69
Nej, men jag skulle behöva hjälpmedel	11.9%	18
Vet inte	6.6%	10
	Totalt	151

Markera gärna de hjälpmedel du har i din smarta telefon

	Procent	Antal
Bildtelefon	11.3%	11
Förstoring	24.7%	24
OCR-program	15.5%	15
Ordprediktion	10.3%	10
Punktskriftsdisplay	3.1%	3
QR-scanner	37.1%	36
Röststyrning	16.5%	16
Skärmläsningprogram, VoiceOver	6.2%	6
Stavningskontroll	41.2%	40
Tal till text	14.4%	14
Talsyntes, uppläsningprogram	5.2%	5
Telefonen i sig är mitt hjälpmedel	59.8%	58
Annat, ange vad	19.6%	19

Annat, ange vad
Abilia kognition (2)
Almanacka, larm, tidtagning, påminnelser,
Bluetooth hörslinga
Blåljusfilter, påminnelser, checklistor, reseledaren, musik för avskärmning, mensapp som även fungerar som dagbok och migränöversikt (för ingen ren migränapp är tillräckligt bra).
DAF funktion
Handicalender
Har inga hjälpmedel i telefonen
Hörselhjälpmedel
Kalender, påminnelser, anteckningsbok (skriva listor), kamera (fota viktiga saker att komma ihåg)
Kommer attbehöva hjälpmedel när jag blir sämre.
Något som tar bort strålningen.
Riktiga knappar för vissa funktioner.
SMARTVIEW
Skydd mot elektrisk strålning eftersom det påverkar min sjukdom negativt.
Struktur, planering, listor, kom-ihåg, fotar mkt för att komma ihåg.
kan inte höra i telefon
memo day planner.Timstock.Läsplatta med tal till text.
Ändra mer färger

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

Nej.
Vet inte vad jag har för appar
Easy reader
Google Maps, Google Calendar, Color Note, Timely
Veisure (en sorts almanacka med planering)
Kalkylatorn, Google maps,
Bluetooth hörslinga, jag skulle inte klara av telefonsamtalen annars. Tal till text är bra
Kalkylator Stavningsprogram
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.
Kalkylator, google, google maps, internetbanken
Kalkylator, översätt och Any.Do med dess påminnelser samt business kalender.
Alla appar har sin viktiga roll för att min vardag ska funka. Appar som söka resor till o från platser, väder och trafikvarningar är super viktiga.
Resledaren är min räddning
Kalendern är min livlina
Ingen särskild
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.
Medisafe påminna om mediciner
Legimus, Veckoschema med bildstöd, kalender,
Kalender, storytel, aftonbladet.
Kognition

Svårt att säga, kalkylator och kartor använder jag oftast
Kalkylator, kalender
ClaroSpesK Kalkylator Kom-ihåg-lista
kalender och klocka (har svårt med tid också). kamera - kan ta foto när jag parkerar bilen på ställe för fler bilar, så jag hittar tillbaka till bilen. har inget lokalsinne, använder ibland kameran i mobilen till det också. Även karttjänst o gps. lite beroende av hur mycket batteri som finns kvar. behövs ny smartphone. och behöver uppdatera den jag har, (för något år sen drygt, egentligen, har tappat bort några lösenord och inte rätt ut det än). men behöver ändå byta abonnemang, så jag tänkte lägga fokus på att först hitta vilken telefon och abonnemang som blir bäst. mit nuvararne, somv ar jättebra, har de dubblat avgiften för på 2 år, så det är itne så bra längre.
Kalender, alarm, Call recorder, kalkylator
Pskfiver många digitala minneslappar
Väldigt få appar är bra utformade. Dålig upphandling antar jag
Kalkylator, Almanacka, Träningsappar, Garmin Connect, Whats App mfl
Kalender 5, Scanner pro, iTranslate, Flo eller Period tracker, Gmail, MemoAssist, appar för parkeringsavgifter, Life Cycle, Fitbit, Hitta iPhone (koll på familjemedlemmar), Röstmemon (komma ihåg från möten)
Kalendern
Kartor, kalender, anteckningar
Kalkylator - jag har svårt för matte Google kalender - ger mig en bättre överblick än en fysisk kalender Matglad - extra tydliga recept E-postappen - smidigt med kombinerad och lättåtkomlig inkorg för privata respektive jobbmejl. Min bankapp - lättare att få en överblick där än på hemsidan, plus att det är ett smidigt sätt att hålla koll på saldot. Reseplaneraren - hjälper mig att planera mina resor. Underlättar mycket då jag har dålig tidsuppfattning.
Anteckningar. Kunna skriva för hand i skärmen med en touch pen.
Kalender, kalkylator, kamera, alarm, app för väder, app för kollektivtrafik
Google kalender, att kunna dela min kalender till min sambo.
Any. Do Kalender Legimus Kalkylator Översätt Omvandling från tum till centimeter.
Foto, listor, timstock alarm. evernote Google keep
Reseplanerare, kalkylator, weather, notes, kalender, alarm, pomodoro timer
Alla. Har inga onödiga appar. Men skulle behöva en pekpena 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.
Google kalendern med aviseringar. Kalkylator Google eartha, så jag kan se en bild på huset jag ska till.
Navigering med blindsquare, Google home och assistenten Siri
läsa in text till exempel till SMS och sen att cykla mail
Cykelkarta.
Waze för att slippa hamna i bilköer. Tidtagning o larm, kalender med påminnelser vilket dock inte längre funkar o har inte orkat kolla varför eller be om hjälp. SL, Kivra skickar dock inte alltid påminnelse via mail så har glömt räkningar flera gånger till Transportstyrelsen. ACR om behöver minnas något från ett telefonsamtal eller se om jag uppfattade saken rätt.
Kalkylatorn, Swish, Google SR-play
Mycket agility, kalkylator, text till tal.mm.
Kalender med påminnelser då mitt minne är påverkat. Kalkylator eftersom jag inte klarar huvudräkning längre.
Känner ej till sådana hjälpmedel
SMARTVIEW, STREAMING,BANKID, BANKAPP, KLOCKA , KALKYLATOR, FICKLAMP. GOOGLE
Schema
YR, Kalkylator, Mail, Swedbank, mfl
Kalkylatorn. Larm. Kamera
Medicin påminnelser i app, kalendern med påminnelser, appar för barnens aktiviteter med påminnelser väldigt bra för någon med skadat minne.

Maps
Kalkylatorn, kartor
Kalender. Mindfulness. Spotify. Anteckningar. Diktafon.
Alarm, kartor, Ica (handlingslistor mm.) Bank bank ID, Enhetsomvandlar, Kalkylator, anteckningsapp m. påminnelsefunktion, kalender
A>Note där skapar jag olika mappar med alla inlogg mm det går att låsa mapparna. ShopShop shoppinglistor. Där kan jag ha fler st så att jag kan skriva upp saker till olikaaffärer som ikea eller ullared Numbers här har jag gjort en budget som jag använt i flera år. Här skriver jag in en räkning som är inlagd för betalning så att jag inte missar eller betalar dubbelt. Gardenize där håller jag koll på vad jag odlar Daylio dokumenterar måendet Mm
i love hue för att skärma av och fokusera om jag mår dåligt.
Vad är appar?
kalkylator för jag kan inte räkna för stora nummer

Dator

Har du tillgång till en dator i ditt hem?

	Procent	Antal
Ja	94.3%	150
Nej	5.7%	9
	Totalt	159

Hur kunnig är du på att använda en dator?

	Procent	Antal
Jag har tillräckliga kunskaper för att använda en dator	77.4%	123
Jag kan använda dator men skulle behöva mer kunskaper eller hjälpmedel	14.5%	23
Jag kan inte tillräckligt om datorn för det jag vill använda datorn till	6.3%	10
Jag kan inte alls använda dator	1.3%	2
Vet inte	0.6%	1
	Totalt	159

Hur tycker du det är att använda dator?

	Procent	Antal
Lätt	55.3%	83
Varken lätt eller svår	34.0%	51
Svårt	10.7%	16
	Totalt	150

Har du några hjälpmedel till din dator?

	Procent	Antal
Ja	13.3%	20
Ja, men jag behöver fler hjälpmedel	6.0%	9
Nej	66.0%	99
Nej, men jag skulle behöva hjälpmedel	8.0%	12
Vet inte	6.7%	10
	Totalt	150

Markera gärna vilka hjälpmedel du använder i din dator!

	Procent	Antal
Bildtelefon	5.2%	4
Förstoring	19.5%	15
OCR-program	9.1%	7
Ordprediktion	6.5%	5
QR-scanner	7.8%	6
Skärmläsningprogram, typ Jaws, VoiceOver	9.1%	7
Speciell mus	15.6%	12
Speciellt tangentbord	16.9%	13
Stavningskontroll	45.5%	35
Tal till text	3.9%	3
Talsyntes/uppläsningprogram	13.0%	10
Datorn i sig är mitt hjälpmedel	44.2%	34
Annat - beskriv vilket	15.6%	12

Annat - beskriv vilket

Brusreducerande 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.

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

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

Inga hjälpmedel

Inga hjälpmedel

Klockan (komma ihåg tiden)

Mousetrappor

Office

Skydd för att ta bort strålning.

Strålningsskydd och bredband via kabel.

väntar på att få dö

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

Har inga.

Vet ej vad jag har

Jag vet inte

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

Mina spel

Office

kalkylator, Excel Adobe, Reader Fortnox m m

Flitig användare av kalkylatorn

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

Klockan (komma ihåg tiden)

Wordpad, kalkylator, kalender

Alla. men saknar tal till text.

Påminnelser, post-lappar som app

sångtext
Känner ej till sådana hjälpmedel
EXCEL, WORD, MAIL, SÖKMOTOR, WEBBROWSER.
Office
Nej
kalender
Vad menas med ngn. program?
kalkylator

Surfplatta

Har du tillgång till en surfplatta?

	Procent	Antal
Ja	59.7%	95
Nej	40.3%	64
	Totalt	159

Hur kunnig är du på att använda en surfplatta?

	Procent	Antal
Jag har tillräckliga kunskaper för att använda en surfplatta	63.0%	97
Jag kan använda surfplatta men skulle behöva mer kunskaper eller hjälpmedel	14.3%	22
Jag kan inte tillräckligt om surfplattan för det jag vill använda surfplattan till	3.2%	5
Jag kan inte alls använda surfplatta	5.8%	9
Vet inte	13.6%	21
	Totalt	154

Hur tycker du det är att använda en surfplatta?

	Procent	Antal
Lätt	69.5%	66
Varken lätt eller svår	22.1%	21
Svårt	7.4%	7
Vet inte	1.1%	1
	Totalt	95

Har du några hjälpmedel till din surfplatta?

	Procent	Antal
Ja	18.1%	17
Ja, men jag behöver fler hjälpmedel	3.2%	3
Nej	67.0%	63
Nej, men jag skulle behöva hjälpmedel	5.3%	5
Vet inte	6.4%	6
	Totalt	94

Markera gärna de hjälpmedel du har i din surfplatta

	Procent	Antal
Bildtelefon	10.8%	4
Förstoring	37.8%	14
OCR-program	18.9%	7
Ordprediktion	13.5%	5
Punktskriftsdisplay	5.4%	2
QR-scanner	29.7%	11
Röststyrning	13.5%	5
Skärmläsning, VoiceOver	8.1%	3
Stavningskontroll	51.4%	19
Tal till text	16.2%	6
Talsyntes, uppläsning, program	21.6%	8
Surfplattan i sig är mitt hjälpmedel	51.4%	19
Annan, ange vad	10.8%	4

Annan, ange vad

Blåljusfilter

Har inga hjälpmedel

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.

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

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.

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

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.

ClaroSpeak

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.

Timstock evernote

Alarm

Alla

De hjälpmedel som finns i Android både surfplatta och telefon är ganska otympliga svår att använda

Känner ej till

Använder inte surfplatta

Samma som telefonen dom är parkopplade vilket är en storhjälp. Allt jag skriver i Numbers pages och keynote kan jag lätt hämta upp i telefonen. Dom är alltid synkade. Kalendern är också synkad vilket är bra.

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

Bakgrundsuppgifter

Ange åldersintervall

	Procent	Antal
16–24 år	0.6%	1
25–34 år	13.4%	21
35–44 år	25.5%	40
45–54 år	33.8%	53
55–64 år	26.1%	41
65–75 år	0.6%	1
	Totalt	157

Vilken är din könstillhörighet?

	Procent	Antal
Man	16.5%	26
Kvinna	82.3%	130
Annan	0.6%	1
Jag vill inte svara på den frågan	0.6%	1
	Totalt	158

Är svenska ditt första språk?

	Procent	Antal
Ja	93.0%	146
Nej, ange i så fall ditt förstaspråk	7.0%	11
	Totalt	157

Nej, ange i så fall ditt förstaspråk

Grekisk (2)

finska (2)

Estniska

Finska

Finska.

Grekiska

Nederländska

Polskt

Spanska

I vilket län bor du?

	Procent	Antal
Stockholms län	32.7%	52
Uppsala län	2.5%	4
Södermanlands län	1.9%	3
Östergötlands län	6.3%	10
Jönköpings län	1.9%	3
Kronobergs län	0.6%	1
Kalmar län	2.5%	4
Blekinge län	1.3%	2
Skåne län	8.8%	14
Hallands län	3.8%	6
Västra Götalands län	14.5%	23
Värmlands län	3.8%	6
Örebro län	3.1%	5
Västmanlands län	3.1%	5
Dalarnas län	4.4%	7
Gävleborgs län	0.6%	1
Västernorrlands län	3.1%	5
Jämtlands län	1.3%	2
Västerbottens län	1.9%	3
Norrbottens län	1.9%	3
	Totalt	159

I vilken typ av ort bor du?

	Procent	Antal
Stad	59.1%	94
Mindre samhälle	20.8%	33
Landsbygd	19.5%	31
Vet inte	0.6%	1
	Totalt	159

I vilken typ av boende bor du?

	Procent	Antal
Hyseslägenhet, vanlig	30.2%	48
Bostadslägenhet	19.5%	31
Villa, hus	46.5%	74
Gruppboende	1.3%	2
Serviceboende	0.6%	1
Annat stödboende	0.6%	1
Annat, beskriv vilket	1.3%	2
	Totalt	159

Annat, beskriv vilket

Boendestöd för det sociala behovet inom LSS

Personalbostad

Får du hjälp av någon i din vardag?

	Procent	Antal
Ja	34.0%	54
Nej	66.0%	105
	Totalt	159

Vilken typ av hjälp?

	Procent	Antal
Hemtjänst	25.9%	14
Personlig assistans	1.9%	1
Boendestöd, stödpersoner eller liknande	59.3%	32
God man/Förvaltare	9.3%	5
Annat, ange vad	35.2%	19

Annat, ange vad

Arbetsterapeut

Familj

Familj dagligen

Familjemedlemmar

Färdtjänst

Hjälp av make

Hjälp av min sambo att klara samhällsfunktioner

Kommunal hemsjukvård

Kommunsköterska 2ggr i veckan

Make

Maken

Min fam7lj

Min far och mor städar och tvättar!

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.

Permobil

SAMBO

anhöriga

arbetsterapeut

Bor du tillsammans med någon?

	Procent	Antal
Ja	64.3%	101
Nej	35.7%	56
	Totalt	157

Vem eller vilka bor du tillsammans med?

	Procent	Antal
Sammanboende, partner eller gift	86.1%	87
Barn under 18 år	45.5%	46
Hemmaboende barn över 18 år	13.9%	14
Bor med mina föräldrar eller en förälder	4.0%	4

Vilken är din högsta avslutade utbildning?

	Procent	Antal
Grundskola	6.9%	11
Gymnasium	24.5%	39
Gymnasiesärskola	1.9%	3
Yrkesutbildning/Yrkeshögskola	11.9%	19
Folkhögskola	6.9%	11
Högskola eller universitet	45.3%	72
Annan, beskriv vad	1.9%	3
Vet inte	0.6%	1
	Totalt	159

Annan, beskriv vad

Ingen avslutad utbildning.

Komvux

Sminkös

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

	Procent	Antal
Arbetar	26.4%	42
Arbetslös	16.4%	26
Hemma med barn	1.9%	3
Pensionär	2.5%	4
Sjukskriven	100.0%	159
Sjukersättning/Förtidspensionär	14.5%	23
Daglig verksamhet	2.5%	4
Aktivitetsersättning	1.9%	3
Studerar	0.6%	1
Annat, ange vad	6.9%	11

Annat, ange vad

Arbetskadeföränta (utmattning klassad som arbetssjukdom FK)

Arbetstränar

Deltidsjukskriven utan ersättning

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

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

Jag är sjukskriven för utmattning, var egenföretagare men blev tvungen att avveckla mitt företag när jag blev sjuk. Sjuk av stress över att skyddsnet och skola totalt fallerat när det gäller barnen med NPF . Är sjukskriven men arbetstränar och är

sakta påväg tillbaka till arbetslivet.
Skadas och straffas av FK naturligtvis, detta är en svår sysselsättning.
Tar hand om barn med funtionsnedsättningar och tar hand om min man med schizofreni.
Trappar upp arbetsträning efter långtidssjukskrivning till följd av svårigheter med barn med autism som inte klarade av att vara i skolan men inte heller ensam hemma. Nu fått plats på en skola som förstår hennes behov.
sysselsättning 2ggr/vecka
utan någon som helst ersättning

Vilken inkomst har du per månad?

	Procent	Antal
0 kronor	5.7%	9
1 – 4 999 kronor	1.9%	3
5 000 - 9 999 kronor	13.4%	21
10 000 - 14 999 kronor	24.2%	38
15 000 - 19 999 kronor	13.4%	21
20 000 - 24 999 kronor	10.8%	17
25 000 - 29 999 kronor	8.9%	14
30 000 - 49 999 kronor	13.4%	21
Jag vill inte svara på den frågan	8.3%	13
	Totalt	157

Hur fick du information om den här undersökningen?

	Procent	Antal
Via e-post	36.3%	57
Via Facebook	44.6%	70
En vän tipsade mig	4.5%	7
Från min organisation	13.4%	21
Annat, beskriv hur	7.0%	11

Annat, beskriv hur

Daglig verksamhet (3)
 Begripsam (2)
 Adhd ministeriet
 Från Neuroförbundet
 Gick in på rsmh:s hemsida
 Stroke - riksförbund
 arbetsterapeut
 organisation

Är det något du vill tillföra?

Nackskadade som grupp behöver datorbaserade hjälpmedel för att kunna leva självständiga liv och det får vi inte idag. 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.

Det borde vara en rättighet att få tillgång till internet antingen via telefon, surfplatta eller dator.
När mina pengar är slut tar jag livet av mig före sjukersättning/soc.
Bara det som jag nämnt.
saknar bra dagstidningar, tyckte de var bra för ca 20 år sen, men slutade ha för ca 10 år sen, för de hade blivit för mkt dåligt skrivna artiklar, eller tråkig täckning i materialet generellt, eller för mkt reklam. använder mest p1 istället nu.
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 proffessionella med samma funktionshinder som patienten skulle ge vård. Samma med hemtjänst, assistent. Lärare. Etc. Med såna individuella bemötande skulle man spara mycket och hjälpa mer men det känns som att man vill inte. Man har skapat ett värld av NT för NT och vad motiverar en NT? Vissa saker, alla samtidigt eller minst en av dom: girighet, narcissism, avundsjuka, egoism, vilja ljuga, olojalitet, makt, ologik. Därför bolag får anställa en olämplig assistent. Assistenten kommer undan, bolaget blir rikare, patienten förlorar. En robot kan inte bli korrumpad för att den känner inte dom motivationer. Patienten blir tryggare och lugnare av att dom praktiska saker blir uppförda. Mindre stress skulle ge patienten och anhöriga mer tid för kärlek. Anhöriga skulle kramma sin funkisfamiljemedlem utan känna en börda.
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.
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.
Nej men vill tillägga att denna enkät var lätt att fylla i då man lätt kunde gå fram och tillbaka i den utan att den slutade att fungera. Tydligt med pilarna nedanför. Kunde vara bra att veta ungefär hur lång tid det skulle ta att svara på ett ungefär om man inte skriver så mycket själv i alla fall!
Tack för att ni gör undersökningar som visar hur det är i sin helhet! Mvh. Xxxx Xxxxx
Som hörselskadad är internet och datorer det bästa sättet att kunna kommunicera för mig.
FOCUS MÅSTE ALLTID VARA PÅ PATIENTEN. INTE OMGÄRDA SIG MED IT/TELEFON HINDER
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.
Eftersom jag har svårt att skriva förhand så har datorer, mobil och surfplatta blivit till stor hjälp för mig. Bara detta lilla var en ansträngning att skriva.
Most of the questions I think were Not displayed correctly using safari on iphone
När jag fick min första iPad så var det revolutionerande. Den har hjälpt mig oerhört mkt för jag kan skapa struktur och ordning. Klarar inte min vardag utan min telefon/iPad (dom är synkade)
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.
Vem ska läs detta och varför , ni kan inte påverka min situation ändå?
Jag har fått hjälp av min fru att svara på denna enkät
Mycket svårt med internet. Behöver ofta/nästan alltid hjälp
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.