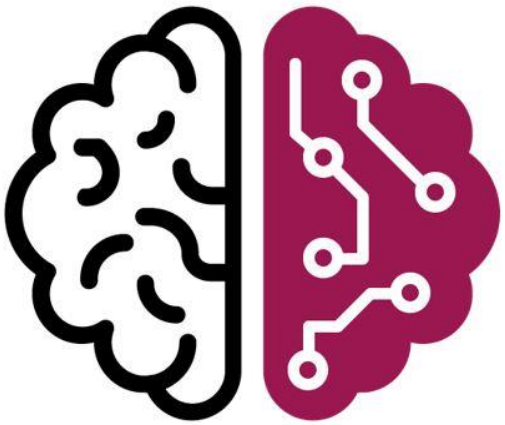


DigiJag

Kompendium

Pedagogiskt underlag för utveckling av ett kognitivt hjälpmedel – DigiJag

Innehållsförteckning

DigiJag 3

Intellektuell funktionsnedsättning 3
- Praktisk förmåga 4
- Kognitiv förmåga 4
- Social förmåga 4

Utveckla DigiJag 5

DigiJags bärande principer 6

DigiJags uppbyggnad 8

Stödfunktioner 9

Exempel på material 10
- Instruktioner 10
- Scheman 11
- Checklistor 13
- Samla material 13
- Tid 15
- Pengar 16
- Träna 16
- Exempel på externa webbplatser 18
- Att kommunicera digitalt 22
- Delaktighet 23
- Digitala möten 24

Att tänka på 25
- Bilder och symboler 25
- Text 26
- Struktur 26
- Interaktivitet 27

DigiJag AB
United Spaces Götgatsbacken
Götgatan 22a
118 46 Stockholm

Organisationsnummer 559210–0407

www.digijag.se
info@digijag.se

DigiJag

DigiJag är ett kognitivt stöd, utvecklat för personer med måttlig intellektuell funktionsnedsättning (IF). I detta kompendium beskriver vi processen där vi, i samskapande med målgruppen, har utvecklat en digital plattform för självständighet och delaktighet.



Bild 1 DigiJags tydliga Logotype framröstad av personer med IF som också bestämt färger utifrån ett urval som uppfyller kontrastkraven.

Personer med IF är en av de grupper som står längst ifrån det digitala samhället, trots att digital teknik kan kompensera för många av de utmaningar som funktionsnedsättningen medför.

Intellektuell funktionsnedsättning

Intellektuell funktionsnedsättning (IF) innebär att hjärnans utveckling inte har utvecklats åldersadekvat utan stannat på en tidigare utvecklingsnivå. För personer med måttlig IF motsvarar den intellektuella utvecklingen ofta en intelligensålder på ungefär 4–8 år, även om personen är äldre till åren.

Det påverkar hur personen tänker, lär sig, förstår och hanterar vardagen. Tänkandet är ofta mer konkret, vilket innebär att det är lättare att förstå sådant som går att se, göra och uppleva direkt. Däremot kan abstrakta fenomen vara svåra att förstå, till exempel tid, pengar, regler och symboler. Även läsning och skrivning kan vara svårt. Det är också svårt för personer med IF att förstå och tänka kring något man inte själv har upplevt. Om personen får olika valmöjligheter till exempel val mellan olika aktiviteter eller mat så väljer personen det man själv har erfarenhet av om möjligheten finns.

DigiJag AB
United Spaces Götgatsbacken
Götgatan 22a
118 46 Stockholm

Organisationsnummer 559210–0407

www.digijag.se
info@digijag.se

Den kognitiva förmågan påverkas på flera sätt. Det kan vara svårt att:

- ta emot och bearbeta information
- förstå vad man ska göra med informationen
- minnas instruktioner på grund av nedsatt korttidsminne
- göra flera saker samtidigt
- planera och genomföra uppgifter i flera steg
- förstå samband mellan orsak och verkan och vilka konsekvenser handlingar kan få

De exekutiva funktionerna, alltså förmågan att styra och organisera sitt handlande, är också påverkade. Det kan innebära svårigheter att planera, komma igång med aktiviteter, genomföra och avsluta uppgifter samt att vara flexibel och byta strategi när något förändras.

Intellektuell funktionsnedsättning påverkar även den adaptiva förmågan, alltså förmågan att anpassa sig till omgivningens krav i vardagen. Svårigheterna kan märkas inom flera områden:

Praktisk förmåga

Det kan vara svårt att klara vardagliga aktiviteter som matlagning, hygien, tvätt och ekonomi. Personen kan behöva stöd och tydlig struktur för att bli så självständig som möjligt.

Kognitiv förmåga

Inlärning tar ofta längre tid och det kan vara svårt att förstå begrepp och ta till sig information. Personen kan behöva konkret och anpassad information för att kunna förstå samt möjlighet att använda det igenkännande minnet. Det kan alltså vara bra att praktiskt få pröva på något, få en konkret erfarenhet innan man fattar ett beslut.

Social förmåga

Det kan vara svårt att förstå andra människors avsikter och perspektiv samt att tolka sociala situationer. Många personer med IF är godtrogna och socialt sårbara, vilket kan göra att de lätt påverkas av andra eller hamnar i utsatta situationer.

Behovet av stöd varierar mellan olika personer, men med tydlighet, upprepning, anpassad information och ett respektfullt bemötande kan personer med intellektuell funktionsnedsättning utvecklas, känna trygghet och vara delaktiga i samhället.

DigiJag AB
United Spaces Götgatsbacken
Götgatan 22a
118 46 Stockholm

Organisationsnummer 559210–0407

www.digijag.se
info@digijag.se

Utveckla DigiJag

Processen har varit iterativ, det vill säga att de olika utvecklingsstegen – både vad gäller funktionalitet och innehåll – kontinuerligt har testats och utvärderats av gruppen innan nästa steg tagits. På så sätt har vi säkerställt att lösningarna fungerar.

Många digitala produkter utvecklas av tekniker, designers och beställare. Användartester kommer ofta in först i slutet av processen, när resurser och möjligheter till förändringar är begränsade. Vi har vid många workshops provat DigiJag tillsammans med personer med IF som vi inte tidigare känt. Vid samtliga tillfällen har deltagarna klarat av att använda plattformen. Ett stort antal deltagare har också uttryckt sig positivt om DigiJag.

Enligt modellen *Universal Design for Learning* är det viktigt att det vi ska lära oss upplevs som motiverande. För att ta reda på vad målgruppen prioriterar använde vi utvalt bildstöd med olika saker som skulle kunna finnas i DigiJag, till exempel information om nyheter, tv, väder och spel. Först fick deltagarna välja ut de fem viktigaste sakerna för dem. Därefter skulle de välja ut de tre viktigaste, och slutligen välja den allra viktigaste av dessa tre.

Denna process använder det igenkännande minnet. Att få olika alternativ presenterade underlättar för målgruppen att göra val. Det är betydligt svårare att använda det framplockande minnet och själv komma på olika förslag. Detta gör att öppna frågor sällan fungerar i till exempel utvärderingar.

I omröstningen om vad som var viktigast blev YouTube en klar vinnare. YouTube blev den första app som lades in i DigiJag som en universell app – en app som fanns tillgänglig och som alla kunde komma åt. Utifrån utmaningen att flera i målgruppen inte kan skriva lades en tal-till-text-funktion till, så att användaren kunde prata in det hen ville söka på. Reklam plockades bort både på presentationssidan och i YouTube-klippen. Detta gjordes för att användaren skulle slippa använda sin energi till att processa vad som är viktigt och vad som är oviktigt.

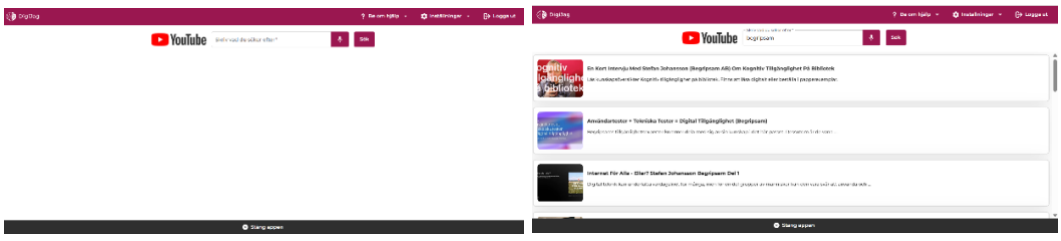


Bild 2 DigiJags anpassade Youtube. Ingen reklam på söksidor eller i Youtube-klippen.

DigiJag AB
United Spaces Götgatsbacken
Götgatan 22a
118 46 Stockholm

Organisationsnummer 559210–0407

www.digijag.se
info@digijag.se

DigiJags bärande principer

• **Bildstöd används i DigiJag** för att kompensera för och underlätta vid bristande läsförmåga. Bildstöd och symboler används både för navigation och innehåll.

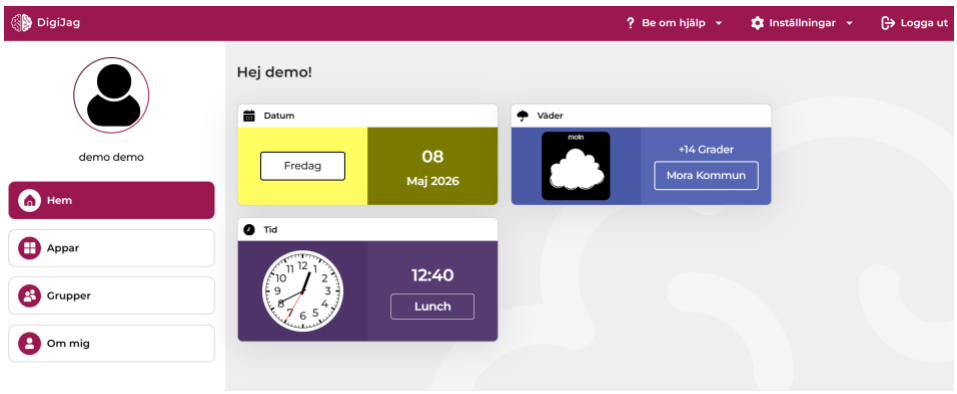


Bild 3 DigiJags startsida. I vänstermarginalen finns ingångar Appar, Grupper, Om mig samt till Hem. Alla med en enkels symbol. Veckans dag representeras förutom av text av dagens färg. Vädret byter till passande symbol.

• **Sekventiell struktur** används för att underlätta vid nedsatt korttidsminne, spara användarens energi och ge möjlighet att alltid lyckas hitta det man söker. DigiJag har därför ett sekventiellt upplägg – en sak i taget. Användaren bläddrar framåt och bakåt och behöver inte ha flera valmöjligheter aktuella i sitt arbetsminne.

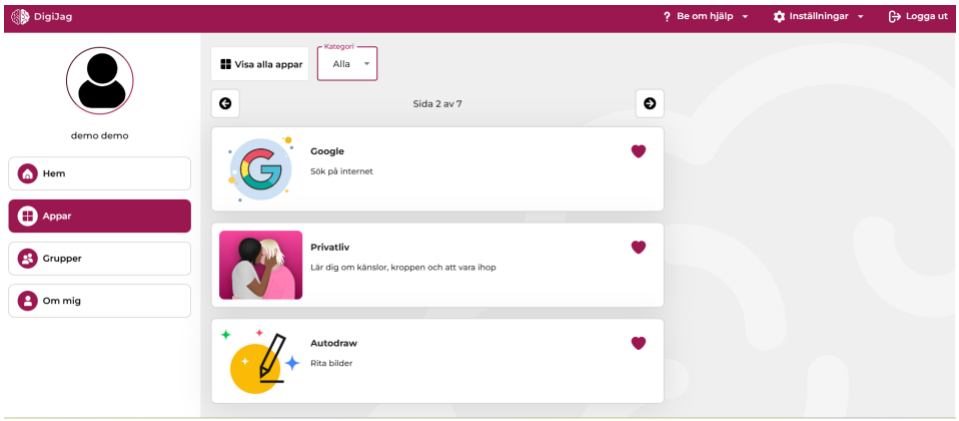


Bild 4 När användaren letar bland sina appar använder hem pilarna framåt och bakåt. Det finns möjlighet att söka under kategorier samt markera favoriter.

• **Anpassning utifrån användarens behov och önskemål.** Det går att skapa eget material för olika grupper. Materialet kan vara multimodalt för att kompensera för funktionsnedsättningen, till exempel genom bilder, filmer, uppläst text, länkar och interaktivitet.

DigiJag AB
United Spaces Götgatsbacken
Götgatan 22a
118 46 Stockholm

Organisationsnummer 559210–0407

www.digijag.se
info@digijag.se

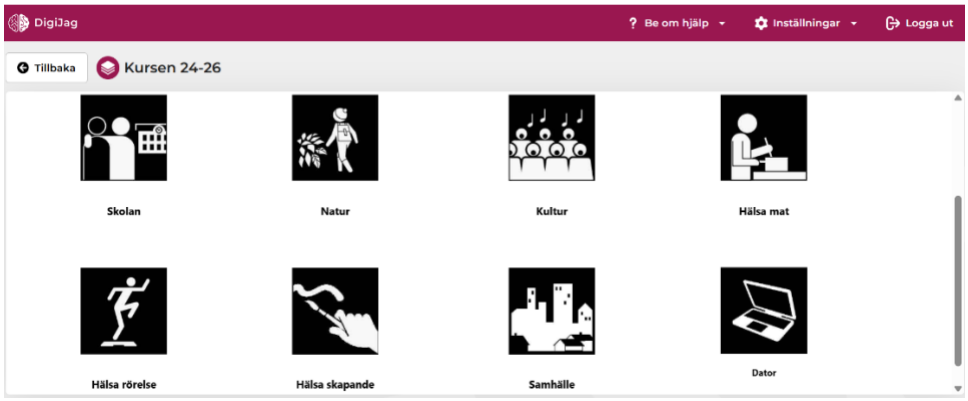


Bild 5 Här är ett exempel på länkar till undersidor till kursens alla teman.

• **Struktur för ökad sökbarhet.** En tydlig struktur gör att användaren självständigt kan orientera sig och hitta. Att lyckas stärker tron på den egna förmågan. Om det är för komplext och användaren bara ibland lyckas hitta rätt sjunker motivationen drastiskt. I DigiJag används kategorier, tabeller och undersidor för att skapa struktur. Framåt- och tillbakaknappar finns tydligt placerade och försvinner inte när man scrollar.

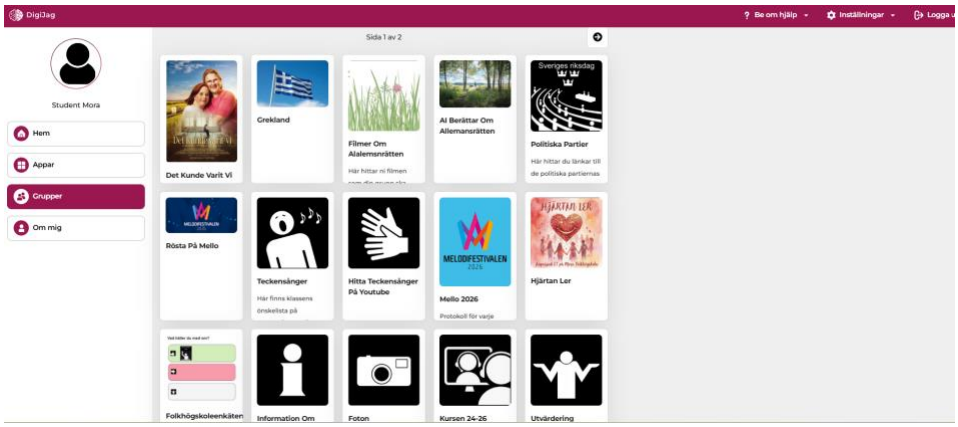


Bild 6 Genom tydliga tabeller kan användaren hitta bland stora material. Varje material kan också ha undersidor eller undergrupper. På så sätt slipper användaren klicka framåt och bakåt bland oändligt många sidor.

• **Plattformsoberoende.** Användaren ska kunna komma åt DigiJag från olika digitala verktyg, såsom mobiltelefon, surfplatta och dator. Det ska inte spela någon roll vilket operativsystem man använder.

DigiJag AB
United Spaces Götgatsbacken
Götgatan 22a
118 46 Stockholm

Organisationsnummer 559210–0407

www.digijag.se
info@digijag.se

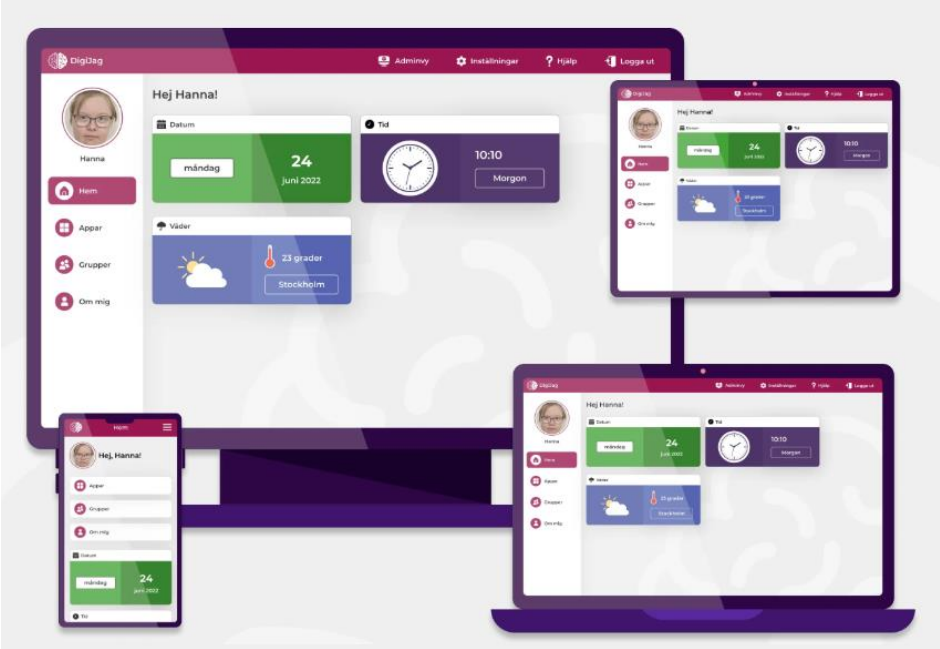


Bild 7 DigiJag kan användas på både smartphones, surfplattor och datorer, oberoende av operativsystem.

DigiJags uppbyggnad

Från början hade DigiJag endast möjlighet att lägga in webbplatser eller delar av webbplatser, vilket vi benämner appar. Genom att de olika apparna försågs med symboler och en kort beskrivning blev det möjligt för användare att själva välja ut och markera favoriter för att lättare hitta bland de appar som administratören lagt in i DigiJag.

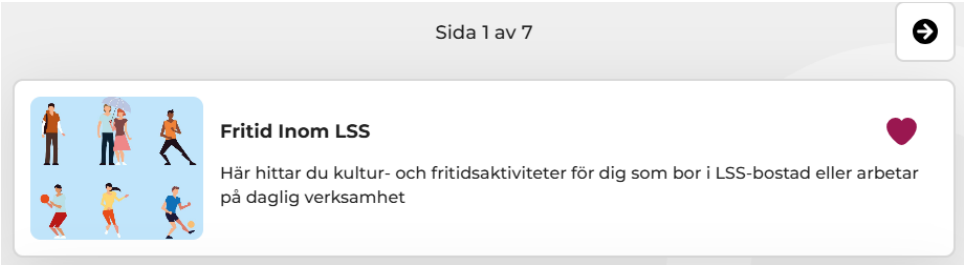


Bild 8 Appar i DigiJag presenteras med en bild/symbol, titel och en kort beskrivande text.

Det fanns många önskemål, vilket lätt kunde leda till många appar att välja bland. Det innebar mycket klickande framåt och bakåt. Det fanns heller ingen möjlighet till anpassning, till exempel att samla relevant material eller att samla flera appar på samma ställe. Detta var en tydlig brist för att skapa en digitalt tillgänglig plattform.

DigiJag AB
United Spaces Götgatsbacken
Götgatan 22a
118 46 Stockholm

Organisationsnummer 559210–0407

www.digijag.se
info@digijag.se

Efter hand fick vi möjlighet att själva skapa material – ett slags egen webbplats – i författarverktyget. I författarverktyget hade vi möjlighet att skapa multimodalt material som kunde läggas in i en eller flera grupper. För att underlätta för administratörer togs olika mallar fram, till exempel för checklistor, scheman och veckomatsedlar.

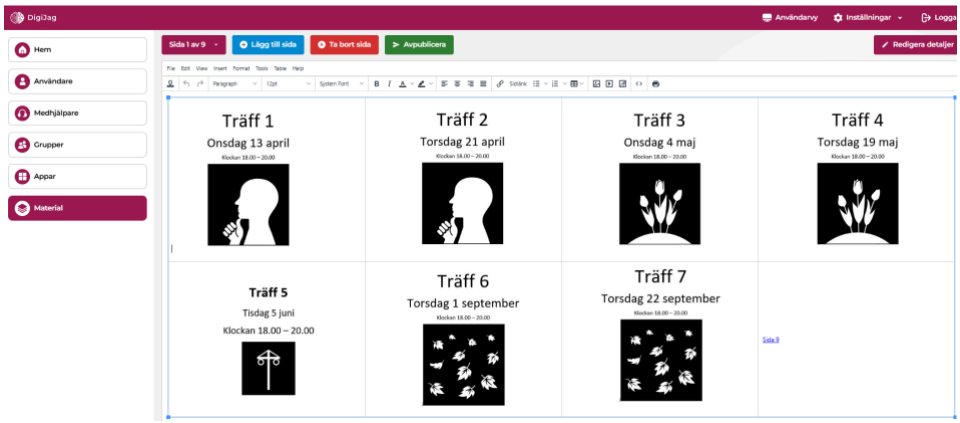
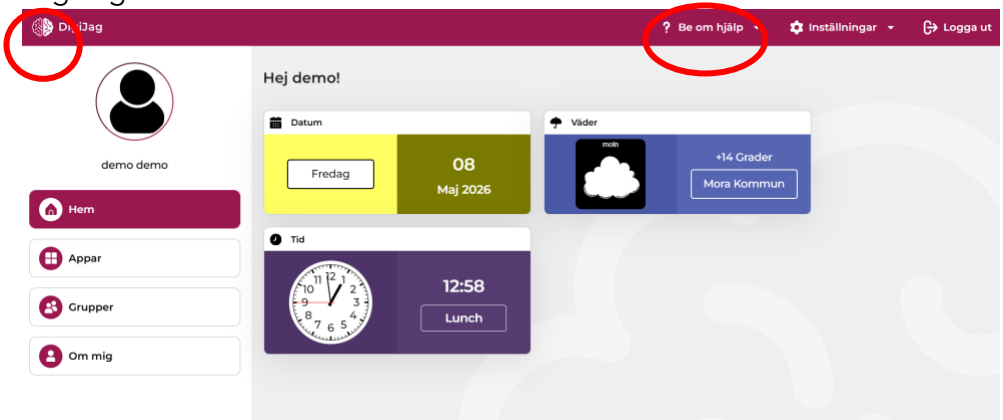


Bild 9 Ett exempel på hur studiecirkelmaterial kan presenteras för att deltagarna ska hitta rätt material till varje träff. Klickar de på träffen finns kursavsnittet både som text och uppläst text, tillhörande bildstöd samt instuderingsfrågor.

Stödfunktioner

Något vi har lärt oss på kursen Anpassad IT är att det kan vara svårt för deltagaren att hitta tillbaka och komma rätt igen när hen har hamnat fel.
Vi löste detta genom att installera ett skript på deltagarnas datorer. När deltagarna stängde locket på sina bärbara datorer avslutades alla program och datorn stängdes av. Deltagaren kunde sedan starta upp datorn igen och börja om från början. Eftersom det är kognitivt enklare att börja om från början än att söka sig bakåt och försöka komma ihåg vilka steg man tagit, har vi lyft in denna funktion i DigiJag. När användaren trycker på symbolen uppe till vänster startar DigiJag om från startsidan.



DigiJag AB
United Spaces Götgatsbacken
Götgatan 22a
118 46 Stockholm

Organisationsnummer 559210–0407

www.digijag.se
info@digijag.se

Bild 10 Om användaren trycker på knappen uppe till vänster kommer hen till DigiJags startsida. På samma list till höger kan användaren be om hjälp.

En annan funktion som vi byggt in i DigiJag är möjligheten att få hjälp. På kursen hade vår tekniker installerat fjärrstyrningsprogrammet TeamViewer på deltagarnas datorer, vilket gjorde att vi kunde lösa tekniska problem på distans. I DigiJag kan inga program installeras, eftersom användaren ska kunna komma åt sitt DigiJag från olika enheter. Istället har funktionen ”Be om hjälp” skapats. När användaren trycker på knappen skickas ett mejl till en utsedd medhjälpare. I mejlet bifogas en skärmdump så att medhjälparen kan se var användaren har fastnat och därefter kontakta användaren för att ge stöd.

Exempel på material

Instruktioner

Steg-för-steg-instruktioner underlättar för ett självständigt vardagsliv. Det kan till exempel vara ett recept eller en arbetsbeskrivning med bild och enkel text. Texten kan göras uppläsningsbar, antingen med ett hjälpprogram i webbläsaren, som Read Aloud, genom en bifogad ljudfil i materialet eller via en QR-kod där ljudfilen är inlagd.



DigiJag AB
United Spaces Götgatsbacken
Götgatan 22a
118 46 Stockholm

Organisationsnummer 559210–0407

www.digijag.se
info@digijag.se

Bild 11 Exempel på ett recept, steg för steg med bildstöd både för ingredienser, mått och moment

Instruktioner kan också göras som bildspel. DigiJag använder olika undersidor där man klickar sig fram och tillbaka med piltangenter.

Det kan också vara i form av film – antingen som visas i sin helhet eller uppdelad i kapitel. När vi har gjort manualer har användarna önskat både film, främst i början så att de kan se hela processen, samt en beskrivning med bilder och förklarande text. På de infogade bilderna har vi använt pilar och markeringar för att tydliggöra vad man ska skriva eller trycka på.

Att göra en vägbeskrivning med foton, där man ändrar riktning och pilar i en avvikande färg som passar i mobilen ökar självständighet och trygghet. Det går enkelt att fotografera med mobilen när man går den planerade sträckan.

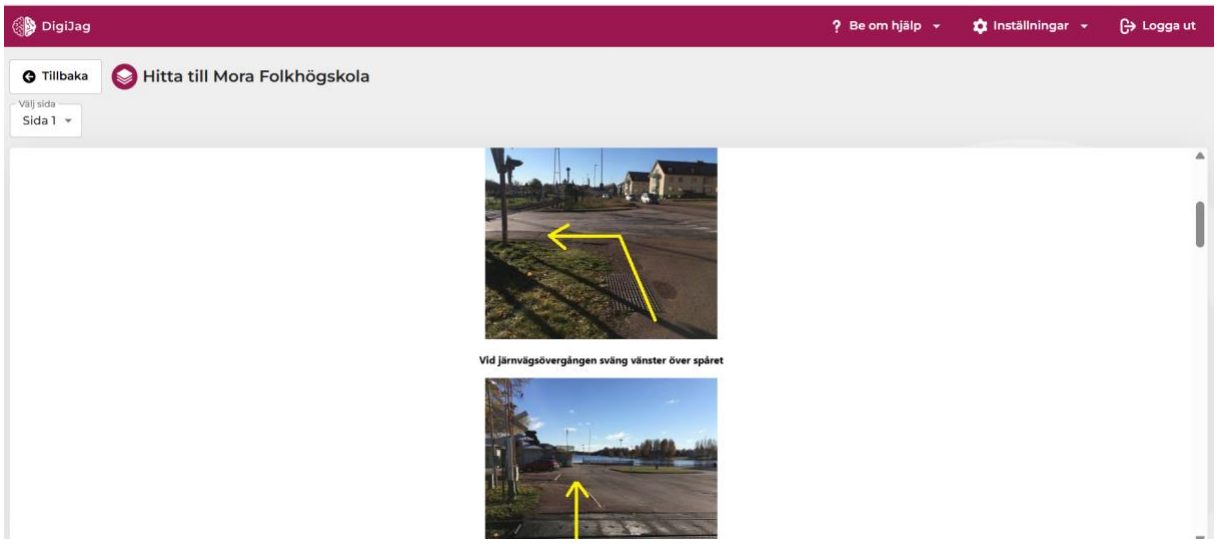


Bild 12 Exempel på en vägbeskrivning. Bilderna har anpassats för att passa i mobilen.

Scheman

För alla är det viktigt att veta vad som ska hända, vem man ska träffa, när det börjar och slutar, var man ska vara samt om man behöver ha något med sig. I DigiJag finns mallar för att skapa scheman.

DigiJag AB
United Spaces Götgatsbacken
Götgatan 22a
118 46 Stockholm

Organisationsnummer 559210–0407

www.digijag.se
info@digijag.se

Torsdag 5 mars		Vad	Var	Vem
7.00		Väckning Morgontoalett	Masen Kullan Andresbo	
07.45 – 08.15		Frukost	Matsalen	
8.30- 10.00		natur- om rymden	Klassrummet	
10.00-10.30		Rast Fika	Matsalen	
10.30-12.00		Dator med Rickard	Klassrummet	
12.00-13.15		Lunch Förlängd för att du ska hinna byta om till varma kläder	Matsalen	
13.15-14.30		Hälsa rörelse Vi åker spark och promenerar på sjön	Utomhus	

Bild 13 Ett schema med färg för veckodagen, bildstöd för vad som ska hända, vem som ska vara med och information vilka tider som gäller och var man ska vara.

Man kan också göra schemat i ett Word-dokument som sedan sparas som en PDF och laddas upp i till exempel Google Drive. Länken läggs sedan in i DigiJag under en bildsymbol för schema.

Vår erfarenhet är att användarna uppskattar att ha allt som rör skolveckan samlat, till exempel informationsbrev, schema, matsedel och packlista.

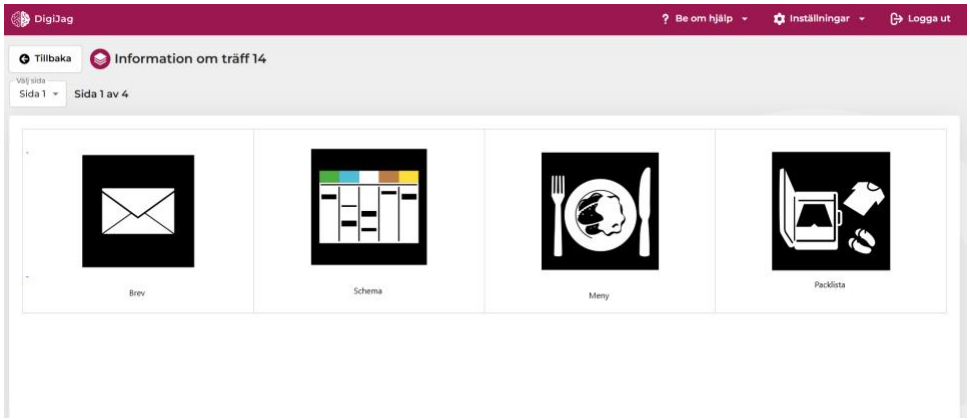


Bild 14 Om allt material som handlar om träffen samlas i ett material blir det lättare för användaren att hitta.

På ett boende eller i en daglig verksamhet kan det behövas olika former av scheman: ett gemensamt schema, flera gruppscheman och individuella scheman. Idag bygger DigiJag på gruppnivå. En och samma användare kan tillhöra flera olika grupper. Individuella scheman står än så länge på vår önskelista. För detta behövs en högre säkerhetsnivå på inloggningen än den som finns i DigiJag idag.

DigiJag AB
United Spaces Götgatsbacken
Götgatan 22a
118 46 Stockholm

Organisationsnummer 559210–0407

www.digijag.se
info@digijag.se

Checklistor

En mall för checklistor skapades tidigt. Det första önskemålet var en packlista. Vi har även använt mallen för att skapa träningslistor, där man checkar av att man gjort en övning, och recept där man checkar av olika moment som är klara.

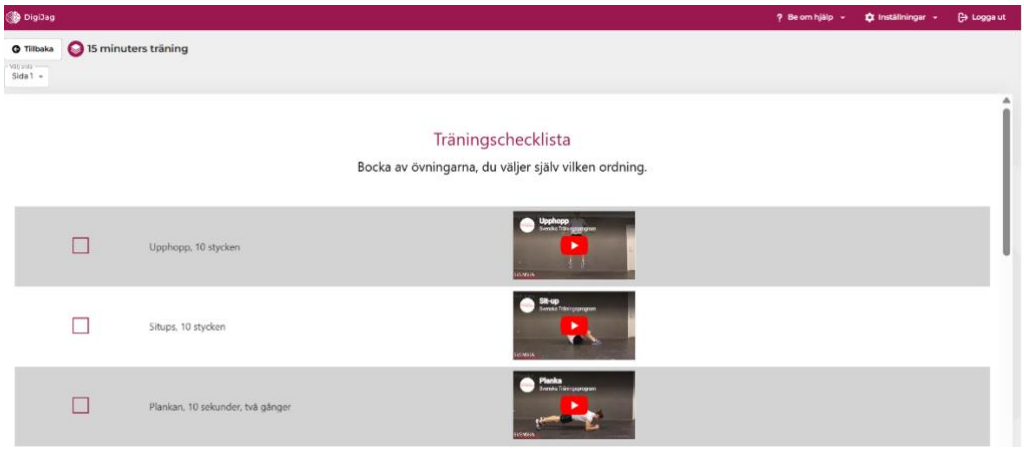


Bild 15 Här har mallen för checklista använts till ett träningsprogram

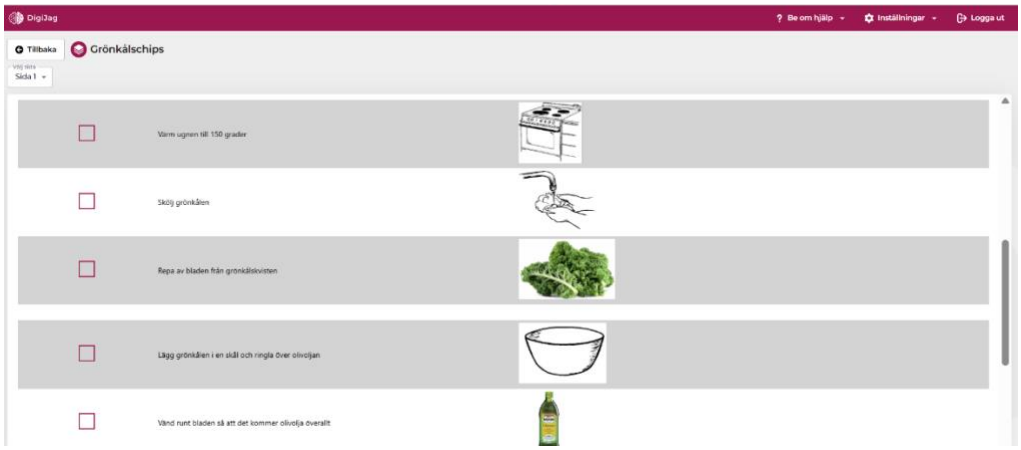


Bild 16 I receptet kryssar man i när man är klar med ett moment.

Vi har lagt in en timerfunktion i recepten i form av filmer som grafiskt visar olika tidsintervall och signalerar när maten är klar.

Samla material

Att samla olika typer av material är en funktion vi använder ofta. Till exempel har vi gjort en tabell med alla riksdagspartiernas symboler. Under varje symbol finns en länk till partiets lättlästa sida, så att användaren själv kan hitta rätt varje gång.

DigiJag AB
United Spaces Götgatsbacken
Götgatan 22a
118 46 Stockholm

Organisationsnummer 559210–0407

www.digijag.se
info@digijag.se

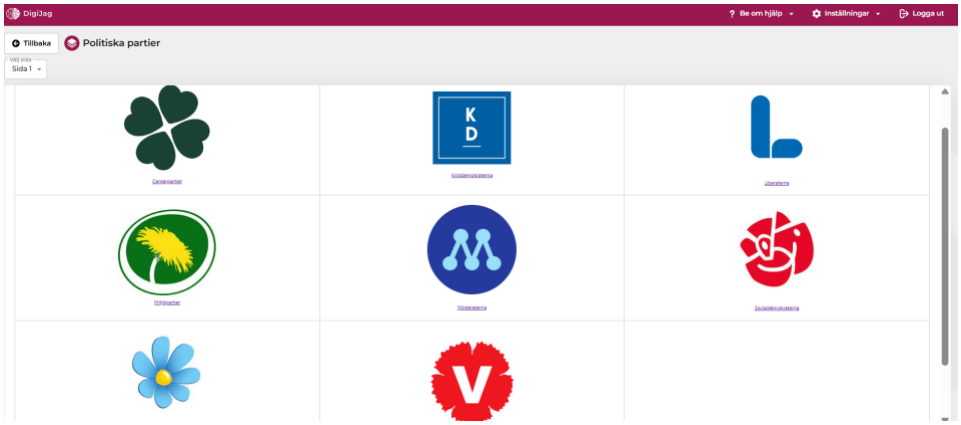


Bild 17 Här är ett exempel på länkar till de politiska partiernas webbplatser med lättläst text som används inför val.

På samma sätt har lektionsinnehåll samlats i olika undergrupper. Några exempel är *Rymden* och *Grekland*. Denna uppdelning kan göras i olika nivåer för att dela upp information så att mängden inte blir oöverblickbar.

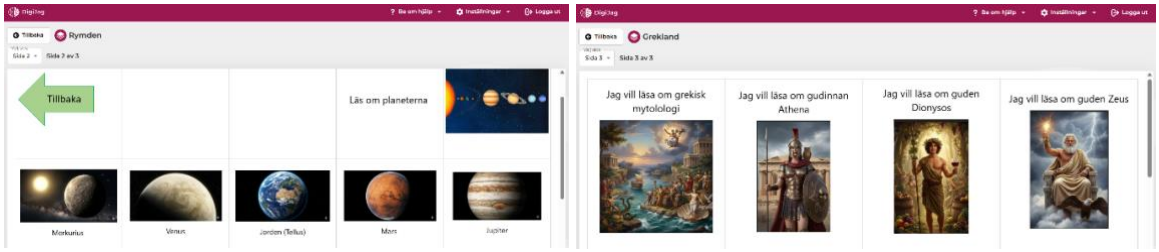


Bild 18 Här kan deltagarna hitta olika avsnitt och enkelt och självtändigt väjla vilka de vill läsa eller lyssna på.

Ett annat exempel är en spelsida med favoritspel som enkelt kan uppdateras när någon lämnar förslag på ett nytt spel hen vill prova. På så sätt kan DigiJag fyllas med olika förslag som man självständigt kan undersöka för att se om det är något man gillar och återkomma till.

Ett annat exempel är vår boktipssida. Där har vi samlat talböcker från Legimus i olika kategorier. Tipset består av en bild på boken, en kort skriftlig information samt en kort film där någon berättar om boken.

DigiJag AB
United Spaces Götgatsbacken
Götgatan 22a
118 46 Stockholm

Organisationsnummer 559210–0407

www.digijag.se
info@digijag.se

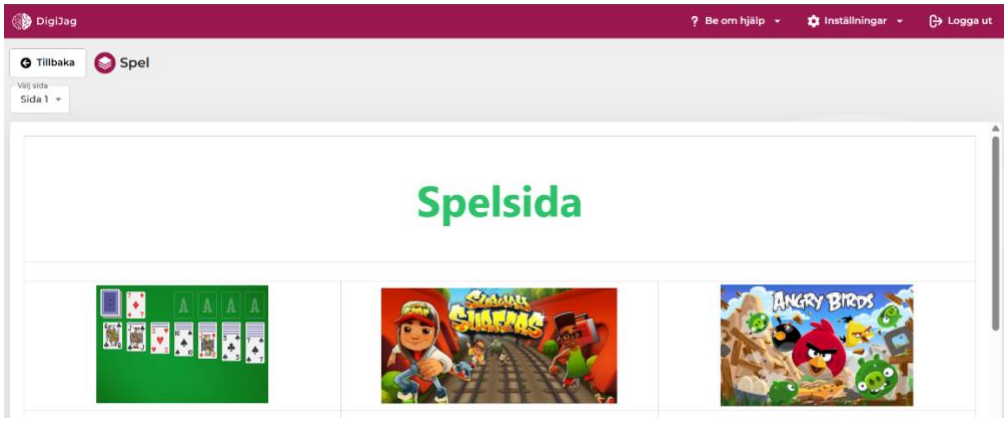


Bild 19 Exempel på en spelsida i DigiJag. Användaren kommer med ett klick till rätt spel varje gång.

Tid

Många personer med IF kan läsa av klockan, men tidsuppfattning är betydligt mer komplext än så. För att kunna planera och hantera tiden behöver vi veta när nästa aktivitet börjar, räkna ut hur lång tid det är kvar och förstå vad man hinner göra under den tiden. Det handlar också om att ta hänsyn till ställtider, förberedelser och marginaler.

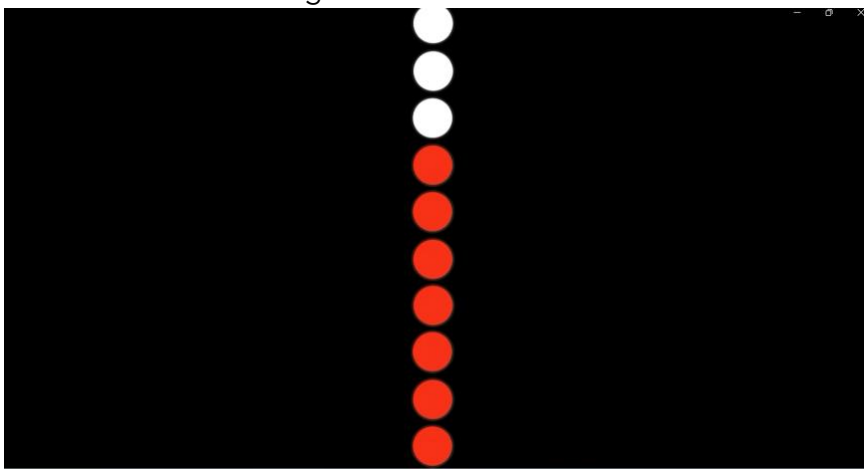


Bild 20 Grafisk visning av tid. När alla cirklarna är vita och det kommer en ljudsignal för att visa att till exempel pausen är slut.

Att inte självständigt kunna hantera tiden skapar ett beroende av andra. I DigiJag kan vi lägga in externa stöd, till exempel filmer som grafiskt visar hur tidsintervall räknas ner. På DigiJags önskelista finns även en kalender med inbyggd kvartsurvisning, enligt modell Handi. Att få påminnelser, en grafisk visning av hur mycket tid som återstår eller besked om att en aktivitet krockar med en redan inplanerad aktivitet ger självkänsla, trygghet och kontroll.

DigiJag AB
United Spaces Götgatsbacken
Götgatan 22a
118 46 Stockholm

Organisationsnummer 559210–0407

www.digijag.se
info@digijag.se

Pengar

Att hantera pengar kräver många olika kognitiva förmågor. Pengar är ett abstrakt begrepp och för personer med intellektuell funktionsnedsättning kan det därför vara svårt att förstå värde, jämföra alternativ och bedöma konsekvenser av olika beslut. Det handlar inte bara om räkneförmåga, utan också om att kunna planera, tänka framåt och förstå samband mellan orsak och verkan.

Det kan vara svårt att avgöra om pengarna kommer att räcka, vad ett köp innebär på kort och lång sikt eller vilka konsekvenser ett ekonomiskt beslut kan få senare. Känslor påverkar också beslutsfattandet och kan göra det ännu svårare att stå emot impulser eller förstå risker. När personen inte själv kan överblicka sin ekonomi leder det ofta till ett beroende av andra i viktiga vardagsbeslut, vilket kan skapa frustration, oro och ibland uppgivenhet.

Själva hanteringen av pengar kan också vara svår. Kontanter är ofta mer konkreta eftersom man kan se och känna pengarna fysiskt. Kortbetalningar och digitala tjänster, som till exempel Swish, kräver en högre abstraktionsförmåga eftersom pengarna inte syns på samma sätt. Samtidigt håller kontanter på att försvinna ur samhället, medan många personer i målgruppen dessutom nekas eller har svårt att använda BankID och andra digitala tjänster. Det riskerar att öka beroendet av stöd från andra och kan leda till ett digitalt utanförskap.

I DigiJag finns idag möjlighet att skapa stöd genom exempelvis prislistor samt tydlig information i inbjudningar och kallelser om vad olika aktiviteter kostar. Däremot finns ännu ingen personlig funktion för budgetstöd eller interaktiva övningar där användaren kan prova olika ekonomiska val och se vilka konsekvenser de får över tid. Ett sådant stöd skulle kunna öka förståelsen och självständigheten i vardagen.

Träna

Att visa olika moment i ett träningspass går utmärkt att göra i DigiJag. Det kan vara filmat material från till exempel Youtube som samlas på en sida. Materialet kan enkelt bytas ut beroende på förmåga, årstid eller popularitet.

DigiJag AB
United Spaces Götgatsbacken
Götgatan 22a
118 46 Stockholm

Organisationsnummer 559210–0407

www.digijag.se
info@digijag.se

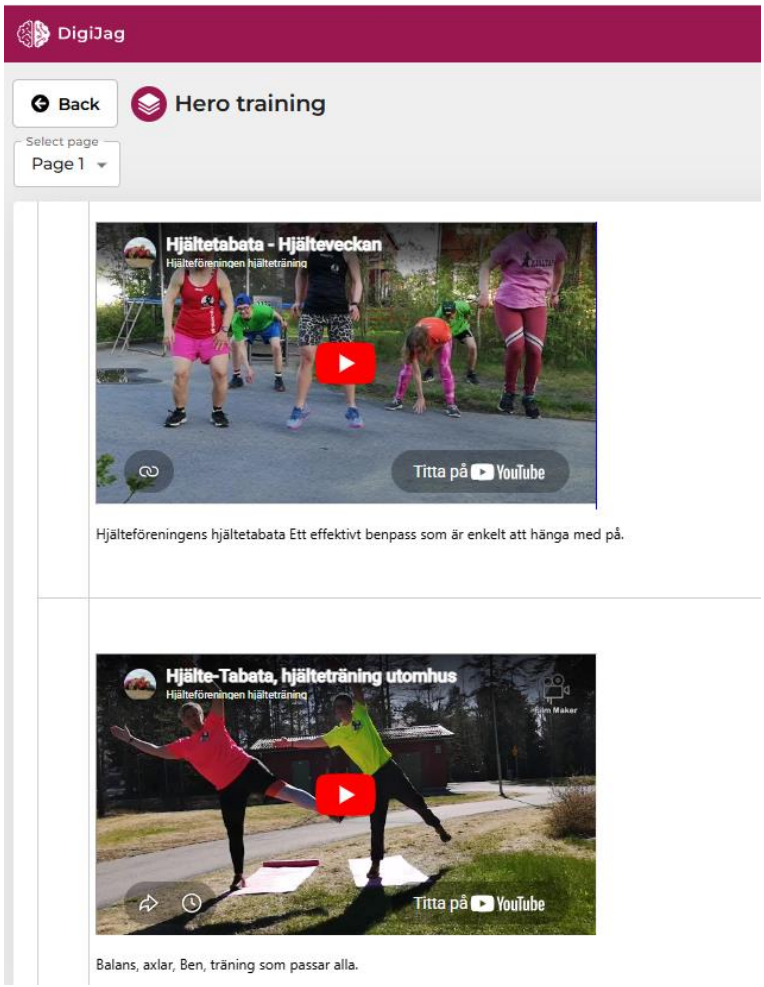


Bild 21 Uttervägen lägger ut träningsfilmer på youtube som kan samlas i ett material

Det går också att skapa egna träningssidor, till exempel i form av en checklista där man bockar av när en övning är klar. En film kan läggas in som visar hur övningarna går till.

Våra deltagare uppskattar när träningen blir mer som ett spel. Vi har lagt in symboler i något vi kallar Snurran, med hjälp av Wheel of Names. Deltagarna snurrar på hjulet och en övning blir vald. Övningen plockas sedan bort från hjulet när man har gjort den. Behöver deltagaren bli påmind om hur övningen går till finns en tabell med alla symboler under snurran. Om deltagaren klickar på symbolen som vann visas övningen i en video som vi själva har gjort.

DigiJag AB
United Spaces Götgatsbacken
Götgatan 22a
118 46 Stockholm

Organisationsnummer 559210–0407

www.digijag.se
info@digijag.se



Bild 22 Det är en övning som "vinner" som visar i vilken ordning man ska göra övningarna. Undersymbolen finns en film som visar övningen.

När deltagarna sitter stilla framför sina datorer under lektionerna lägger vi ofta in en danspaus. Vilken låt det blir att dansa till avgörs av snurran utifrån de favoritlåtar som deltagarna har önskat.

Det finns också träningsspel som kan läggas in som appar i DigiJag. Ett uppskattat spel är Liopep.

Vi önskar oss digitala träningsdagböcker med påminnelser, inspiration och tips som kan integreras i DigiJag.

Exempel på externa webbplatser

I kurserna Anpassad IT och under utvecklingen av DigiJag har vi använt oss av flera externa webbplatser. DigiJag fungerar som ett nav att samla och presentera både appar och material. Här är några exempel på webbplatser som fungerar bra för personer med IF:

- Matglad 2.0 https://app2.matglad.nu/ – erbjuder anpassade recept och möjlighet att göra matsedlar samt planera måltider utifrån vad som finns i kylskåpet, antal personer som ska äta och olika kostbehov, till exempel

DigiJag AB
United Spaces Götgatsbacken
Götgatan 22a
118 46 Stockholm

Organisationsnummer 559210–0407

www.digijag.se
info@digijag.se

laktosfri, glutenfri eller vegetarisk mat samt få inköpslistan i mobilen.



.

- Papunet – https://papunet.net/spelsidor/spel/ en spelsida där det finns möjlighet att ställa in svårighetsgrad, använda egna foton till pussel samt träna på exempelvis sopsortering och vad olika saker kostar.



- 8 Sidor – https://8sidor.se/ en nyhetssida på lätt svenska med möjlighet att få texten uppläst. Webbplatsen har en enkel kommentarsfunktion samt moderatorer som tar bort olämpligt innehåll. Nyheterna är kategoriserade och det finns även innehåll som handlar om vardagen.

DigiJag AB
United Spaces Götgatsbacken
Götgatan 22a
118 46 Stockholm

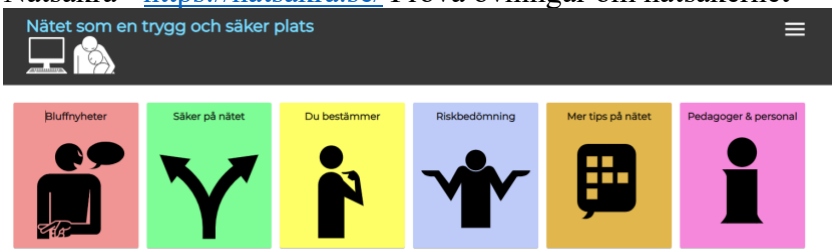
Organisationsnummer 559210–0407

www.digijag.se
info@digijag.se

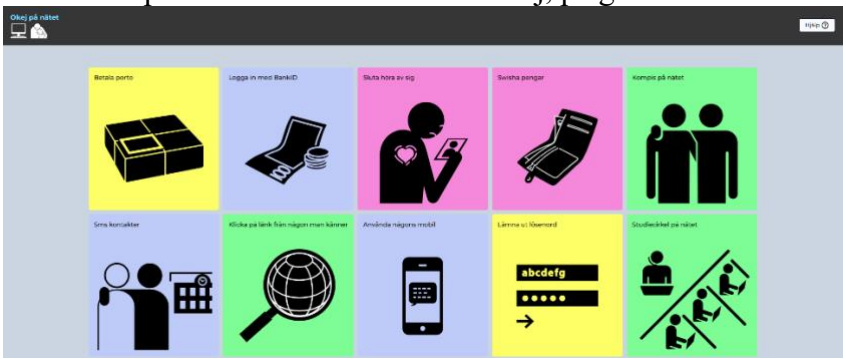
- Något har hänt - https://nagotharhant.se/ Ett material med information, spel och filmer om sexuellt våld och dina rättigheter för personer med IF.



- Nätsäkra - https://natsakra.se/ Prova övningar om nätsäkerhet



- Okej på nätet - https://okejpanatet.se/ Ett spel med olika situationer du kan råka ut för på nätet. Bedöm om det är okej, på gränsen eller inte okej.



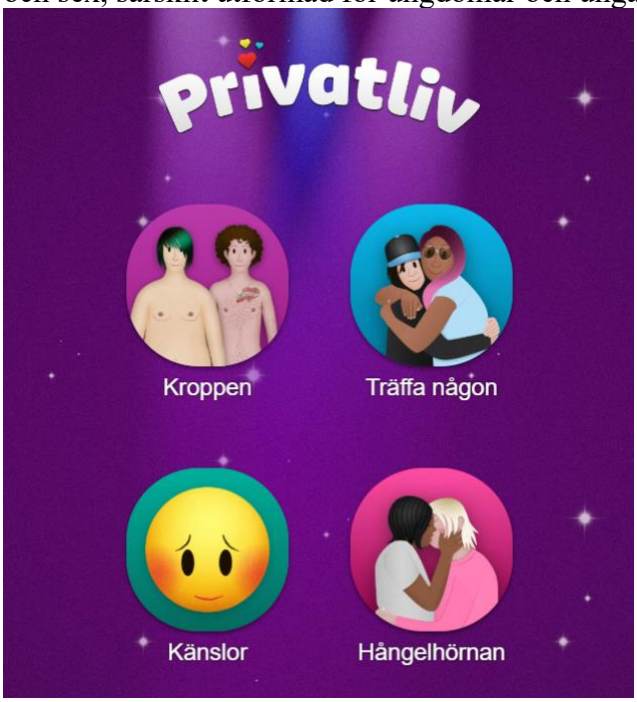
- Mitt privatliv - https://www.mittprivatliv.se/ Mitt Privatliv är en interaktiv, lättläst och pedagogiskt app som handlar om kroppen, känslor, relationer

DigiJag AB
United Spaces Götgatsbacken
Götgatan 22a
118 46 Stockholm

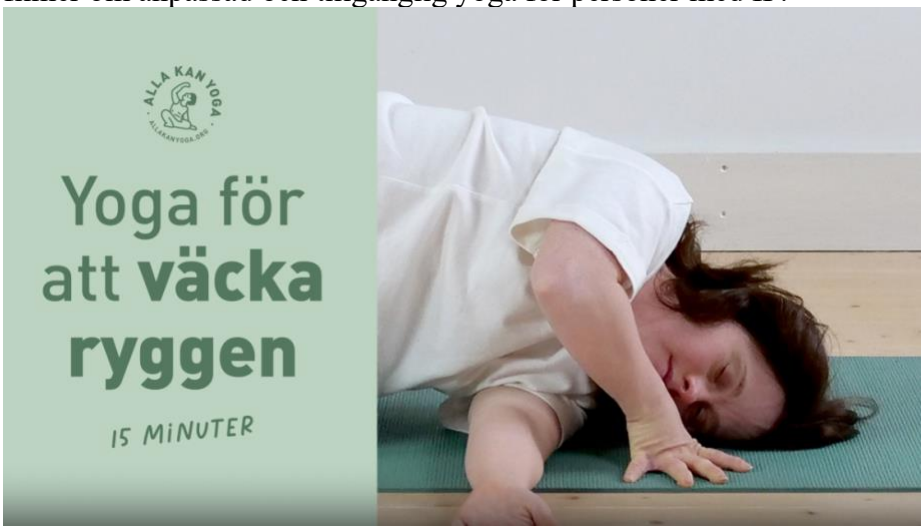
Organisationsnummer 559210–0407

www.digijag.se
info@digijag.se

och sex, särskilt utformad för ungdomar och unga vuxna med IF.



- Alla kan yoga - https://allakanyoga.org/ Alla kan yoga ett material med filmer om anpassad och tillgänglig yoga för personer med IF.



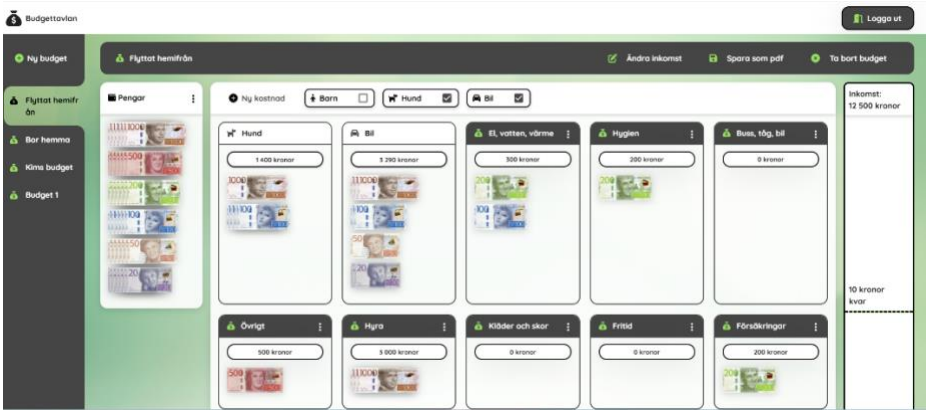
- Budgettavlan - https://digijag.se/mittvuxenliv/budgettavlan I budgettavlan kan personer med IF göra en egen budget och få reda på om pengarna

DigiJag AB
United Spaces Götgatsbacken
Götgatan 22a
118 46 Stockholm

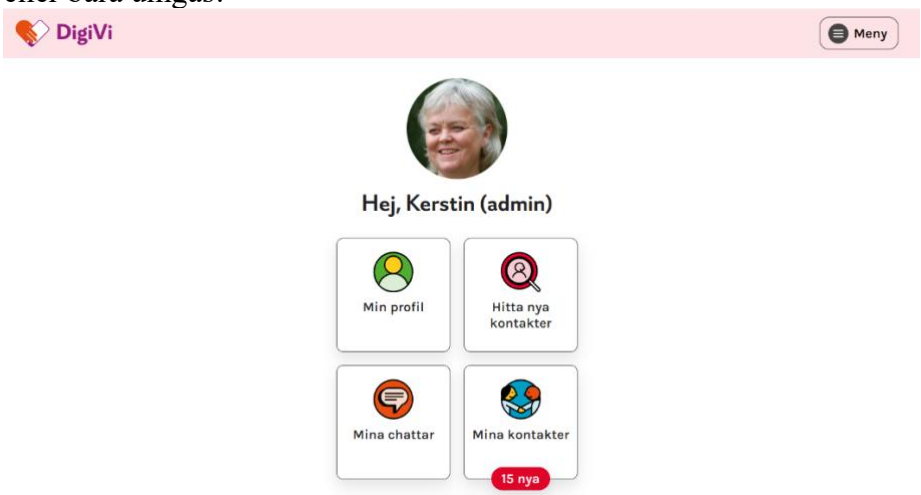
Organisationsnummer 559210–0407

www.digijag.se
info@digijag.se

räcker.



- DigiVi - https://digivi.nu/ DigiVi är en enkel och trygg app för personer med IF och autism för att träffas på nätet. Hitta vänner och kärlek, dejta eller bara umgås!



Att kommunicera digitalt

På en distansutbildning är det viktigt att kunna kommunicera information utåt. Det är lika viktigt att mottagaren kan kommunicera tillbaka med svar, önskemål, hemuppgifter med mera.

Innan DigiJag fanns använde vi e-postprogrammet Easy Mail. Det är så gammalt att det av säkerhetsskäl inte längre existerar. Det hade dock många fördelar för användarna. Deltagare som inte kunde läsa eller skriva kunde ändå ta emot mejl och få dem upplästa. De kunde också skicka mejl genom att tala in sitt meddelande, som då skickades som en ljudfil, samt bifoga bilder genom att en särskild mapp med sparade foton var kopplad till mejlprogrammet. De kunde dessutom hitta bland sparade mejl. Adresslistan bestod av foton framför varje e-postadress. Allt detta kunde de lära sig på en enda lektion.

I DigiJag kan vi skicka ut anpassad multimodal information. Idag finns dock ingen möjlighet att skicka information på annat sätt än genom formulär. Högt upp på DigiJags önskelista för framtida utveckling finns därför en anpassad meddelandefunktion.

DigiJag AB
United Spaces Götgatsbacken
Götgatan 22a
118 46 Stockholm

Organisationsnummer 559210–0407

www.digijag.se
info@digijag.se

Delaktighet

Vi använder ofta formulär för att ta reda på vad användarna önskar, till exempel när de ska rösta. Alternativen kan presenteras i form av text, bilder eller film. Till exempel röstar vi ofta om vilken biofilm de helst vill se. Filmerna presenteras med trailers som vi hämtat från nätet och lagt in i DigiJag. De röstar också om vilken mat de vill laga, vilka aktiviteter vi ska ordna och så vidare.

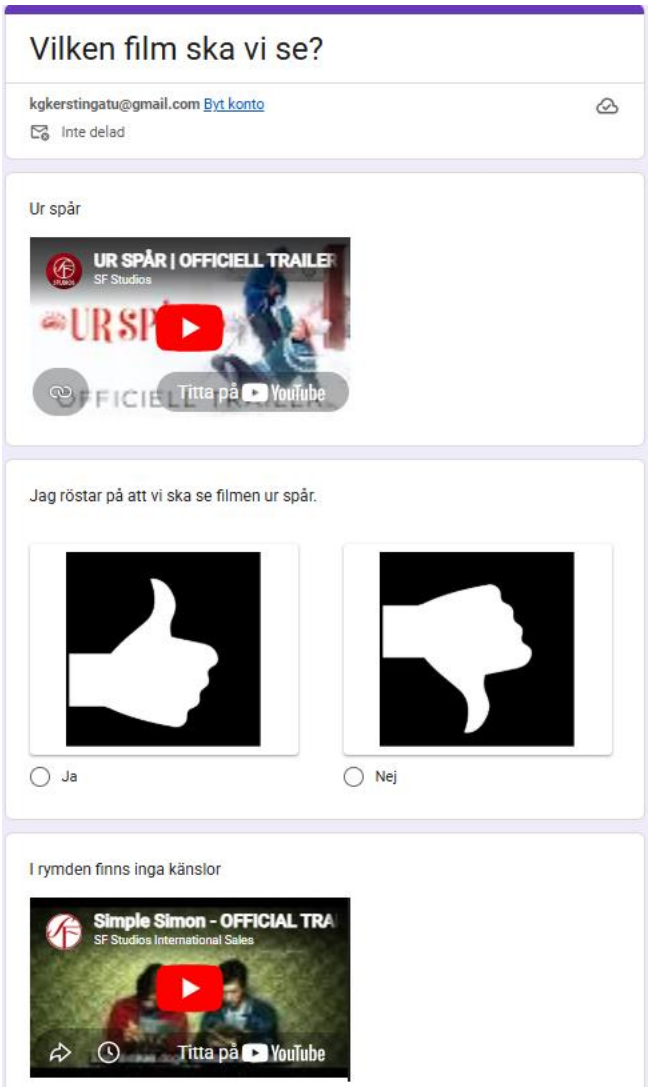


Bild 23 I ett formulär från Google Docs har vi lagt in trailers från de filmer gruppen kan rösta på inför fredagsfilmen. Svaren har också bildstöd.

En annan viktig funktion som formulär möjliggör är utvärdering – att fråga vad användarna tycker om olika saker. När våra kursdeltagare hade blivit vana vid att göra en utvärdering efter varje kurstillfälle blev det en aktivitet som efterfrågades och inte kunde tas bort på grund av tidsbrist. Utvärderingsformulären kan anpassas med en bild som representerar frågan samt svarsalternativ med olika symboler och färger som kompletterar texten.

DigiJag AB
United Spaces Götgatsbacken
Götgatan 22a
118 46 Stockholm

Organisationsnummer 559210–0407

www.digijag.se
info@digijag.se

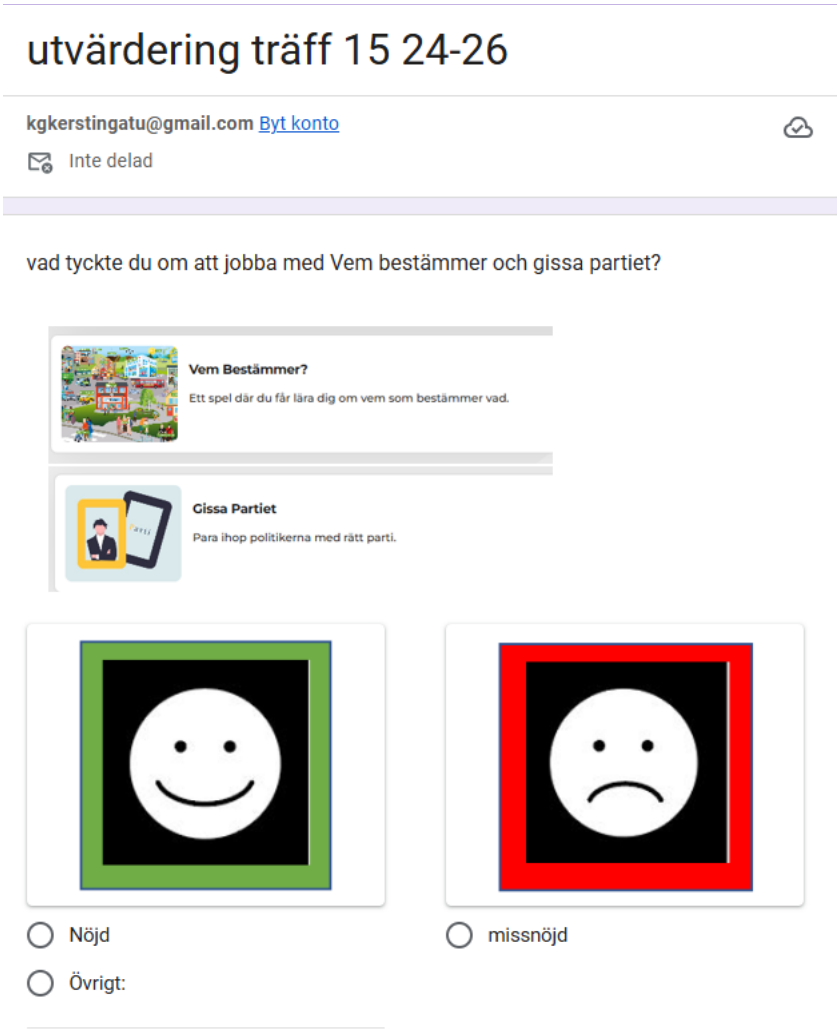


Bild 24 Ett exempel på ett utvärderingsformulär länkat i DigiJag med bildstöd i både frågor och svar.

Digitala möten

Att mötas digitalt är numera en självklarhet som förenklar både vårt arbete och vår fritid. Det gör att fler kan delta även när avstånden är stora. För personer med IF ser det dock inte alltid ut så. När coronapandemin kom behövde vi ordna så att kursdeltagarna kunde träffas digitalt för att kursen skulle kunna fortsätta. Det var en utmaning.
För att kunna delta i ett digitalt möte måste deltagaren veta:

- när mötet ska starta och hur lång tid hen behöver för att komma in på mötet. Att bli påmind både dagen innan och samma dag är till hjälp. Det underlättar också om personen har en kalender där mötet finns inlagt.
- hur man kopplar upp sig
- var länken finns och hur hen ska göra för att komma in på mötet

DigiJag AB
United Spaces Götgatsbacken
Götgatan 22a
118 46 Stockholm

Organisationsnummer 559210–0407

www.digijag.se
info@digijag.se

- ha headset, särskilt om flera personer är med i rummet
- ha en fungerande kamera
- ha fått öva på hur man:
    - begär ordet
    - sätter på och stänger av mikrofonen
    - använder chatten
    - avslutar det digitala mötet

I DigiJag kan man ha ett material som till exempel heter Zoom. Det enda som finns i materialet är en bild på Zooms logotyp som är länkad till den aktuella möteslänken. Då lyckas användaren komma direkt in på rätt möte.

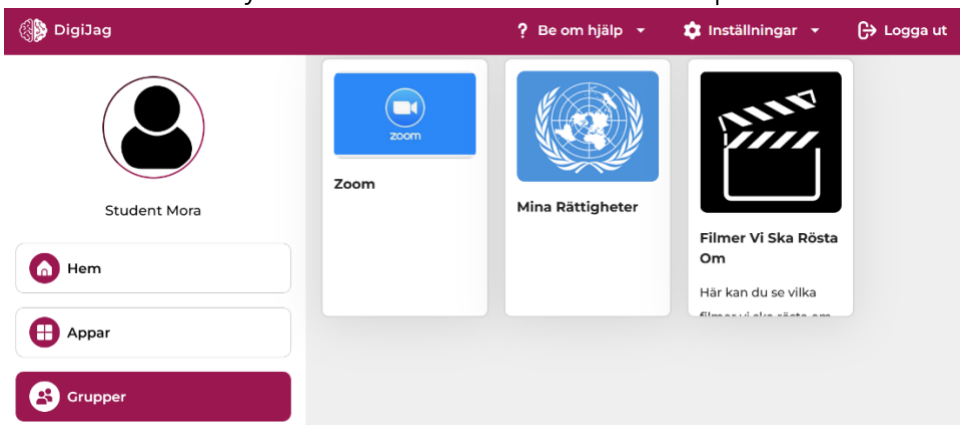


Bild 25 I Zoom-materialet finns alltid aktuell Zoom-länk.

Tryggheten i att lyckas varje gång man ska delta i ett digitalt möte sparar energi som i stället kan användas till att delta i diskussioner och lösa uppgifter under mötet.

Om man vill ha interaktivitet, till exempel rösta, svara på en utvärdering eller fylla i en enkät, kan detta med fördel läggas i Zooms chattfunktion. Det kan vara komplicerat för personer med IF att lämna ett digitalt möte för att hitta en länk någon annanstans.

Att tänka på

Bilder och symboler

När man väljer bilder behöver man tänka på att de ska passa sammanhanget och förstärka eller förklara innehållet – inte förvirra användaren.

Detsamma gäller symboler. Det ska inte vara någon slags rebus som tar energi att avläsa. Symbolerna ska vara:

- tydliga
- ha bra kontrast
- fungera även i förminskad storlek, till exempel på mobilskärm
- vara standardsymboler när sådana finns

DigiJag AB
United Spaces Götgatsbacken
Götgatan 22a
118 46 Stockholm

Organisationsnummer 559210–0407

www.digijag.se
info@digijag.se

- innehålla endast informationsbärande detaljer

Symbolerna ska också vara enkla och möjliga att skilja från varandra när man väl har lärt sig vad de betyder. Det gäller särskilt abstrakta symboler.

Att enbart använda färgsymboler räcker inte. Det är inte ovanligt att användare har problem med färgseendet.

Text

Texter ska vara begripliga. Det finns olika rekommendationer, till exempel:

- Klarspråk https://www.isof.se/svenska-spraket/klarsprak/klarsprakshjalpen
- Lättläst https://www.mtm.se/vagledning-och-handledningar/att-skriva-lattlast/
- 19 råd för begriplig text https://begripligtext.se/19-raden/

Text handlar om vilka ord och begrepp som används och hur de förstås. Det är viktigt att använda konkreta begrepp och att undvika eller förklara abstrakta begrepp.

Text handlar också om hur innehållet presenteras och placeras.

Tänk på att:

- använda korta meningar
- ha anpassad radlängd
- använda numrerade listor
- använda underrubriker

Struktur

För att underlätta för användaren behöver navigationen vara konkret och pålitlig.

Knappar för navigation behöver:

- ha ett enhetligt utseende för igenkänning
- vara placerade på samma sätt på olika sidor
- vara synliga på skärmen även när användaren skrollar neråt

Om navigationsknappar får en ny placering kan användaren tappa orienteringen. Vi har sett många exempel där personen inte klarar att hitta vidare och därför ger upp.

DigiJag AB
United Spaces Götgatsbacken
Götgatan 22a
118 46 Stockholm

Organisationsnummer 559210–0407

www.digijag.se
info@digijag.se

Interaktivitet
Interaktivitet betyder att människor kan vara aktiva och påverka det som händer, i stället för att bara titta eller lyssna.
Att hitta interaktiva funktioner på nätet att lägga in i DigiJag kan öka:

- motivation
- delaktighet
- självständighet
- personlig utveckling

Några exempel på interaktivitet är att använda Snurran, chatta, rösta och göra saker tillsammans.

DigiJag AB
United Spaces Götgatsbacken
Götgatan 22a
118 46 Stockholm

Organisationsnummer 559210–0407

www.digijag.se
info@digijag.se