

Ångest

- Hur personer med olika funktionsnedsättningar använder internet

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

Antal svarande: 242

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	9
Smart telefon	34
Dator	38
Surfplatta	41
Bakgrundsuppgifter	43
Begripsam AB	52

Diagnoser och svårigheter

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



	Procent	Antal
ADD	14%	33
ADHD	32%	78
Afasi	0%	1
Autismspektrum (Autism, Asperger)	40%	96
Bipolär	5%	11
Blind	1%	2
CP	2%	5
Demens, Alzheimer	0%	1
Depression	43%	104
Dyslexi	11%	26
Dyskalkyli, matematiksvårigheter	10%	25
Döv, barndomsdöv	0%	1
Döv, vuxendöv	0%	1
Dövblind	0%	1
Epilepsi	3%	8
Grav hörselnedsättning	2%	5
Grav synnedsättning	4%	9
Hjärnskada, förvärvad	5%	12
Huvudvärk, migrän	26%	64
Kommunikationssvårigheter	17%	40
Koncentrationssvårigheter	52%	127
Kroniskt trötthetssyndrom	16%	38
Känslig för starka intryck (flimmer, ljus, ljud)	52%	127
Läsvårigheter	11%	27
Minnessvårigheter	33%	81
MS	5%	13
Parkinson	0%	1
Räknesvårigheter	15%	37
Rörelsehinder, finmotorik	18%	43
Stroke	4%	9
Schizofreni, psykossjukdom	1%	3
Självförtroende/självkänsla, bristande	39%	94
Skrivsvårigheter	11%	27
Social rädsla	32%	77
Språkstörning, DLD	2%	6
Svårt att förstå	11%	26
Svårt att lära mig nya saker	15%	36
Svårt att komma igång eller avsluta saker	48%	117
Svårt att sitta	10%	25
Svårt att behålla fokus på en uppgift	35%	84
Talsvårigheter	6%	14
Utvecklingsstörning eller intellektuell funktionsnedsättning	9%	22
Ångest	100%	242
Annan, beskriv vad	24%	58

Annan, beskriv vad
Utmattningssyndrom (4)
Hjärntrötthet (2)
Allergier
Annan degenerativ neurologisk muskelsjukdom
Aspergers Syndrom. Det där spektrumet kan nya DSM köra upp, existerade ej udner min utredning och tvingas jag ej in i. Det förstör enligt mig för alla de tryckt in i det.
Bara intellektuell funktionsnedsättning, ej utvecklingsstörning. Svårt att förstå ibland, likaså med depression.
Beroende
Certificerad rullstolspilot
DCD
Depression i perioder, låg grundstämning. Ljudkänslighet. Har stora problem med finmotorik, men inget rörelsehinder - fingerfärdighet, dålig handstil - vilket (kan bli som en skrivsvårighet). Kan vara svårt att lära sig nya praktiska saker, finmotoriken. Svårt att sitta still och är rastlös (istället för svårt att sitta som det står i frågan).
Depression ibland. Svårt att förstå ibland. Inte utvecklingsstörning utan bara intellektuell funktionsnedsättning.
Diabetes typ 1
Dissociativt syndrom uns
Down syndrom
Dystrofia mgotonica
Dystymi
Emotionell instabil personlighetsstörning
Fibromyalgi lbs, ums
Fruktansvärd ryggvärk, ont i vaderna i en olycka 5 hjärnblödningar och 1 skallskada
Gad
Generell ångest, OCD
Har rullator, teknik och data är svårt, svårt att sitta länge på datorstolen o synen. Att "tekniken" är svår. Blind ena ögat. Har syhjälpn.
Hjärntumör
Högekänslig
Hörselnedsättning
Inkontinens
Inväntar neuropsykiatriskutredning pga misstänkt autism/asperger
Komplett paraplegi
Kramp. Eksem.
ME. POTS, Willis Ekboms, Ehlers Danlos, Raynauds
Multisjuk
OCD
OCD (tvångsneuros)
OCD. (Obsessiv Compulsiv Disorder)
OCD. (Obsessiv Compulsiv Disorder.)
Otillräcklig energi, uthållighet och ork
POLYNEUROPATI
PTSD
Ptsd
Svårt att minnas namn.
Tics

Trotssyndrom
Tvångssyndrom, kolostomi, steloopererad rygg
Utmattning
angiödem allergi. Det är mat allergi, dessutom autism gör att man tål inte viss mat heller.
högersidesförlamning
just förlorat alla svar i denna us då den - försvann då jag svarade på mobilen o tryckte på fel yta!
könsdysfori
svårigheter med grovmotorik,skilja på höger och vänster osv.
whiplash, fibromyalgi
Är i utredning för afasi, kan tappa talet. Fick en stroke i april. Kommunikationssvårigheterna beror på situationen, tex på jobbet går det bra, men kan inte gå tex till IKEA utan att må dåligt, kan inte få fram vad hon vill säga till tex personalen.Läser inget men kan bokstäverna. Har fotografiskt minne, memorerar allting istället för att läsa. PTSD. Har inte jättemycket talsvårigheter. Ska på utredning för MS. Angående rörelsehinder kan hon inte grabba tag i saker, tex hålla i mindre saker. Ang självförtroende, undviker hon att göra saker pga att hon inte klarar av samma saker som hon tidigare gjort. Har problem att vara på vissa platser där det är mycket folk, tex festival.
Är ofta i min egen värld (schizoid personlighetsstörning?)
Ätstörning UNS, Utmattningsyndrom (upprepade gånger)

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

En och en är de ok, tillsammans blir det svårt
Har inte fått diagnosen ADHD men har konstaterat det själv. När jag var ung hette det Psykisk ohälsa, men dagens diagnoser förstår jag mej själv bättre. Pusselbitarna har fallit på plats. Är idag Spetspatient av flera anledningar.
Mina svårigheter i kommunikationen beror enbart på min syn/hörselskada
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!
Har även hjärtsvikt efter en infarkt.
Jag har både somatiska och psykiatriska diagnoser - mkt svårt för vård, kommun och landsting att hantera och förstå !
fibrodinma.
Jag är väldigt rak och känner att det många gånger blir missförstånd pga det.
Utmattningsdepression GAD
Jag fick diagnos Autismspektrum i vuxen ålder.
För mycket att berätta
ADD OCH Atypisk autism är nog grunden till de svårigheter/promlem som jag har. Att leva med dessa svårigheter... Odiagnostiserad till 42 års ålder... gör att nog att man drar på sig bidiagnoser.
Jag har sedan 16 års ålder en svår tvångs- och ångestneuros, framför allt OCD. Utredds för närvarande för ADHD/autismspektrum. Utreddes för 20 år sedan för ADHD och fick då veta att ADHD inte kunde bekräftas eftersom det inte fanns någon som kunde berätta hur jag var som barn. Psykolog och psykiatriker sade dock att resultaten av testerna var typiska för ADHD samt att jag dessutom hade motoriska svårigheter. Förra hösten skrev vårdcentralen remiss för utredning av npf eftersom den ansåg att allt tydde på AST och jag utreds alltså nu.
ADD och Atypisk autism är nog grunden till de svårigheter/promlem jag upplever. Pga att jag inte fått diagnos förens vid 42 års ålder han jag nog dragit på mig en del bidiagnoser.
Vad innebär ytterligare? Aspergers och ADHD i kombination är väldigt ofta i konflikt och det är svårt att bena ut vilken av de diagnoserna som behöver stöttas upp där och då. Eller vilken nedsättning som är

från vilken diagnos. Ångest och oro är livspåverkande. Men samtliga svårigheter och diversiteter är främst så påtagligt ignorerade av vården och samhället. Fast det heter att det ska utbildas om NPF och att det ska talas högt om psykisk ohälsa, så visar vården okunskap och försäkringsbolagen visar att det inte räknas som ohälsa. Inte ekonomiskt i varje fall. Vare sig diagnoser eller tillstånd. Utmattning - nej. Adhd - nej. Aspergers - nej. Oro? Ångest? Här har du medicin. Fungerar inte? Nehe - här ta en ny då. Ge det tid.

Fått autismSpektrum sen barndom

Ibland är det riktigt bra och ibland riktigt dåligt

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

Har sen 2007 kronisk intestinal pseudo obstruction (falsk tarmvred) och gastropares, sen 2014 certifieret rullstolspilot pga en subversion av Guillain Barrés Syndrome; Polyneuropati AMSAN.

Hjärntumör sen år 2000, opererats, fått hjärntrötthet.

EFTERSOM MAN INTE FÅR HJÄLP PÅ VC ÄR DETTA GISSNINGAR TILL STOR DEL.

Har varit sjukskriven / sjukpenionär sedan 1996 pga min OCD. Tycker att denna sjukdom glöms bort bland funktionsnedsättnings-sjukdomarna. OCD är VERKLIGEN en funktionsnedsättning. Hindrar en från att göra så enkla saker....som gör livet så mycket svårare och ensammare.

OCD glöms oftast bort bland sjukdomarna som handlar om ångest och hjärnsjukdomar/syndrom . Trots att OCD är en verkligt plågsam sjukdom som innebär ensamhet och ett handikapp som bryter ner en som människa.

Kronisk utmattningssyndrom, GAD, rullstolsburen

Mina svårigheter är främst kopplad till min MS diagnos, så mitt sätt att fyll i blev kanske helt galet? Det är ju för min del inte olika diagnoser, utan olika symtom på min MS!?!

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

Nä

Min CP-skada har gjort mig gravt rörelsehindrad.

Har Lipödem, fel på ämnesomsättningen, PTSD, lindrig kognitiv störning!

Jag vill inte bemötas annorlunda utifrån dessa variationer. Jag kan själv be om hjälp om behövs. Känner mej dumförklarad som antas behöva ditt å datt

Jag har även utmattningssyndrom

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.

Blir lätt trött och förbannad och får ångest. Jag leker med människors känslor.

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

ADHD, diagnos ställd i vuxen ålder vilket hann leda till ytterligare besvär i form av depression, ångest och utbrändhet.

Koncentrations- och avgränsningssvårigheter, tröttnar fort och blir irriterad av för många klick, rörig text och ottydlighet

Borderline fanns inte med

Okunskapen om ADHD inom sjukvård, skola såväl stor del av svensk forskning är skrämmande. Information om konsekvenserna gällande skilda undergrupper är undermålig ie obefintlig (relaterat till aktivitetsnivå, begåvningsnivå, ålder, kön. Främst hur hög/låg begåvningsnivå påverkar vardagsfungerandet! Forskning saknas om hur nedsatt ork o tidsuppfattning försämrar fungerandet i skiftande aktiviteter o påverkar livskvaliteten. Gällande fördomar kring läkemedel/-sbehandling, även inom vården, är förödande - effekten innebär inte botande av funktionshindret endast en viss lindring! o.s.v.....

Jag har även smärta pga två autoimmuna sjukdomar

PTSD var inte ett alternativ men diagnostiserad för det också

Har en stor komplexitet av problem vilket gjort mig svårutredd och feldiagnosticerad tidigare.
Förstår inte meningen med skola, livet, allt!
panikångest, ångest och panik attacker är till följd av depression. Fetma till följd av depression.
ADD, social ångest och generaliserat ångestsyndrom. Dem går ofta in i varandra då jag inte velat att någon ska veta om min ADD. Som ger koncentrationssvårigheter, svårt att ta tag i saker, att organisera, blir lätt uttråkad osv. Det har gjort mig till en perfektionist där min sociala och generaliserad ångest lätt hittar eventuella katastrofer/konsekvenser. Till exempel att jag satt uppe om nätterna i skolan och gjorde inlämningsuppgifter, kände mig aldrig nöjd, det var tvunget att vara perfekt för annars kunde man ju märka min ADD.
Jag har diagnosen ADHD, men väntar på utredning för AST/Aspergers. Det är de sociala relationerna, både privat och på jobbet, som är de tuffaste. Men adhd-medicin hjälper ju mig bara för min hyper sida, inte asp sida.
Nej
Då det är både fysiska, mentala samt neuropsykiatriskt med fokus, minne med mer så slår dessa diagnoser med symptom undan fötterna på varandra. vilket gör den totala förmågan mindre/sämre vuxendöv, men lite hörande med hjälp av cochleaimplantat och hörapparat
Oerhört dåligt att myalgisk encefalomyelit inte är med i listan, när MS är det, vilket är den närmst besläktade sjukdomen och dessutom är hälften så vanlig och oftast mindre funktionsnedsättande än ME. Har även Ehlers-Danlos, vilket ofta ger nack, och hjärnpåverkan rent fysiskt, kan vara därför som jag har dålig kontroll över halva kroppen. POTS och dysautonomi, en annan nervsjukdom ofta med autoimmuna drag, Denna gör att jag helt enkelt har svårt att vara upprätt och påverkar stora delar av det autonoma nervsystemet och inte klarar värme, Har även Willis Ekboms sjukdom, med kraftiga krypningar i hela kroppen om jag inte hela tiden rör på mig, tar dock saker som oftast håller det i schack.
Svårt med balansen
Orkar inte
Har huvuddiagnos ME/CFS, som ni tyvärr kallade kroniskt trötthetssyndrom i listan. De flesta andra funktionshinder jag kryssade i är resultat av den sjukdomen.
Har intestinal pseudo obstruction, falsk tarmvred, gastropares, en subversion av Guillain Barres syndrom, polyneuropati AMSAN, akut motorisk sensorisk autonom neuropati. Rullstolsburen, utan känsel från halsen och ner, inga autonoma rörelser, Extrem smärta och hypersensitivitet. Bland annat.
Manglar oppfølging fra nekrolog ette fler stroke
att jag e den typen som inte vill sitta still för mycket eller att jag gillar att umgås med folk fast inte för mycket
Nej
Muskelsvaghet. Försvård tal o födomänen mat tugga, svälja. Synen försämrad har gråstarr. Infektionkänslig. Balans. Inre organ, magbesvär Årftlig.
jag tänker för mycket jag har blodsocker anfall jag är väldigt mycket känslig känner av stress orolig känslig stressmage rädd sömnproblem mardrömmar har svårt att säga ifrån folk ledsen i hjärtat ångest migrän svårt att släppa håret
Har gått på träningskola och sedan särskola.
hörselnedsättning
svårt att veta om vad som är rätt och fel i vissa situationer Tex lagliga och olagliga grejer. och när kompisar säger att jag ska göra något som inte kanske e så bra etc
Har diagnoser atypisk autism, adhd som ev ändrats till add. Har fått god diagnos, lidee av panikångest och undviker platser kopplade till ångest. Har ptsd. Ska utredas vidare inom bipolaritet. Har språkstörning och en variant av dyslexi. Har svårigheter med att skriva text. Har stora matematiksvårigheter. Har inte fått diagnoser på pappret kring dyslexi, dysgrafi eller dyskalkyli. Hab säger att dem ingår i mina svårigheter kopplade till autism och adhd. Jag vet att det vore praktiskt att få papper på svårigheterna.
Nej, det är det inte.
Scizzoaffektiv sjukdom fanns inte som alternativ varför jag kryssade i både bipolär och schizofreni.

Tappar lätt fokus om annat händer runt omkring. Har många gången utsatt mig själv och andra för dåliga konsekvenser pga dålig impuls kontroll

Har svårt att räkna & komma ihåg saker/information som är viktigt för mig att veta & som måste komma ihåg.

Av alla svårigheter är tröttheten värst för den gör att jag får svårt att koncentrera mig, jag blir ångestfylld, tappar mycket av fritid när jag är så orkeslöshet. Dessutom lider jag av svåra smärtor

Nej

Viss svårighet gällande igångsättning och motivation. Kraftig logiskt tänkande. Svårighet att hantera andra människors besvikelse om jag begår snedsteg.

Arträs i ett knä och att arträs i båda höfterna och bäckenbenen

svårt att förstå samhället i visa situationer

Internet

Använder du internet?

	Procent	Antal
Ja	99%	231
Nej	1%	3
	Totalt	234

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	62%	138
Det är svårt att söka information	12%	26
Det är svårt att navigera, att hitta till rätt ställe	18%	40
Det är svårt att använda tjänster (till exempel fylla i blanketter, köpa och beställa saker)	19%	42
Det är svårt att förstå innehåll	12%	26
Det är svårt med lösenord	29%	65
Det är svårt för att design och utformning är störande	17%	37
Det är svårt för att det inte fungerar med mina hjälpmedel	6%	13
Det är svårt men jag kan inte beskriva varför	7%	15
Vet inte	3%	6
Annat, beskriv vad	17%	38

Annat, beskriv vad

allmänna hinder pga mitt f.hinder ss stanna kvar i en uppgift, tidsåtgång, byte mellan olika appar o kring aktiviteter ss bankid. svårigheter m lösenord o inloggningar, uppslukas av internet fa sociala medier. osv, osv Dvs konsekvenser av 'soft signs'

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

Det kan vara mycket störande med annonser som rör sig eller blinkar

Det som är svårt med internet är att social interaktion på sociala medier, allt annat är enkelt.

Det är helt beroende av vilken sida det är, internet i sin helhet är för stort för att dra över en kam på det här sättet

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

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

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

Det är svårt när det är saker utanför det jag ska fokusera på som rör sig el/och låter tex reklam
Det är svårt på vissa sidor där det inte är strukturerat och tydligt. Tex vilken underrubrik man ska gå in på för att komma vidare.
Då jag har en synskada som påverkar användandet blir jag sämre vid dataskärm.
Då man har dyslexi och har problem med stavningen och stava Rex fungerar inte överallt.
Gör det inte för svårt. Är inte så kunnig på internet.
Han tycker generellt inte att det är svårt att använda internet och att det generellt kan vara svårt att navigera och att hitta rätt ställe
Har allmänna svårigheter med att fylla i detaljer i formulär, t ex personuppgifter, siffror, etc
Har en god man
Har svårt att ta mig igenom stora textmassor.
Har svårt med skrivning för att alla rörelser måste tänkas
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.
Jag är inte insatt i internet och vet ingenting om internet
Kan inte längre följa skrivna instruktioner man tex får av datasupport eller till en pryl jag köpt. Fattar inte alla frågor i blanketter ansökningar mmFruktansvärt dåligt minne. Google har blivit omöjlig som i första hand visar de som vill tjäna mkt pengar. Sen orkar jag inte fortsätta leta. Värst av allt är teknikstressen jag har och otryggheten jag känner för att jag inte har råd anlita hjälp till det som inte fungerar som jag behöver och har inte råd köpa nytt när de gamla är för gamla. Dessutom sätta sig in i hur en ny produkt funkar suck. Samhället som kräver att man ska ha fungerande teknik men får ingen hjälp till det. Dubbelsuck fy och usch. .
Med förstöringsprogram får man svårt med överblick och missar lätt saker. Ofta är det dålig kontrast i text och rörigt, vilket gör det svårt för mig som synskadad att se
Många siter är inte mobilvänliga
Rädd/nojjig över virus.
Stavning, anv stavprog. Har inga hjälpmedel men använder Googles stavrättning sam Google translator. Känner inte till att det finns hjälpmedel och vad hon skulle behöva. (P i telefonintervju:) Jag beskriver att det finns utskrivet av arb. terapeut
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
Tycker inte det är svårt
Valde 1 och 2 för att ibland får jag en bild av en objekt i huvudet men vet inte vad heter. Vet inte hur ska en mening utformas när det sökas oavsätt språk. Om datorn kunde läsa min bild i hjärnan och söka åt mig skulle vara bättre. För att det går timmar att söka exakt. Sen om jag hittat förslag vet inte vilket är bäst. Sen när jag hittat vill ha ett bättre svar. Sen blir trött och kommer inte igång efter jag hittat. Några dagar efter kommer inte ihåg vart sparade länken.
Vill ha mer hjälpmedel.
Vissa hemsidor har väldigt liten text
Vissa saker stör mig något oerhört för att vissa sidor inte ska fungera som de gör eller borde se ut som de gör, annars inga problem.
allt ovan, samt svårt för mina hjälppersoner att reglera internet så att endast det jag är intresserad av visas, och på rätt nivå det är lätt med internet
flashar med reklam är mycket störande
från banken man behöver kod.
nej
synskada gör det svårt samt nackskada

Varför använder du inte internet?

	Procent	Antal
Jag är inte intresserad	0%	0
Det är för svårt	67%	2
Jag kan inte	67%	2
Jag har ingen dator, telefon eller surfplatta	0%	0
Jag har ingen internetuppkoppling	0%	0
Jag har inte de hjälpmedel jag behöver	67%	2
Det är för dyrt	33%	1
Vet inte	0%	0
Annat, beskriv vad	33%	1

Annat, beskriv vad

Jag är inte insatt i internet och vet ingenting om internet. Det är svårt att hänga med i rätt takt, eftersom att jag tar lite längre tid på mig att hinna läsa snabbt

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

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

Kommer inte upp det man söker på pga köpta platser

Det är jobbigt att få överblick samtidigt som jag använder förstoringsprogram och det är ofta rörigt eller för små kontraster

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.

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

Min personliga assistent har lärt sig mina anpassningar och stödjer mig - då kan jag göra det jag vill.

Det finns tidsgränser för t.ex köp och det tar tid att fylla i blanketter och sidor med mina hjälpmedel. Röststyrning fungerar inte överallt.

Ibland är det svårt att veta en sidas trovärdighet

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.

Det som jag tycker är svårt är social interaktion. Det är visserligen enklare än i den fysiska världen eftersom jag slipper försöka tolka minspel, gester och röster. Men jag har vissa svårigheter med att kommunicera med människor. Jag tycker människor kan vara svåra att tolka och förstå och jag har svårt att förstå hur mitt eget uppförande kan tolkas av andra. Jag är dessutom ofta brutalt uppriktig och är dålig på att linda in saker. Jag har generellt en IQ betydligt över medel men jag tycker en del aspekter av umgänget med människor är svårt i den fysiska världen och en del av det hänger med in på sociala medier.

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

Då jag har dyslexi så fungerar inte alla rättstavningsprogram till alla enheter så som ett rättstavningsprogram på datorn men sen ett annat till telefonen

Pga min synskada blir jag störd av flasher och popups, dåliga kontraster, liten stil, för breda marginaler för mitt förstöringsprogram (när man inte kan scrolla).

Den NYA designen (Windows 8 framåt, påstådd anpassad till platta och mobil) av alla hemsidor där text ersätts med hieroglyfer som "tre streck betyder meny - det ska alla veta nu!". Den är störande, förvirrande och svår att navigera för mig. Jag växte upp med datorer, jag fick en vid 2½ års ålder med DOS och använde inom kort datorn utan hjälp. Det var alltså mycket enklare för mig att DÅ komma ihåg och skriva kommandon i stil med "Run Command File C:/Spel/Fury_Of_The_Furries " och vad det nu kan ha varit för specialtecken som skulle in än vad det är för mig att nu navigera de websidor som idag skapas. Att navigera väldigt ... svårt att förklara, men, platta, kontrastlösa sidor - stilrena, som byggda av nihilisterna som designar de fula husen som byggs överallt (FU konstfack...) just nu - med lite text och få och dåliga gränsdragningar med symboler jag ska gissa betydelsen på. Det är frustrerande så jag kan skita i det ofta. Särskilt där allt inte ÄR på sidan, eller ens i en rullist, som förr. Utan istället kan det finnas en symbol som öppnar en list som åker ut från SIDAN och täcker hela skärmen, där en av sjutton andra symboler tar dig till en sida och DÄR kan du få hjälp. Om du tyder rätt hieroglyf DÄR... T.o.m Försäkringskassan har börjat med det! Jag kunde inte för allt i världen hitta tillbaka till min inkorg för att se vem min nya handläggare var. Och de ville att jag skulle gå över helt till det från papperspost. Men glöm det! Och mer och mer fungerar därför inte heller gamla hederliga Ctrl-F för att hitta ordet man söker, som ex. "Kontakt". För det kan vara dolt, eller i form av en telefon- eller brev-hieroglyf. För mig börjar det bli lika irriterande, om inte lika svårt att hitta själva hemsidorna, att navigera på sidor som det var när man på modemens tid inte hade sökmotorer och man själv skulle skriva http:// och få med varenda punkt och snedstreck för att inte få en felsida när man ville öppna en websideadress... Jag känner mig som 60, inte 27.

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

:-)

Har svårt för att förklara.

Kan ibland vara svårt med otydliga sidor, röriga sidor.

Det finns för mycket information och det är svårt att sålla.

Svårt att se på mobilen. Äger inte dator

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

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.

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

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

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

Jag var på instution när detta utvecklades å besitter ingen kunskap

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

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

Det är svårt att hitta svar på frågor, bara en jäkla massa reklam kommer upp eller så hamnar man på forum där idioter utan vare sig kunskap eller hjärna uttalar sig. Jag vill ha relevant info från kvalificerade källor i enlighet med det jag frågar.

Det är jobbigt med röriga sidor med ologisk indelning, med stora textsjok utan avdelning/mellanrubriker, samt att komma ihåg lösenord

se föregående svar

.

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

Hitta rätt information när man tex använder söktjänst. Källkritik. Lagom detaljerad information etc.
På en del sidor där man ska fylla i blanketter osv, så är det ofta inte anpassat efter en AD(H)D hjärna. Jag skulle behöva mer tydlighet och mer kortfattade förklaringar till vad exakt det är jag ska fylla i/skriva. Det kan även vara krångliga ord, för många olika färger.
Att det inte finns någon enlighet, olika sidor =olika typsnitt, ibland länkar på höger sida-ibland på vänster sida. Blinkande objekt. Rörliga bilder. Filmer som sätter igång med ljud som skapar ångest för mig, eftersom jag är ljudkänslig och inte var beredd på ljudet/musiken.
Det är svårt med sökmotorer. Ofta är jag tydlig med vad jag vill söka efter men får inte de resultat som är relevanta för min sökning.
Jag har dåligt minne och har därför svårt att komma ihåg lösenord. Jag får ändra lösenord nästan varje gång jag ska logga in. Är bättre med mobilen nu när man kan logga in med fingeravtryck eller spara lösenord på mobilen så att det skrivs in automatiskt
Just för att det är en skärm jag ska titta på vilket inte är bra för mina diagnoser.
rörlig reklam som stör det jag verkligen vill titta på, ger en enorm hjärntrötthet
tycker inte om att man skall använda bank ID till mycket eftersom jag valt bort detta
Det mesta beskrev jag på förra frågan. Hatar när man inte kommer vidare om man inte fyller i en mobil och mailadress Får ibland inte en kod att funka en fast de precis skickat en till tex mobilen. Internetkrångel tar för lång tid och mkt ork jag inte har. Speciellt när teckningen försvinner. M M trots att ingen hittar felet sker det ofta de flesta dagarna. Ingen verkar heller fatta varför jag inte kan skicka mail, svara eller vidarebefordra... Ja det är så mkt frustration över tekniken att jag skulle flytta ut i skogen utan nät mm om jag bara kunde. Samtidigt måste jag ha tex you tube på för att kunna sova osv urk.
Jag tycker inte Internet i sig är svårt att använda, men om man använder mer mental energi på att surfa än vad man har tillgängligt blir ju allt svårt. Jag gör ofta fel när jag ska betala räkningar, men inte för att jag inte fattar, utan för att det är koncentrationskrävande och för många moment i följd.
Jag kan inte beskriva internet som helhet som vare sig svårt eller lätt, det är för ospecifikt. Vissa hemsidor är lätta, vissa är svåra eller störande eller svåra. Ibland är det svårt om jag är på telefonen men inte om jag är på datorn. Det går inte att säga utan att vara mer specifik.
Samma som innan, på dåligt dagar fungerar interns diktering
upplever att ibland är det "mycket" och jag har svårt att hitta det jag vill. Får jag en direkt länk eller väldigt tydligt visat vart jag hittar det jag söker så fungerar det rätt bra.
Pga ljuskänsligheten så är det lättare att läsa på papper.
Svårt å avenda
inget e svårt det e bara roligt att använda internet och så där. Men jag behöver tidsbegräsning hur mycket jag sitter vid internet kan lätt fastna vid det svårt att slita mej från nätet.
Det är svårt att hänga med i rätt takt, eftersom att jag tar lite längre tid på mig att hinna läsa snabbt
Har inte provat att betala räkningar och fylla i blanketter på internet men tycker det verkar svårt.
man måste ringa banken om man måste ha kod överallt. dom vill inte hjälpa. man måste också betala dyr virusprogram.
Det kan vara svårt då internet är flyktigt och förändras ofta.Svårt att komma ihåg lösenord tex.Ofta svårt att gå tillbaks på värdguiden eller likn,förlorar ofta text som skrivs i formulär och jag behöver göra om.
Orolig ibland över att det förekommer lösenordskapningar etc, sådana slags 'hot' på nätet...
Det är så många ord o termer som man aldrig har hört o därmed inte fattar vad det innebär när man svarar ja eller nej. T.ex svårt pga min förflamning o "touch" kontakten med Ipad inte fungerar tillfredsställande (dvs ingen kontakt trots att trycker).
Kan vara ord som kan vara svårt att förstå emellanåt men oftast fungerar det bra iallafall.
Svårt att veta hur man skall söka och hitta saker. Ibland måste man vara väldigt specifik i sin fråga eller i sin sökning.
Vet ej
Det är svårt över lag.
Vet inte om detta kommer upp senare men jag tycker mobiler och surfplattor är svåra. Jag behöver en riktig dator med ett riktigt tangentbord annars blir jag jättestressad för det går för långsamt med pekfingervals på skärm
Jag har svårt att komma ihåg lösenord. Det händer att jag måste ändra lösenordet, vilket kan vara svårt och jobbigt.

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

	Procent	Antal
Ja	27%	60
Nej	70%	154
Vet inte	3%	6
	Totalt	220

Vad brukar du be om hjälp med?

Boendestöd sitter med som stöd vid t.ex räkningar och beställningar, minne och kontroll att det blir rätt.
Allt möjligt Ex beställa biljetter såsom ex tåg och annat betala räkningar Söka rätt på info För att få tag på någon inom ex kommunen Osv
Anhörig hjälper mej skriva p.g.a. Koncentrationssvårigheter.
Jag frågar andra när jag inte hittar eller inte fixar något- vänner, eller support från företaget som Dövsblindenheten anlitar, "Anpassa" heter det, finns i Malmö. Använder inte vårdguiden, bokar inte tågresor tec, eftersom det är för jobbigt
Att formulera rätt sökord så jag hittar vad jag letar efter, hitta rätt blanketter, förstå myndighetsinformation och var jag hittar datan som krävs när jag ska fylla i alla de blanketter jag måste fylla i för att bevisa att jag är sjuk mm.
Tillgång till saker på tex mina vårdkontakter. Kan vara svårt att räkna ut vad som ligger under vilken rubrik.
Leta på internet läsa och svara på mejl leta och hämta svar på mina frågor vill kunna kolla vädret där jag bor leta musik och använda spotify
Fylla i formulär. Logga in på banken och göra köp.
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.
Att stava rätt på vissa ord då jag fattas ett fungerande rättstavningsprogram till telefonen
Kontakt med myndigheter, ekonomi. Min exfru hjälper.
Allt
Att skriva, arbeta vid skärmen. betala räkningar.
Andra människor i grupperna som har erfarenhet kan hjälpa till
Min son hjälper till ibland att hitta eller beställa något. Eller nr datorn krånglar.
Om jag måste beställa saker o ibland när jag ska söka
Min man
Deklarera, Läsa avtal och villkor, retur/ byten, pappersräkningar som ska föras in/ betalas, ibland även beställningar särskilt om de är på en site som jag inte använt tidigare . Jag ber en vän om hjälp, det kan vara en granne, min kontaktperson eller min närmsta vän.
Sökning, blanketter, frågeformulär och betalningar vid köp
komma på sökord
Vissa saker som blanketter som ska hittas på försäkringskassan eller kontakt med vårdcentral
Betala räkningar, söka
God man hjälper mig.
Ber mamma och pappa och syskon.
Fylla i formulär till myndigheter och dyl, t ex bankärenden, CSN-ansökan osv
Att tolka information från kommun, landsting och myndigheter. Att göra bankärenden. Att skriva brev och att fylla i blanketter.
Vuxna barn hjälper mig . Syster. När jag ej förstår oftast banker , FK , beställa .
Beställa saker Köpa saker Betala saker Hitta på kommunala hemsidor och hitta en specifik person på kommunsidan Skolornas hemsidor är också svåra
Fylla i blanketter, svårt att veta vad de frågar efter. Brukar ofta krångla.
Min sambo
Felsöka när internet inte funkar. Koppla ihop högtalare och andra trådlösa enheter till nätet och göra dem valbara genom tex

Spotify. Backupa
När jag ska föra över pengar så hjälper min pojkvän mig ibland då jag inte vet tex hur många nollor tiotusen ska ha. Eller när någon sida är för krånglig och jag tappar intresset så får någon annan kolla upp en viss information.
Att hitta information. Tyda kartor på Google maps.
Kan inte klara sig utan att någon hjälper henne på internet.
Söka efter specifik sak, ofta i samband med matlagning. Frågar vänner.
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.
Ber om hjälp om något frustrerar mig så att jag håller på att implodera. Saker som inte fungerar som det är tänkt oftast.
Allt jag tidigare skrivit jag tycker är svårt eller omöjligt. Även uppdateringar när de kommer. Är också många saker jag vill ha men inte använder för att jag inte klarar installera eller använda. Tex appar, GPS, stegräknare, sömnkoll, tidtabeller eller annan bra info. När minnet blir fullt och jag inte kan radera mera. Typ alla jag råkar prata med eller företag som skulle kunna osv personligt ombud har inte tid. Inte vännerna eller släktingar heller.
Stora projekt som att läsa på om en produkt man vill köpa, och där man vill läsa dels om funktioner, jämföra priser och läsa användaråsikter och väga dem med ens egna behov. Jag skulle aldrig kunna köpa en ny telefon utan hjälp t ex. Min man hjälper mig med sånt. Han hjälper också till med andra saker på Internet, bara härom dagen fick jag be honom göra nåt åt mig, men jag kommer tyvärr inte ihåg vad det var.
Skriva
Min man brukar få hjälpa mig söka information då jag har svårt att koncentrera mig
Min sambo hjälper mig med räkningar o sökning av info samt att lägga order etc.
Allt
När jag inte förstår riktigt. Assistenterna hjälper mig
öva sig och se med vad de menar, så ber jag gärna om hjälp
Brukar be om hjälp att komma in på you tube.
mina mamma pappa också Grubb bostad hjälper till
Brukar be min man om hjälp med inloggning.
Allt, att starta, att söka, att återställa, att öppna nytt...
att hitta det jag vill titta på, att slippa sådant jag inte orkar titta på, att "laga" när något inte fungerar som det ska; vårdnadshavare eller assistenter hjälper mig
Att betala räkningar och hålla koll på min ekonomi.
information lösenord m.m.
ibland får jag hjälp inte ALLtidDå
Bankärenden. Mamma sköter min ekonomi.
Ja ibland för att hitta. Får hjälp av vänner. Ej tillräckligt för mina behov.
ansöka till funk isfestivalen

Vad av detta använder du?

	Procent	Antal
Blogg, har en egen	12%	26
Blogg, läser andras	28%	63
Facebook	85%	188
Instagram	67%	148
Snapchat	27%	60
Dejtingtjänster	9%	21
Vädertjänster, typ SMHI, klart.se	69%	154
Musiktjänster, till exempel Spotify	69%	153
Kartor och vägvisning	69%	154
Spela spel	59%	130
Titta på TV-program, till exempel SVT Play	60%	134

Titta på Youtube	76%	169
Titta på Netflix eller andra streamingtjänster	56%	124
Lyssna på radioprogram	34%	76
Lyssna på poddar	43%	95
Läsa dagstidning	49%	108
Köpa biljetter till resor	55%	122
Köpa biljetter till evenemang	46%	103
Boka tider till sjukvården	52%	116
Boka tider till tandvården	27%	59
Mobilt BankID	83%	184
E-legitimation, som inte är Mobilt BankID	11%	25
Swish	76%	168
Betala räkningar	73%	162
E-handel, köpa saker via internet	74%	164

Biljetter: Vad är din inställning?

	Procent	Antal
Jag försöker köpa alla mina biljetter via internet	62%	136
Jag undviker om möjligt att köpa biljetter via internet	12%	26
Inget av alternativen passar mig	26%	57
	Totalt	219

Boka tider till sjukvården: Vad är din inställning?

	Procent	Antal
Jag försöker boka alla mina tider till sjukvården via internet	43%	94
Jag undviker om möjligt att boka tider till sjukvården via internet	27%	58
Inget av alternativen passar mig	30%	65
	Totalt	217

Boka tider till tandvården: Vad är din inställning?

	Procent	Antal
Jag försöker boka alla mina tider till tandvården via internet	30%	66
Jag undviker om möjligt att boka tider till tandvården via internet	26%	56
Inget av alternativen passar mig	44%	96
	Totalt	218

Mobilt BankID: Vad är din inställning?

	Procent	Antal
Det är lätt att använda Mobilt BankID	82%	179
Det är svårt att använda Mobilt BankID	6%	12
Inget av alternativen passar mig	12%	27
	Totalt	218

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

	Procent	Antal
Det är lätt att använda E-legitimation, som inte är Mobilt BankID	19%	40
Det är svårt att använda E-legitimation, som inte är Mobilt BankID	14%	31
Inget av alternativen passar mig	67%	143
	Totalt	214

Betala räkningar via internet: Vad är din inställning?

	Procent	Antal
Det är lätt att betala räkningar via internet	69%	151
Det är svårt att betala räkningar via internet	16%	34
Inget av alternativen passar mig	15%	33
	Totalt	218

E-handla: Vad är din inställning?

	Procent	Antal
Det är lätt att e-handla	70%	151
Det är svårt att e-handla	16%	34
Inget av alternativen passar mig	15%	32
	Totalt	217

Kommentera gärna din inställning till att göra olika saker på internet

Jag gör gärna allt jag kan på Internet när det kommer till att boka tider, boka biljetter osv. Detta för att det är ångestfyllt för mig att ringa och tala med okända människor.

Det är för många steg vilket gör det väldigt svårt. För många lösenord som jag inte kan hålla reda på. Eftersom jag använder rullstol är det svårt att beställa vissa tjänster på nätet.

Jag känner mig osäker att göra saker på internet, beställa resor eller göra inköp. Också jobbigt att använda de andra tjänsterna för att det är rörigt

Tycker oftast det är smidigt att göra saker på internet.

Det är för lätt att handla på nätet när man, som jag, har svårt med impuls kontrollen

Internet funkar bra till största del för mig när det blir svårt och hjälpmedel hjälper inte ber jag om hjälp eller söker alternativ vägar

En del e-butiker är väldigt enkla så det går uppenbarligen. Att inte behöva fylla i kortuppgifter förenklar jättemycket. Mobilt bankid är toppen.

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

För mig som inte gillar kontakt med andra människor jag inte känner så har internet gjort att jag faktiskt gör saker. Har valt en tandläkare där jag har möjlighet att boka tid online just av den anledningen. Samma med frisör och liknande. Hade jag behövt ringa hade tiderna inte blivit bokade, så internet för mig är det bästa som hänt. Det gör så att jag slipper onödig stress och ångest över vad jag ska säga eller hur jag ska vara.

får hjälp med ovanstående

Föredrar att prata med personer direkt angående tider så jag vet att det blir rätt

Har inte Mobilt Bank ID, det är därför jag inte kan boka läkartider via internet. Funderar på att skaffa det eftersom det verkar lättanvänt och jag skulle slippa tala i telefon.

Får bättre överblick över vad som finns i en affär och vilka erbjudande som finns när man handlar på nätet. Mindre stress. Ingen interaktion med med handlande eller expediter.

Internet i praktiska utföranden (handla, betala, boka etc) är så sjukt skönt. Man slipper köer, människor, dofter, ljuden. Och man har allt dokumenterat.

Tycker allt är lätt
Det är lätt om man har någon som kan hjälpa en att stava.
Så länge sidan är tillgänglig är det lätt att utföra e-tjänster. Annars är det svårt.
Min erfarenhet är att vården svarar "Goddag Yxskaft, trololololo!" väldigt ofta via vårdguiden där tider bokas - så jag i slutändan skadat mig och får hitta någon som kan ringa dem åt mig (telefonfobi) i alla fall, då möjlighet att svara dem ej finns. Eller att svaret är "Ring oss" så jag bara ödslat tid. Gällande tandvården har jag mailat sex olika när min problematiska visdomstand kom in, samt skrivit på Facebook till flera, och antingen inte fått svar eller fått svar som återigen är orelaterade "Goddag Yxskaft" eller ändå ber mig ringa när jag lagt stor tid på att skriva och ofta skrivit att jag har telefonfobi och brist på hjälp till att ringa. Till slut bara gav jag upp och har bara käkat citodon, kört upp alkohol och hexident i infektionen och försökt reda mig själv under de två år skiten varit på väg fram. Gällande Bank-ID så slutade de stödja sina icke-mobilversioner för flera år sedan och jag tvingades köpa en ny telefon jag inte hade råd med för att kunna fortsätta använda viktiga tjänster på internet. Jag satt i telefon med både bankens support för E-leg, samt med Bank-IDs support som spenderade mer tid med att säga att "vi brukar rekommendera mobil" fast jag sa att min mobil är för gammal och jag tycker det är mer praktiskt att slippa hämta telefonen när det är datorn jag surfar på, än vad de ens försökte lösa problemet och sa handfallet att de inte la så mycket energi på den icke-mobila och jag borde skaffa ny telefon. Så det har jag fått göra. Två gånger. Samtidigt som existensminimum fortsätter ignorera den här typen av utgifter, medan myndigheter och andra mer och mer förväntar sig att man ska ha det.
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.
Inget att anmärka
Jag läser tidningar och kollar på film, använder Facebook och Instagram. Skickar meddelanden mm. Betalar räkningar och kollar bankkonton. Men vill helst inte handla på internet. Det känns både svårt och osäkert.
Nu tycker jag att det är lätt, men det har nye alltid varit det... När jag under en period i livet var så gott som blind, och dessutom så gott som helt förlamad i både armar och ben var det mesta helt omöjligt!
Internet är smidigt, swish använder jag ofta. Lite restriktiv till att handla i affärer som jag inte känner till. Köpte en lampa på nätet men det var troligen en fakesida. Fick ingen lampa .
Jag tittar på mail o Facebook. Tycker det är svårt att göra saker på mobilen jämt. Jag har inte längre ok syn och det fungerar inte med hjärntrötthet att sitta mer än korta stunder
Att betala räkningar på internet är lätt med de tjänster som gör att det går snabbt och lätt, typ "betala med ett klick", annars är det rätt krångligt.
Jag 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
Även om jag gör mycket över internet så kan det ändå upplevas som svårt, men det är enskilda moment som upplevs som svåra ex. Detaljer i avtal, returpolicy osv. Vissa saker är tyvärr omöjliga att göra över internet enkom pga att jag har rullstol. För då får man tydligen inte vara inkluderad med detta menar jag att jag måste ringa och boka mina biljetter till bio, kulturevenemang, tillgänglighetsanpassat hotellrum oftast måste jag betala "straffavgift" pga att jag bokar över telefon trots att jag inte ens ejuds möjligheten att boka via internet, telefontiderna är också riktigt dåliga så det blir ytterligare begränsning. Hade man kunnat logga in med bank-id och få upp; vi ser att du har följande hjälpmedel registrerade på ditt personnummer vilket av detta önskar du medföra? Och om man till exempel klickar i elrullstol/ scooter och detta hjälpmedel inte fungerar få upp en varning med texten; tyvärr vår lokal lämpar sig inte för detta hjälpmedel pga ex hissens kapacitet. Vänligen välj annat hjälpmedel. Åtminstone vill jag ha samma möjlighet som icke- funkisar att boka biljetter osv på Internet.
Köpa saker på nätet kan vara svårt för att man vet inte om man gjort rätt och vet inte riktigt ibland när pengarna dras! Visste inte att jag kunde boka tid hos tandläkaren via nätet.
Har svarat på detta i föra frågor.
Skönt att göra saker i lugn och ro. Slippa jobbiga telefonsamtal.
det är stört omöjligt att hitta saker / sidor som inte är mainstream
Jag gör bara det allra nödvändigaste. Undviker tjänster på nätet.
För mig underlättar Internet mycket i min vardag
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 bokar inte tid eller biljetter på internet, då ringer jag hellre och gör det. Annars tycker jag det är skönt och smidigt att fixa allt annat över internet.
Har alltid sönder mina mobiltelefoner och måste installera om BankID. Detta drar jag mig för pga min ADHD som förvandlar den enkla uppgiften att koppla in bankdosan och komma ihåg sin PIN-kod till årets svåraste uppgift. Ber oftast någon att göra sådana saker åt mig.
Att betala räkningar är svårt. Det händer ofta att jag får påminnelser för att jag tex har lagt in räkningarna men sedan glömt att godkänna dem så pengarna inte dras. Jag är även orolig att råka skriva fel summa, eller fel OCR-nr.
Rent allmänt är det svårt . Svårt att förstå vad som är vad , hur dom menar , vad dom menar . Undviker mkt via nätet just pga att det mesta är så svårt att fatta och ingen tycks kunna svara. Eller veta på riktigt .
Det är svårt att veta hur man skall göra på nätet och det är svårt att veta vad som är säkert eller ej
Det är väldigt smidigt, mycket lättare än telefon, man kan göra i sin egen takt och när man vill.
Internet är mitt bästa stöd i allt jag gör.
Hatar när saker inte kan skötas över nätet. Tror aldrig jag fått i väg ett papper i tid, om det kommer i väg öht. Internet underlättar min vardag enormt. Önskar jag hade råd med en dator bara
Underbart. Man kan göra det i egen takt utan att prata med folk om man inte orkar just då
Jag gillar att använda internet. Då behöver man inte passa de allt mer krympande telefontiderna. Svårt när det gäller myndigheter att fylla i blanketter.
som tidigare angivet. Huvudsakligen underlättande.
förlorad undersökning
Jag väljer internet eftersom jag finner det ännu svårare med sociala samspel och har skräck för att prata i telefon.
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 resesydd, avbeställningsskydd och allmänna konsumentregler. Hatar att behöva skapa 100 olika profiler och glömma lösenord varje gång
Att betala räkningar är lätt så länge det bara är att scanna av. Att behöva manuellt skriva in allt är svårare, då det tar tid och jag inte kommer ihåg siffrorna.
Det är svårt med olika inloggningar/lösenord. Att jag måste skapa en profil för att handla, borde räcka med bank-id.
Internet är bra. Blir stressad av att prata i telefon.
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.
känns inte tryggt att ha allt på internet (bank etc) . Är inte intresserat av Facebook eller liknande.
Köper aldrig biljetter. Går ej att beställa tider till sjukvård eller tandvård via nätet. E-handel fungerar oftast, men buggiga sidor eller sådana som kräver uppgifter som jag inte tänker lämna ut ber jag om hjälp med.
Ok
Har som sagt redan svarat på det. Få se om jag kommer på nåt mera. Svårast är att formulera mig så därför undviker tala om allt. Svårt förklara. Jag tycker internet ska finnas för att kunna göra allt på när och om man vill men man ska kunna klara sig lika bra utan om man vill det. Det ska även vara enklare. Lika enkelt som de företagen som har ansträngt sig för att nå ut om sitt gjort det. Typ Klicka på denna länk om du vill så ordnar vi resten. Godkänn sen sist för att det ska fungera. Sen få bekräftelse på att man gjort allt rätt och inte behöver göra mera. Annars exakt vad man behöver göra nu eller senare men den info ska finnas tydlig innan man godkänt. Man borde även få backa om man kommer på nåt när man gått vidare till nästa. Borde även få slippa s.k kakor och alltid kunna vara anonym om de inte ska skicka hem något via snigelpost förstås. Sista siffrorna i Personnr däremot borde vara som förr mera hemligt och endast få som ska veta saknar hjälp av kunniga gratis eller iaf mkt billigare än de flesta erbjuder. Per telefon, irl och dygnet runt. När jag får paket får jag en länk jag ska klicka och boka in hemkörning på mmm men det klarar inte jag så söker o söker en person som kan hjälpa mig varje gång. Blääää. Går inte få annat som fungerar för mig heller eftersom de inte läser mitt meddelande eller så låtsas de inte fatta och tycker alla ska klara det bara. Jädu ju mer tid om jag hade så skulle jag kunna komma på hur mkt som helst. Min hjärna är långsam och ibland krävs det maan gör saker inom viss tid. Tex banken för att inte bli utloggad. Dumt även när man bara får använda visst antal tecken i ett meddelande när det är flera saker som är viktigt tala om. Nä nu orkar jag inte tänka mera och går vidare till nästa.
Föredrar att göra saker i lugnt tempo och när hjärnan är klarast via Internet. Det krävs mycket mer att göra saker personligen i en affär, eller att boka saker via telefon. Vården i synnerhet har liten förståelse för att man kan föredra skriftlig kontakt via 1177 jämfört med att ringa. Men trots detta, och trots att jag är smart, så gör jag ganska ofta fel när jag köper saker. Därför

har jag som rutin att inte köpa något på samma gång som jag hittar det, utan att vänta tills en annan dag, så man kan hinna tänka efter. Impulsköp blir ofta dåliga för att jag missar att kolla en väsentlig detalj, som mått eller fraktkostnad. Jag skulle nyligen köpa en burk av ett kosttillskott jag använder sen många år. Jag råkade dock köpa två stycken, men sen visade det sig att det var inte två stycken utan två-pack, och att jag köpt tre tvåpack. Jag har magisterexamen från universitet så min intelligens är det inget fel på, men som funktionshindrad med hjärntrötthet är det ändå för många moment för att man alltid ska klara av alla rätt.

Utän internet skulle jag nog inte klara mig, social fobi och fatigue gör många vanliga interaktioner väldigt tröttsamma och jobbiga. Plus alla intryck, ljus, människor och kroppsligt att gå i butik är också väldigt uttröttande. Att kunna handla på nätet sparar energi till sådant som är viktigare.

Beställa tex bio billetter och teater på Rullstolsplats går inte via nettet, samma om man skal booka handikapanpassad hotel, måste ringa och så går man miste om weberjudande:-)

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.

Det är svårt när man ska skriva in kortnummer, lättare om man kan använda tex Klarna. Boka tider via vården går oftast inte.

Usikker

jag brukar se på nätet streama olika tv program och så där liksom Det känns mysigt att sitta och kolla på film på nätet

Vill handla på affären direkt

Blir lätt arg när det inte funkar. Det blir stopp för mig.

Tycker att det verkar svårt.

Min inställning är bra. Jag gör mer saker över Internet än annars eftersom jag inte behöver vänta tills jag orkar kommunicera med andra.

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.

Angående till exempel E-handla, det finns så mycket, svårt att sälla. Svårt att komma ihåg instruktioner till hur man till exempel ska göra för att komma vidare på sajten m.m. Läser nyheter på nätet, till exempel på svt nyheter, och finner vissa textsnitt vara tyngre än andra att läsa och ta till sig.

Har förvaltare så betalar inga räkningar själv

Klarar inte, min fru sköter all internetkontakt med myndigheter o vården samt ekonomin

Eftersom jag inte har bankkonto, har jag heller inte e-legitimation. Nu kommer min vårdnadshavare inte heller att kunna logga in i mitt ställe på 1177. Vi lämnas utanför samhället, eftersom det inte går att enkelt få kontakt, utan väntetider (jag klarar inte att vänta)

Det fungerar bra till viss mån beror på vad det gäller.

Blir väldigt trött av internet samtidigt underlättar de vardagen

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

Kan inte

Man får inte ha bankid när man har gode man

Det är ok, betalningar kan lätt spåra ur på vägen till den sista knapptryckningen

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

Skeptisk. Rädd för att bli lurad.

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

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

	Procent	Antal
Aldrig	53%	117
Någon gång	19%	43
Varje månad	6%	13
Varje vecka	4%	9
Dagligen	8%	18
Flera gånger dagligen	9%	19
Vet inte	1%	3
	Totalt	222

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

	Procent	Antal
Legimus	25%	24
Akila	0%	0
Nextory	13%	13
Storytel	41%	40
BookBeat	14%	14
Biblio Library	8%	8
Annan, ange vad	25%	24

Annan, ange vad

Audible (2)

.... Apple

Adlibris letto

Apparat Victor reader från MTM

Archive of our own. En hemsida där det finns både ljudböcker och vanliga böcker. De är skrivna av icke erkända författare och finns ett taggsystem som gör det lätt att hitta precis vilken sorts bok jag vill läsa.

Bokus play

Hon lånar samma bok som fysisk bok o ljud/talbok och läser texten i boken samtidigt som hon lyssnar för att lära sig hur man uttalar orden och att lära sig nya ord. (Även ordens betydelse). (P telefonintervju tipsade om legimus, hon tackade för tipset)

Ingen

Kan låna E-böcker och ljudböcker från biblioteket!

Köper från t.e.x. Adlibris

Länkar till ljudfiler hittar i olika forum

Malmöstads bibliotek app

Minns ej. Har precis börjat lyssna.

Minns inte

Något som har varit gratis

Spotify. Sökord ljudbok

YouTube

audiobookbay

har gamla inspelningar

köper och laddar sen ner dom

mp3-spelare

många skiftande källor:

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

	Procent	Antal
Aldrig	13%	28
Någon gång	32%	70
Varje månad	25%	53
Varje vecka	20%	44
Dagligen	4%	9
Flera gånger dagligen	2%	4
Vet inte	4%	8
	Totalt	216

Vad tycker du om Försäkringskassans webbplats?

	Procent	Antal
Den är lätt	23%	42
Den är svår	48%	89
Jag har ingen uppfattning	30%	55
	Totalt	186

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

Rörig, svårsökt, otillförlitlig
För rörig och svår så jag är aldrig inne på den själv
Inte tillräckligt med information
Jag har itne varit inne på den heller, av samma skäl som tidigare angetts
Dem gånger jag använder den upplever jag den som krånglig och svår att hitta på.
Det är svårt att hitta det man söker om man inte söker de absolut vanligaste sakerna. Sökfunktionen funkar dåligt. T.ex var det väldigt svårt att hitta formuläret jag skulle fylla i för att ansöka om sjukpenning på fortsättningsnivå. Jag skulle även vilja kunna läsa alla mina FK-brev och handlingar när jag är inloggad på sidan. Det ger mig ångest att få ett meddelande om att nåt har hänt i mitt ärende, men när jag loggar in på FK så står det bara att ett beslut har fattats, inte om ansökan beviljats eller avslagits! Istället måste jag vänta på att få beskedet i brevlådan och det kan innebära flera dagars ångest! När jag fyller i formulär på FKs hemsida så händer det också att jag blir "utloggad pga inaktivitet" medan jag formulerar den fritext de kräver att jag ska fylla i (t.ex. "Beskriv dina arbetsuppgifter" eller "Beskriv de besvär som gör att du inte klarar ditt arbete" eller liknande). Då försvinner allt jag skrivit och jag måste börja om från början igen! Jag kan inte formulera mig snabbare, så jag tvingas ofta kopiera frågorna till ett dokument, så jag kan skriva svaren i lugn och ro och sedan klistra in dem ett i taget i formuläret. Oerhört omständligt! Det vore bättre om man fick en varning om att man håller på att bli utloggad och kunde välja att INTE bli utloggad.
Har inte besökt den på flera år
Har inte tänkt på det
Knapphändig information, svårt att hitta.
Svårt att hitta på sidan. Svårt att veta under vilken rubrik saker ligger.
Mycket information, men ändå inte. När man letar efter svar på frågor så får man bara något förkortat svar. Det verkar som att de har problem med tolkning själv av regler och mest hänvisar till att ta telefonkontakt. Här föredrar jag personlig kontakt istället för webben.
När man väl lärt sig att hitta går det ok. Det underlättar att man kan ringa och fråga om hjälp. Kundtjänst är super.
Den fungerar bra, dock är det synd o skam att försäkringskassan saknar empati och kränker oss funktionshindrade.
Jag kan inte hitta det jag söker oftast, tillslut behöver jag hjälp för att inte få panikanfall
Jag tycker att det saknas info. Min sida är inte heller heltäckande. Info saknas kring vissa delar. Trist då det mesta ändå

finns där. Kan ibland vara knepigt att hitta det man söker.
Är inne på FK:s sajt mycket sällan, men det är väldigt enkelt att beställa t ex intyg.
Lite rörig. Har ibland varit tvungen att ringa och fråga om hjälp för att hitta rätt.
Svårnavigerad i meny då alla underrubriker ej är listade. Man får söka mycket för att finna rätt. Därefter är det knapphändig fördjupad information och det är en helt klart ogästvänlig sida överlag. De som är inne på FK:s sida är oftast sjuka, har funktionsvarianter etc. Då är sidan till och med diskriminerande då den öht inte är anpassad för dessa.
Det är irriterande att inte kunna hämta dokument från deras hemsida eller se besluten.
För hade de en app som man kunde använda nu är den sidan hopplös att förstå
Ändras hela tiden och fungerar inte optimalt. Kan vara svårt att hitta rätt
Svårt att hitta det man söker.
Svårt att hitta blanketter
Jag har inte använt den på länge. Svårt att hitta rätt blanketter, är vad jag minns.
Exfrun hjälper
Har gjort det i tidigare ruta. Hoppas att ni kan se tillbaka. Den försöker vara modern, och de nya sidorna är väldigt irriterande och förvirrande, istället för att vara tydlig och lättanvänd. Kändes som kafka att klicka runt där "Varför är jag HÄR igen? D:< "
Svårt att hitta rätt blanketter osv. Rörigt och svårt att hitta rätt information
Rörigt att hitta på sidan
Dåligt vad gäller kontak med fk, de har bara standardsvar.
Webbplatsen fungerar det är organisationen bemötandet och besluten som inte fungerar.
Ibland komplicerad
Rörig och kommer fel hela tiden
Svårt att hitta information iration. Svåra formuleringar så man inte orkar läsa all text. Har förlorat mycket pengar pga detta.
Svårt att förstå formulären, hur de ska fyllas korrekt
Inget med försäkringskassan fungerar i dagens samhälle! Gäller även deras webb
Lätt att logga in och kolla mina olika ärenden, däremot svårt att hitta relevant information om olika saker, t ex rehabersättning, arbetsträning mm
Jag vet inte hur Försäkringskassans webbplats fungerar, eftersom Försäkringskassan som myndighet fungerar så dåligt att jag inte kan få någon hjälp från dem... Tack i alla fall för att jag åtminstone fick 50 % sjukersättning innan de blev hårdare... Synd att jag inte har någon arbetsförmåga alls,.. Men jag får vara tacksam för de 4600 kr/månad jag får i ersättning, vilket är min enda inkomst.
Rörigt Svårt att hitta
Det är svårt att navigera och hitta det man söker
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
Otydlig, infon är som regel super dålig. Den är skriven för att du inte ska begripa så att du ger upp redan där och inte ansöker om ersättningar osv som du har laglig rätt att ansöka om. Mycket svårnavigerad webbplats, det är som att gå i en oändlig labyrint.
Lite för lite information. Ingen direkt kontakt. Deras app är värre.
Den är missvisande ibland
Svårt att hitta det jag söker efter
Den fungerar relativt lätt men de finns klara och enkla förbättrings möjlighettr.
Det är svårt att veta hur en ska klicka sig fram. Det är jättesvårt att använda deras onlineverktyg för sjukskrivning. Dåliga/obefintliga instruktioner för hur en fyller i onlineformulär och vad som gäller. Det finns inga "regler" utskrivna för vad som gäller vid ansökningar. Jag blir väldigt stressad och ledsen.
Den är rörig och alla tjänster som man skulle vilja ha finns inte men det som går att göra är ändå relativt lätt om man sökt runt ett par minuter.
Informationen ligger där, upplevs som fullständig och lätt att hitta, MEN design, layout och upplägg är inte optimalt, varken estetiskt eller funktionellt. Kunde göras mycket snyggare och enklare att ta in med lite eftertanke kring UX/UI.
FK webbplats är lika svårbegriplig som att ringa till dom eller åka till dom på möte . Inte ens dom själva vet så ja förvirringen är total .

Vet inte hur den fungerar och rörig. Du måste veta vad du skall söka efter eller har möjlighet att söka
Lättöverskådlig men man borde kunna chatta om sitt egna ärende
Ganska rörigt
Krångligt att svara på frågor om det inte är tydliga frågor med en svars möjlighet. Svårt att räkna ut saker själv.
Den är jättesvår! Hittar aldrig information där. Men så är det ju försäkringskassan, de vet väl inte ens själva.
Den har blivit bättre men det är fortfarande mycket jobb kvar.
Den är inte särskilt användarvänlig utan rörig och blir i sin övertydlighet istället svår att överblicka. Det är oerhört mycket onödigt text.
stor förbättring! men bristande tillgång till specifik info. Upplevs främst som fokus på användare med bristande språk eller begåvning!
omständlig o briser i specifik info. tycks som om främsta fokus på användare med begränsningar i språk o begåvning.
Det är rörigt och finns jättedålig information som en själv kan föfoga över. Finner sidan för plottrig och inte användarvänlig.
svår navigerad
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 jättekrångligt. Svårt att förstå vad man ska göra trots att det finns förklaringar. Framför allt ansökan om sjukpenning. Man fattar ju inte heller att det ska göras separata ansökningar beroende på om man är student, arbetslös eller arbetande. Man kan ju vara alla tre under samma sjukperiod. Jättedåligt!
Svårt att hitta rätt
För rörig, jag förstår inte hur man klickar in sig på olika saker, svårt att hitta rätt.
Jag skulle vilja kunna läsa om mitt ärende, mer i detalj. Nu står det bara inkommet intyg, utbetalningar.
Rörig. Svårt att hitta det man ska. Sökfunktionen fungerar dåligt.
Har använt, men inte ofta. Den är svår, den är bred, mycket information som man får leta sig fram i, inte så enkel.
En kan inte skicka meddelanden till sin handläggare.
Den är både och, det saknas information som för socialförsäkringstagare skulle vara bra att veta. Själva webben är ok
Man hittar aldrig det man letar efter. Varför kan man inte ta bort allt som gäller vabb etc när användaren är 60 ?
Har tack och lov inte behövt den på länge.
Bra
T. O. M svårt förklara så låter bli
Jag använder inte fk:s webbplats särskilt mycket, och när jag söker information, blanketter el dyl använder jag hellre sökfunktionen än att räkna ut från rubrikerna var informationen ska finnas.
Den är mestadels lättförståelig men det är svårt att hitta specifika saker.
Svårt att hitta runt när man är båda dansk och svensk försäkrat har förtidspension från danmark
Rörig o svår att hitta rätt
???
Sjukt svårt att hitta till de olika flikarna.
ingen kommentar
Komplicerat att hitta rätt
Den fungerar när man hittat hur man ska göra. Men det är svårt att söka efter det man är i behov av.
Det går bara att lämna meddelanden om vissa ärenden. Svårt att hitta info om saker jag behöver veta. Rörig. Svårt att ta emot meddelanden.
Tycker den fungerar bra
Svårt att hitta det man söker.
För mkt info, klickbara knappar och val. Typ rörigt.
Min pappa styr allt detta så jag har ingen direkt åsikt om detta.
Svårt att navigera runt Svår förståelig text många flikar, svårt att förstå texten, behöver ofta ringa upp och fråga på telefon för att bekräfta att man förstått rätt.
Det tar tid innan man hittar allt man söker efter. Dock fk är svår över lag
Den är svår, svår att hitta på. Men bra att man kan skicka in egna anmälan och bilagor. När man väl hittat. Svårt logga in. Svårt hitta de man söker.

kan inte
Kan inte använda tjänster om inte BankId
Att Logga in och Hitta Rätt Dokument Då
Väldigt stressig layout, gick bara in för att titta och stängde ner igen
Det är svårt att hitta. Svårt att läsa, små bokstäver.

Vad tycker du om Skatteverkets webbplats?

	Procent	Antal
Den är lätt	38%	71
Den är svår	24%	46
Jag har ingen uppfattning	38%	71
	Totalt	188

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

Tydlig, stegvis, överskådlig
Otydlig
Den är rörig!
Jag använder den mest när jag ska deklarerera eller nyss när jag ändrade folkbokföringsadress. Då har det funkat. Jag har dock inte provat att försöka navigera den i "krångligare" ärenden.
Lättnavigerad
Har inte tänkt på det
För mina egna behov fungerar den bra. Lätt att fylla i blanketter jag behöver och skicka in.
Rörigt med massvis av krångliga ord
Det är så mycket text som all är i ungefär samma storlek så det är svårt att hitta det man ska ibland.
Jag tycker att det saknas info. Min sida är inte heller heltäckande. Info saknas kring vissa delar. Trist då det mesta ändå finns där. Kan ibland vara knepigt att hitta det man söker.
Har mest använt den för att kolla upp hur jag skaffar id-kort och liknande, har varit lätt att hitta.
Har inte haft problem de gånger jag behövt.
Samma som f-kassans
Skatteverkets sida är bättre än försäkringskassans sida
Svårt att hitta det man söker.
Använder den mest för deklaration. Det är enkelt.
Exfrun hjälper
Jag har bara använt den för att deklarerera. Men alla de vanligaste valen ligger där uppgradade på första sidan - ingen förvirring. Du kommer vidare till inloggning med samma. Det är text och rader och uppstaplat när du ska deklarerera, så du vet vart du ska. Det finns förbättringar som kan göras - jag är alltid förvirrad gällande var sjutton jag ska klicka när jag faktiskt HAR fyllt i allt nu och godkänt - men i helhet är det så jag vill att det ska se ut. Jag behöver inte stilrent, eller massa plotter, jag behöver tydlighet. Det märks att det är en sida gjord av människor som arbetar med bokföring och siffror, helt enkelt.
Vet inte
Lätt att logga in och göra sina ärenden, t ex deklarerera. Däremot svårare att hitta specifik information inom vissa ännen.
Den är väl helt ok
Svårt att hitta
Likt FK är även skatteverket som en oändlig labyrinth. Att det har så mycket med siffror att göra förenklar inte för ngn som sannolikt har dyskalkyli.
Bra. Detaljerad info. Bra struktur.
Bara signerat skatt där
Sjukt krånglig sida

Bättre än Försäkringskassans.
Svår ! Mkt svår !
Vet inte för jag tror aldrig jag varit inne på den
Också överväldigande och mkt på en gång
Samma som fsk
0
Bättre än Fk men marginellt. Kan vara svrt att finna rätt information.
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.
Är nästan aldrig inne där. Tycker det är tråkigt.
Bred, det tar tid att hitta. Mycket information. Inte så enkelt.
Jättebra.
Den är ganska lätt när man till sist hittat det man är ute efter.
Bra
Lika svårt förklara detta. När det varit mkt viktigt har jag ringt istället men varit jobbigt få tag på en som hjälper med det man behöver. Tex deklarerade jag iår via den eller var det nu var. Men blev inte registrerat så åkte på 2500 böter trots att jag ringde fråga om jag gjort rätt och om det räckte så. Försökte också överklaga men gick inte. Det går åt mkt mera pengar när man har en trött hjärna än då den var piggare. Är lika jobbigt förklara för tex godman eller liknande så gör inte det mera. Blir dubbelgöra när de inte förstått eller gjort som man själv skulle gjort om man bara kunnat.
Det enda jag gör dör är deklarerar, eller om jag gör det i telefonen numera, det minns jag inte. Har ingen uppfattning alls om hemsidan.
Inget att anmärka får hjälp med detta
Det är svårt att hitta på den.
Vet intet
ingen kommentar
Har ingen uppfattning, längesen jag var inne.
Ganska tydlig, intuitiv, dock även här ganska många klick hit å dit.
Samma där min pappa sköter allt detta
Svårt att navigera runt Svårförståelig text Mycket info
Medelsvår. Lite klurigt hitta de man söker. Men bra design, så lättare hitta än FK, inte så plottrigt. Så Heby ok.
Man måste ha BankID
Många svåra ord som jag inte förstår

Vad tycker du om Arbetsförmedlingens webbplats?

	Procent	Antal
Den är lätt	21%	40
Den är svår	14%	26
Jag har ingen uppfattning	65%	121
	Totalt	187

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

Svårt att göra djupa sökningar. Oklara definitioner av arbetstitlar gör att det är tidskrävande att hitta rätt annonser.
Inget behov av den
Har inte haft anledning att gå in där
Oftast fungerar den bra men tekniska problem ibland. Kunde t.ex inte skriva in mig där via hemsidan då jag har Mac.
Jag har nästan inte använt den.
Har aldrig besökt den

Det ända som jag vill klaga på är att personalen inte delar med sig av mail eller telnr på hemsidan.
Använder den inte längre
Är inte inskriven sjukpensionär
Det var några år sen sist. Har ingen erfarenhet i nutid.
Om möjligt ännu mer rörig och svårnavigerad än f-kassan och skv.
Har inte använt den på länge.
Kränglig och för många moment för att söka jobb.
Minns inte riktigt men jag tror den överlag är bra. Det som är krångligt är r man söker reseersättning. Datumen blir fel av sig själv och då är Det svårt att veta hur man ska skriva
Rörig krånglig
Har inte använt den speciellt mycket, men lite rörig tycker jag.
Den är plottrig och svår 😞
Något enklare att navigera än FK och skatteverket.
Har inte använt den på mer än ett år. Jag men förut var ungefär som FK sida.
Ingen erfarenhet alls
Vet inte vart man ska börja leta
Stor text, få, kontrasterande färger och uppdelat i enkla rutor gör förvisso informationen lättillgänglig för de med den typen av svårigheter, gentemot de andra webbsidorna, men: simpliciteten gör att den för min del upplevs som dålig, förlegad och oengagerande, oavsett kvalitet på innehållet.
Svårt att få överblick.
Rörig. Svårnavigerad.
Aldrig inne där
Har inte använt
Inte använt så mycket, men tycker den är krånglig.
för många val att göra
Den förutsätter att alla kan jobba 100% och inget annat. Väljer hellre andra vägar för att söka jobb.
Vet ej.
Har aldrig varit där
Har aldrig varit inne där.
Förtidspension från Danmark
är inte så lätt o veta hur man gör
Den är liksom arbetsförmedlingen i stort. Ett skämt.
Länge sedan jag var inne.Då krånglig och kunde förlora text som man lagt till.
Svårt att hitta det man söker. Dåligt ordnad.
Samma svar som tidigare fråga.
Ingen uppfattning
Har aldrig varit där då
Har Aldrig fått hjälp av Arbetsförmedlingen Då
Jag har aldrig varit inskriven på Aretsförmedlingen. Jag har kollat en gång på deras webbplats. Jag förstår inte informationen.

Vad tycker du om 1177 Vårdguidens webbplats?

	Procent	Antal
Den är lätt	65%	122
Den är svår	24%	45
Jag har ingen uppfattning	11%	20
	Totalt	187

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

Ganska rörig, svårnavigerad, upprepade klick för att komma till ett ställe, olika väg för liknande ärenden
Den är svår på det viset att lyckas hitta den mottagning som man söker just då
Bra
Den är rörig och ibland vet man inte om man är på sitt eget landstings avdelning på hemsidan eller på allmänna avdelningar.
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 Åtstörningsenheten eller åtstörningsmottagningen eller åtstörningskliniken eller Mottagningen för Åtstörningar eller vad det nu kan tänkas heta. Det är jättesvårt att hitta rätt om man inte skriver precis rätt och ibland hittar man inte vad man söker fastän man skriver precis som det ska stå! Sökfunktionen skulle m.a.o kunna förbättras en hel del!
Väldigt svårt att hitta det man söker efter och ibland är inte läkemedelslistorna uppdaterade
Ibland behöver jag klicka runt en del för att hitta rätt, men för det mesta är den relativt lätt att använda.
När man loggar in finns det ingen logik. Hur ska man hitta om man inte redan vet vart man ska?
Krängligt o svårt att lägga till mottagning i mobilen
Den är super bra.
Jag är ofta där o letar info om medicin, symptom på besvär eller tar kontakt med läkaren
Ibland är det svårt att hitta speciell information man söker men i andra fall är den lätt.
Lätt att få fram information t ex om sjukdomstillstånd. Hade kunnat tänka mig lite mer utförlig information i vissa fall men i grund och botten är sajten neutral, informativ och lättnavigerad.
Bra att söka info. Gillar mina sidor.
Lätt, tydlig, enkel. Men kan också bero på daglig inloggning. Så mitt svar är inte het värdegrundat kanske.
Region Skåne brister med möjligheten att kunna se bokade tider eller kunnaboka tider.
Jag använder 1177 till alla mina kontakter med sjukvården.
Den är dålig.
Man måste lära sig hur systemet funkar. Det är inte alls självförklarande
Det är lätt att orientera mellan de olika sidorna och hitta Mina sidor.
Det är lite väl mycket länkande, och konstiga kategorier. Samt att det är så spretigt att man kommer till sidor med helt annorlunda layout om man klickar på vissa länkar. Men även här tycker jag de arbetar med tydlighet och väl uppbyggd kontrast. Sen är det underligt med vissa saker, som ett formulär som skulle fyllas i som inte låg i formulär - för läkare kan istället skicka dem i meddelande eller ge en ett papper med en speciell adress. Varför? Förvirrande och dumt av vården, arbeta MED webbutvecklarna inte mot. Men de hade väldigt trevlig och tydlig support för sidan, så t.o.m. jag med telefoni fobade på och mådde bra och kände mig nöjd (jag brukar åtminstone skaka och vara lite gråtmild och ha ont i magen även om de inte varit det minsta otrevliga).
Rörig sida
bra
Oftast fungerar den bra. Här haft svårigheter ibland.
Gillar 1177, tillgång dygnet om var som
Fungerar väldigt dåligt med många felaktigheter i journalen.
Ganska ok faktiskt
När man ska läsa sin journal eller barnens måste man klicka på många olika ställen och det är svårt att hitta var man ska klicka. Många kliniker saknar riktig e-tjänst utan om man skriver så får man svar att ringa dit istället. Det tycker jag är dåligt
Lätt att hitta det man söker
Tar lite tid att lära, mycket information.
Det brukar för det mesta fungera
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
Tyvärr plockar man bort viktiga funktioner och ersätter med värdelösa alternativ åtminstone om man ser det ur perspektivet från storkonsument av sjukvård. Nu har man tagit bort möjligheten att kontakta läkare, PAL vilket gör allt till en vislek och mer tungrott eftersom att ngn ssk ska förmedla vidare till PAL. 9 av 10 gånger kommer inte rätt info fram om infon ens

kommer fram till PAL. Saknas möjlighet att boka läkartid på VC via 1177, saknas även möjlighet att boka s.k dubbel tid (40 min) för oss som har rätt till detta. Det har blivit riktigt dåligt tyvärr, numera är det mest förnya recept, läsa journalanteckning samt anmäla vårdgivare som 1177 tycks vara användbart för. Ett steg eller 20 bakåt i utvecklingen. Även väldigt ojämt med vad man kan göra beroende på vilket landsting man råkar tillhöra.
Den nya uppdelning är irriterande. Länkar till en annan sida för recept. Och förstår inte där hur mycket har jag kvar. Måste gå till pdf länken för bättre svar. Alltså 3 steg i onödan.
Den är simpel
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.
Lite rörig men det går ann.
Överlägsen de andra i både design och innehåll (men då har jag ju trots allt spenderat en hel del tid på webbplatsen och bekantat mig med den i förväg, vilket så klart gör att den uppfattas som mer attraktiv). Bra blandning av simpel design och lite mer genomtänkt grafik i t ex variation på typsnitt och betänksamhet kring val av grafik - blir lite mer engagerande att använda. Däremot skulle formulären för att söka kontakt med vårdgivare eller förnya recept kunna göras om i bättre varianter.
Jättesvår att använda från mobilen (android) pga sidan är inte anpassad för mobiler. Man måste scrollera i sidled etc.
Förvirrande ! Och mkt svår !
Svårt att få fram rätt info och svårt med kommunikeringen då det skickas som olika i samma konversation i svaren
Den rörig och svårnavigerad.
Man borde kunna göra ännu mer digitalt, boka tider på fler mottagningar. De borde definitivt ta bort 13-årsgränsen för barnens ärenden. Som vårdnadshavare blir det krångligt.
Den mest tungrodda idiotiska webb så jag ska sluta använda den. Jag fattar inte att inte landstingen (och kommuner) lyckas hänga med i digitaliseringen.
Inget funkar ju. Man kan inte boka tider eller se sina bokade tider
För vuxna bra men att jag inte ska kunna sköta mina barns ärenden efter de fyllt 13 är katastrof. Det krånglar till och bränner ut föräldrarna och kan bli livsfarligt när drtvnprincip blir omöjligt att hjälpa dem med viktig medicin!
Smidig, användarvänlig, tydlig!
er fråga begränsas till om den är lätt/svår. ex brister somliga vårdgivarers info otillräcklig / felaktig
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.
Alla vårdgivare finns inte med. Formulären omöjliggör kontakt och att ställa en fråga. Alla mina inbokade besök borde finnas visuellt tydliga någonstans!!!
Den är bra och lätt hanterlig, lite svår ibland med sökfunktionen
Jättesvårt att fatta var man ska hitta sin journal och var man begär förnyelse av recept. Rörig och otydlig.
Det är lätt att förstå för mig hur jag ska göra. Det är tydligt och konkret
Den stannar ofta upp, så den måste laddas igen. Om jag trycker tillbaka på mobilen istället för i appen loggas jag ur. Vilket gör att jag måste logga in igen, skapar stress.
Ganska lätt.
Den är bra.
Enkel information.
Använder appen, förstår aldrig riktigt vart jag ska klicka för att se vad...
rörigt. intetsägande. speciellt i nödsituation. Ger inte den info som man tror man kommer till.
Bra, oftast. Kan dock vara svårt att hitta specifik info, speciellt om den bara finns under ett landstings sida.
Hittade inte tex mina intyg. Stod så mkt fel så trodde jag läste nån annans journal ett tag. Ingen bättring trots att jag påpekat det. Men faktiskt knappt varit där för mår illa bara jag tänker på hur svårt det var de gånger jag testat.
Den är ok, lite krånglig men det är å andra sidan också mycket information som ska finnas med.
1177 är mestadels lätt att använda men deras sökfunktion är ibland bristfällig och man kan lättare hitta rätt genom att googla istället.
Gillar jag stort
Den är lite rörig,
Omständig

Flera vårdcentraler är inte anslutna o väldigt svårt att kunna välja eller boka om en tid som passar.
Not good enough
Tyflig. Lätt att söka.
Sökmotorn är svår, svårt att beskriva sitt problem. Problem också att det krävs BankId.
olika sjukdom, typ hosta magen ögon
Den är inte klar och tydlig men fungerar ok.
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.
Den fungerar bra om man vill komma åt nån läkare fort
Har blivit bättre i och med korta förklaringar och olika symtom och besvär. Lätt att navigera runt.
För de mesta enkel. Några saker som är svåra att hitta som sin mottagning på mina vårdkontakter. Men i övrigt är den bra. Ja, sök alt. Lite svårt.
jättesvår
går till min Vårdcentral som jag alltid gjort
Enkel att navigera i
Stor och skrikande layout, får ont i ögonen
Lätt uppdelat mellan olika kategorier. Men de har glömt bort språkstörning. Det gör mig deppig.

Känner du dig delaktig i det digitala samhället?

	Procent	Antal
Ja	66%	143
Till viss del	26%	56
Nej	8%	17
Vet inte	0%	1
	Totalt	217

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

Som ofta hemmavarande (sjuk) är det en välsignelse att kunna delta offentligt och socialt i samhället via nätet
Det är för komplicerat trots att jag har väldigt hög intelligens
Vissa saker är svårt att förstå
Många har dåliga kontraster i text, för mycket info på en sida. Det vore lättare att länka sig fram och hitta om det var mindre info på varje sida. Jag vet aldrig vad jag missar och känner mig därför osäker
För mig fungerar det bra men kan bli mer lätt fattat och därmed lättillgängligt för andra.
Att med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (ADHD och Aspergers) försöka vara delaktig i sociala medier är verkligen påfrestande! Man blir liksom översköld med så oerhört mycket information och intryck utan nån rimlig möjlighet att begränsa flödet! En vän beskrev det (väldigt träffande) som att "Det är som att stå på T-Centralen i rusningstrafik, med en rejäl baksmälla och det GÅR ALDRIG NÅNSIN ÖVER!" Dessutom ska gärna layouten ändras igen så fort man lärt sig navigera den förra. Dock känner jag mig tvungen att använda sociala medier för att få reda på vad som händer och inte bli socialt isolerad.
Ingen ska tvingas till det
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.
Sociala medier tar för mycket energi om man vill vara med helt i dessa. En snabb titt och något inlägg då och då så att folk vet att man lever typ :) Intressegrupper är vad som är mest givande, även om detta också tar mycken energi.
Min delaktighet beror på att jag fått bra anpassningar och att jag har en personlig assistent som vet vad jag behöver för hjälp och vad jag vill göra
Det är en del av vardagen. Varje dag kollar jag nyheter, fakta, söker och mailar.

Jag är ute på nätet dagligen via smartphone, tidigare mest via dator
Som jag skrev innan känns det som att internet öppnat fler dörrar och möjligheter för mig att vara delaktig. Jag kan t.ex kolla upp i förväg hur det ser ut på vissa platser, ibland till och med i butiker/restauranger på google maps vilket gör hela mitt liv mindre stressigt och minskar risken för utbrott.
spelar dygnet runt. är social i spelgrupper
Jag gör det jag måste. Men tycker inte om att bara "surfa runt" så missar mycket nyheter och vad som är nytt/modernt
Jag använder det digitala samhället ofta och har stor hjälp av det. Jag hittar all slags information (nyheter, samhällsinformation, historiska fakta)och underhållning (musik, tv-serier, Youtube, bilder på gulliga djur). Jag tycker det är lättare att umgås med människor digitalt än i den fysiska världen. Jag är en varm anhängare av informationssamhället.
Svårt att känna sig helt delaktig i det digitala samhället när man har svårt med delaktigheten i samhället i stort. Dock underlättar den digitala delen då jag slipper många ångest triggnande 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.
Hade jag haft råd så hade jag kunnat haft byar mobil och nyare dator och surf plats och kunnat ha nyare stavningsprogrammet och då hade jag kunna varit mer delaktig
Utan det digitala samhället skulle jag bli totalt isolerad. Jag lever mitt liv på internet. Samhället har svikit mig och min familj. Vi får inte den hjälpen och stödet vi behöver. Vi har nyligen ansökt om skuldsanering pga allt runt omkring våra barn. Vi lever hela tiden mellan stolarna i ett moment 22. Vad som än händer oss och vad våra behov än är så passar vi inte in i mallen. Det går ej heller att individanpassa så det blir bra för oss. Snarare så att vi skall anpassa oss. Jag går knappt utanför huset längre. Har inga nya vänner sedan jag flyttade till nuvarande orten i feb 2015. Har ju inget jobb pga sjukersättning, inga kurser el dyl pga att vi lever under existensminimum. Båda mina barn bor på hvb hem och stödboende via sol men soc behandlar placeringarna som om de vore LVU. Jag har numera komplex pstd pga soc och BUP. De har gjort mig sjuk i 14 år då jag har krigat för mina barns rättigheter, stöd och hjälp. Båda mina barn riskerar att bli sjukpensionärer då de inte fått hjälp i rätt tid. Jag känner mig inte hemma någonstans längre.
Jag kommunicerar hellre via internet än IRL
Jag söker nästan alla tjänster via min telefon, messar och mailar, läser e-böcker, lyssnar på musik, löser Melodikrysset osv. En del saker gör jag även via dator, t ex surfar på olika hemsidor.
De sociala nätverken flyger förbi för snabbt. Det kommer nya nätverk, hur du ska medverka i dessa, hur du håller det inom en viss grupp, hur du når ut - samt det faktum att vett och etikett för varje nätverk är olika. Det är allt för enkelt att komma i riktiga gräl, helt onödigt och bara på grund av etikettförvirring. Olika generationer, och säkerligen också handikappade och alla med svårigheter, fastnar i olika nätverk för att man inte orkar eller kan hänga med eller lära sig. För väldigt mycket på internet förväntas man kunna genom att man var där när det hände, när det utvecklades, och veta genom erfarenhet. Det finns inte nog med guider, de som erbjuds av de som erbjuder nätverket är oftast helt otillförlitliga för att inte nämna otillräckliga. Det blir nog därför tyvärr bara rundgång, inget samhälle - utan mer ett skolgårdssamhälle med små grupper som pratar för sig. Det är tyvärr något hela internet är på väg mot och inte bara jag som individ. Jag är bara delaktig i det jag uttryckt nån gång för en sidas kakor att jag tycker är kul eller vill vara delaktig i. Det gör att jag missar saker för att jag aldrig tillfrågats om dem, för den nyheten/tweeten/bloggen/FB-inlägget visades aldrig för mig. Likaså visas vissa av mina inlägg inte för andra för att det inte algoritm-passar in i vad de brukar uppskatta. Då är det inte delaktighet och kommunikation. Sen åt andra hållet: Jag är inte intresserad av att vara tillgänglig 24/7 för att jag KAN ha min mail på telefonen och att människor, viktiga människor - hyresvärd, jurister - anser sig kunna meddela mig i ett mail utan att detta avtalats på förhand. Att mail ska vara som ett telefonsamtal som gift sig med ett brev i brevlådan. Nån ska kunna maila "du blir vräkt om du inte svarar om fem minuter, k bye" (nu tar jag i, men den stilen är det). Det är obehagligt. Där VILL jag inte vara med. Särskilt då vård och andra samtidigt vägrar pga sekretess. I övrigt tror jag att jag navigerar runt på internet bättre än många andra - och suckar ofta åt när någon inte hittar en bit information och hittar snabbt rätt kodord för google. Jag kan även bli arg på en kontrovers, som Gamergate för att jag inte får fram grund och konkret och gräva tills jag hittar kärnan och originaltexter som allting växt upp ur så jag faktiskt kan bilda mig en riktig uppfattning. Där är jag lyckligt lottad. Sen kanske jag tyvärr därifrån kommer in på tumblr eller en nihilistisk hemsida och då är jag körd. xD
Jag förstår aldrig
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 svårighetet
Får mig att veta saker . Och underlättar i form av att ha kontakter med andra, OCH är användbar till att betala räkningar

<p>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.</p>
<p>Delaktighet i det digitala samhället är den enda delaktighet jag har!</p>
<p>Relativt nyfiken. Gillar teknik och data. Har iPad IPHONE och Mac book air.</p>
<p>Alla tar för givet att man kan och att man har dator och skrivare osv. Jag har inte det för jag har inte råd (sjukersättning lägsta nivå)</p>
<p>Det digitala samhället underlättar för mig att hålla kontakt och att ta kontakt</p>
<p>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".</p>
<p>I vissa sammanhang blir man exkluderad enkom pga funktionshinder. Det känns väldigt förlorat att exkludera på grund av funktionshinder. Exempelvis ingen möjlighet att boka biobiljetter via internet om man har behov av rullstolsplats. Försämringar i 1177, se tidigare svar. Det finns mycket som skulle kunna bli bättre i tillgängligheten och därmed möjligheten att vara delaktig.</p>
<p>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.</p>
<p>Jag är en eremit</p>
<p>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.</p>
<p>Jag fungerar bättre på Internet än i verkliga livet.</p>
<p>Facebookar mycket. Skickar mycket bilder och filmer till släkt och vänner via facebook. Berättar om mitt liv.</p>
<p>För mig, som har visst, ibland totalt, motstånd mot att tala i telefonen eller gå till affären etc. vissa dagar, har internet varit till enormt stor hjälp och underlättat min vardag väldigt, väldigt mycket. Dock är jag 55 år, och alltså inte uppvuxen med nätet, så det kräver väldigt stor ansträngning av mig att lära mig. Tar mycket tid i anspråk. Det underlättar också för mig att utföra vissa sysslor när jag lyssnar på något intressant.</p>
<p>Jag twittrar varje dag och har 2300 följare där. Facebook och instagram använder jag inte lika mycket men känner mig delaktig där när jag väl gör det.</p>
<p>Det digitala samhället har för min del varit fantastiskt, men då är jag ju också Generation Smartphone så till den grad att om en tjänst inte finns som en app, är det nära till att jag struntar i den helt och hållet, i den mån jag kan undvika det. Har dessutom lidit av ganska grov telefonskräck, så att kunna kommunicera med myndigheter, vårdgivare, företag etc via text har varit ovärderligt och ofta avgörande för mina val av tjänster. Jag lever ofta i princip helt i mobilen förutom när jag ska utföra yrkesarbete. Mailinkorgen är dock mestadels så överfull med uppdateringar, notiser och information (trots att det är sådant jag själv valt att jag vill ha, och har ambition att ta del av) att jag ofta önskar att åtminstone viktiga ärenden, kontakt med myndighete, etc, gick att göra eller nå via SMS. Enkelt. Enklare. Enklare.</p>
<p>Jag kan inte ta del av radio, poddar eller otextad tv/film. Det gör att jag inte har tillgång till samma info som alla andra. Senast igår sökte jag info från mitt fackförbund i en specifik fråga, och det enda som fanns var en otextad youtube-film. Sånt gör mig ledsen.</p>
<p>Det är mycket jag aldrig givits möjlighet att lära mig. Jag är för gammal för att ha vuxit upp med det digitala samhället men för ung för att folk skall förstå att jag har svårigheter med det pga bla okunskap och där mina funktionshinder ställer till det.</p>
<p>Jag var totalt isolerad i sex år innan en kontaktperson jag fick introducerade mig för sociala medier och lärde mig använda dem 2010. Jag hade själv sparat ihop till en laptop efter att jag fått nej att få en handiphone av landstinget. Den låg i sju månader innan kontaktpersonen lärde mig använda den. Jag fick ett socialt liv i och med det! Sen fick jag en iphone som hjälpmedel av AF och efter x antal månader en arbetsterapeut från annat håll som lärde mig att ladda ner appar och börja använda den som anteckningsbok, påminnelser, almanacka, telefonbok m.m. Sedan har jag kämpat enormt själv för att lära mig om datateknik och tillägna mig. Det har tagit år att lära mig vissa funktioner. Det är enorma berg som jag kan sitta i tolv timmar och kämpa mig upp halvvägs. Sen är jag så slut att jag måste vila ett par dar och då kan jag glömma bort alltihop tills jag sv en slump upptäcker att jag installerat program och anteckningar men inte klarat av att fullfölja. Det här kan hända sex månader senare eller ett år. Numera kan jag ganska mycket. Den största exkluderingen numera är att vård och omsorg inte använder digital teknik överhuvudtaget och deras webbsidor verkar vara från 2008. Och personalen använder ju inte ens själva bankid, sociala medier "normalt" som jag tycker är normalt. Så ska jag ha kontakt med dem måste jag gå tillbaka i utvecklingen på ett plågsamt sätt. Jag blir helt urlakad av att behöva ha å göra med verksamheter som inte har anammat ens</p>

sms och mejl-kommunikation som något fullkomligt naturligt.
som för många är förändringshastigheten en belastning! men innebär samtidigt förbättringar. ex vis utbyte av lösenord till Bank-Id
just HÄR försvann mina svar o kopplingen till denna u.s Som levande exempel på begränsningarna både individuellt o med funktionen m liknande u.s (endast en fråga i taget utan översikt över helheten!!!
Det digitala samhället är bra, finns alltid något att göra!
Det är så många olika miljöer att det är svårt att hänga med. Och fastnar lätt för mycket på tex Facebook och Instagram.
Använder instagram mycket och 1177, det fungerar bra
Jag känner mig uppdaterad om världen, stort och smått. Bokar hellre via internet, för att slippa de sociala normerna vid ett telefonsamtal.
Jag tar del av det som de flesta andra i min ålder. Köper saker, kollar Facebook, skriver till vänner på messenger... mejlar, youtube. Allt möjligt.
Jobbar med internet och på fritiden, har med mobil. Myndigheternas hemsidor är ganska breda för att det är mycket information
Eftersom hon inte kan använda det själv.
Jag minns inte när jag sist höll i en dagstidning.
Har man som jag synskada, nackskada och kronisk utmattning är inte internet ett bra forum. Det slite med alla popup texter med mera
Har ingen papperstidning och kan känna att man är utestängd från vissa nyheter t ex dödsannonser och andra saker från familjesidorna.
Tycker det har blivit för mycket när man som sjuk förväntas sköta allt själv nästan via internet. Saknar att man kan boka tider (exempel) hos en vänlig och kompetent människa utan att behöva trycka sig fram på en massa knappar och under väntetiden få höra hur man kan gå in på en hemsida och få svar, trots att de inte har en aning om vad man vill fråga om. Systemet idag ger en konstant upplevelse av total avvisning och att man inte är önskvärd.
Blir ofta fel i diskussioner, så vet inte om jag vill bli mer delaktig.
Inga
Kan som tidigare sagt tex inte skicka mail eller klicka på länkar i mobilen. Svårare och svårare hitta telefonnr. Söker info tröst och avkoppling på tex fb och har kontakt med folk via messenger när den funkar. Skulle vilja lyssna på böcker om jag kunde. Älskar dock dokumentärer, undulater och föreläsningar mm Bra kunna dela info med andra. Och.... Synd detta tar längre tid besvara än jag har.
Digital delaktighet betyder i princip allt för mig socialt. Jag är så fysiskt sjuk att jag sällan eller aldrig ens orkar prata med folk i telefon, så då är t ex Messenger bra, eller att man kan se vad familjen gör på snapchat och hänga med i vänner liv på Instagram. Däremot är det offentliga fortfarande, trots digitaliseringen, ofta otillgängligt. Vården särskilt har bestämda rutiner om hur saker ska skötas, t ex får man inte beställa tid på plats om man redan är där, även om man har svårt för det snabbare samspelet som telefonsamtal kräver. Man får inte heller beställa tid på 1177 och vården gör sig otillgängligare än vad de borde vara, om patienternas behov fick vara i centrum, inte vårdens egna föredragna rutiner.
Jag tänker inte ens på det som delaktighet, digitala tjänster och kommunikation är en sådan självklarhet i mitt liv.
Man måste själv vara aktiv
Det skulle bli enklare med digitaliseringen men jag upplever ibland att jag undviker saker för att det är så många val/inställningar som ska göras så jag fattar inte. Vill ha 1 knapp och sedan ska det fungera
Jag kan sitta 7,5 minut åt gången med en skärm o med vilor emellan kommer jag upp i totalmax 37,5 minuter på en dag. På detta sättet försöker jag göra det jag måste o ibland något jag vill.
Vaskulær dement - svårigheter
Vissa saker på nätet är krångliga men det är en trygghet att ens kontakter är lätt tillgängliga genom social media
Enklare där än i verkligheten. På internet gör man en sak i taget. I verkligheten är det mycket fysiskt.
Svårt när det krävs bankid. Min godeman har fullmakt.
Känner att det kommer mer och mer tjänster på nätet och tror det kommer att fortsätta.
Jag använder Internet dagligen och har inte mycket att säga om det.
Min delaktighet har ökat fundamentalt genom den digitala tillgängligheten.Nu kan jag delta i många diskussioner,se vad vänner gör och hantera myndighetskontakter i större grad.
Gör det mesta digitalt då jag föredrar det framför att interagera 'irl' med folk.
Jag är bara användare/betraktare av digitala samhället.

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

Jag tycker det är bra att det finns men man är ju själv orolig för det ständiga blå ljuset man använder dagligen tyvärr.

Jag känner mig delaktig eftersom jag inte har så pass stora besvär. Dock så kan mina ringa besvär ändå göra att det ibland kan bli svårt att förstå, navigera runt och att tolka innehållet på de olika sidorna. Vissa sidor krånglar även till de olika stegen för mycket. Hade behövt fler sidor där man lättare kan få en överblick över innehållet, samt där innehållet är mer lättläst och lättförståeligt.

Vet ej

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

kan inte

För mycket bygger på BankID inloggar om man inte Har är man utestängd Då

Har inte råd att Dator kostar För mycket

svår Att följa ALLt som händer Då Mycket reklam

Det för Att hitta inofion

Lite orolig för framtiden, jag kommer att bli äldre och se sämre, det är ett problem speciellt om man surfar på telefonen. Det blir färre tillfällen där man kan diskutera nyheter på nätet och på datorer eller hur nya program fungerar. Det oroar mig lite.

Mitt hem.

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

Smart telefon

Har du tillgång till en smart telefon?

	Procent	Antal
Ja	92%	197
Nej	7%	15
Vet inte	1%	2
	Totalt	214

Hur kunnig är du på att använda en smart telefon?

	Procent	Antal
Jag har tillräckliga kunskaper för att använda en smart telefon	71%	150
Jag kan använda en smart telefon men skulle behöva mer kunskaper eller hjälpmedel	16%	33
Jag kan inte tillräckligt om smart telefoner för det jag vill använda smart telefoner till	5%	11
Jag kan inte alls använda en smart telefon	4%	8
Vet inte	5%	10
	Totalt	212

Hur tycker du det är att använda en smart telefon?

	Procent	Antal
Lätt	62%	123
Varken lätt eller svår	30%	59
Svårt	7%	13
Vet inte	1%	2
	Totalt	197

Har du några hjälpmedel till din smarta telefon?

	Procent	Antal
Ja	26%	50
Ja, men jag behöver fler hjälpmedel	12%	24
Nej	43%	84
Nej, men jag skulle behöva hjälpmedel	13%	25
Vet inte	6%	12
	Totalt	195

Markera gärna de hjälpmedel du har i din smarta telefon

	Procent	Antal
Bildtelefon	7%	9
Förstoring	22%	30
OCR-program	4%	5
Ordprediktion	10%	14
Punktskriftsdisplay	1%	1
QR-scanner	26%	36
Röststyrning	13%	17
Skärmläsning, VoiceOver	3%	4
Stavningskontroll	46%	63
Tal till text	14%	19
Talsyntes, uppläsning, program	6%	8
Telefonen i sig är mitt hjälpmedel	60%	82
Annat, ange vad	21%	29

Annat, ange vad

Abilia kognition (2)

App för att registrera mående dagligen

Behöver inga hjälpmedel för närvarande

De hjälpmedel ovan som finns i telefonen är inte samma som jag använder. Det finns saker i min telefon som jag vet att andra använder, men jag har bara inte hittat dit eller förstått hur man gör.

Enkelt läge, med större ikoner och färre på varje sida

Epidiary

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

Google Maps, anteckningsprogram, bildbehandling (även till egen information)

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

Handicalender

Handikalender

Hörapparat

Hörselhjälpmedel

Jag har en handikalender i min telefon.

Jag kan ringa o ta emot samtal, lyssna på böcker o se på bilder/ youtube/f-bok

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

Menyassistent

Struktur, planering, listor, kom-ihåg, fotar mkt för att komma ihåg.

Swistangentbord

Timer!!!

Timer, alarm
engelska hjälp, kalendrar, påminnelser
gps, antäckningar, påminnelser
kan inte höra i telefon
ljudvolym
memo day planner.Timstock.Läsplatta med tal till text.
Ändra bakfärgen på texten (bakgrundsfärgen eller vad det heter), så blir det lättare att läsa.

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

Google maps!!!
Handikalendern
Kalkylator autostav swish kodkomihåg inloggningsuppgifter
SL:s rese app. Google maps.
Matpriskollen Kalkylator
Google Maps, Google Calendar, Color Note, Timely
Ja, min bankapp som jag använder flera ggr/dag för att veta mitt saldo på kontot. Jag nojjar över att kanske övertrassera annars
Kalkylatorn, Google maps,
Kalkylator Stavningsprogram
Kalkylator, google, google maps, internetbanken
Kalendern
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.
Påminnelse att lägga in korta anteckningar med klockslag. Google kalender som även går o koppla ihop med andra tex min kontaktperson. Kalkylator och Google maps med street view
Kalendern är min livlina
Ingen särskild
Min smartphones kalender och anteckningar är väldigt viktiga. Jag använder också appen Habitica för att hålla reda på vad jag ska göra varje dag - äta middag, städa, promenera - samt lägga upp att göra-listor. Habitica är en stor hjälp i vardagen. Kalkylatorn är bra eftersom jag inte är så bra på huvudräkning. Apparna Eniro och Google. Jag spelar spelet Turf för att komma ut och promenera (www.turfgame.com). Appar för lokaltrafiken är livsnödvändiga.
Kalender. Keep. Maps. Kalkylator. Skärmdumpar ofta. Använder i perioder mindomo, timestock,
Kalkylator, ResLedaren, ColorNote, Messenger, MediSafe, Bankappar, kameran, epostappar.
Kalendern för minnet. Notiser/larm. Hälsan. Har Applewatch kopplad till. Dokument. Office. Mailen. Påminnelser. Kameran. Molnen/lagrings-apparna.
Wunderlist, Reseplaneraren, Willys
Jag skulle vilja ha en bättre kalender, bättre stavningspogram
Medisafe påminna om mediciner
SMHI Wikipedia mm
Det är för jobbigt utformat för mig igen. Jag fick mobiltelefon '95. Jag hatar designen, att det alltid varierar, att navigera på skiten och slutligen - att inte ha plats för apparna, för då ska jag betala ännu mer för ett större minneskort. Det enda som hjälper nu är Bank ID, Google Maps, ljudinspelning för möten och Musikspelaren så jag kan stänga ute ljud lite eftersom det är så absurt som att arbetsterapeuter inte kan skriva ut hörselutestängande hörlurar till de med Aspergers och liknande fast det är så vanligt att tycka sorl är jobbigt.
röst memo
Kognition
Wheelmap anmälning av problem inom kommunen, Tex vägunderlag o. Dylikt som är svårt i rullstol Pill reminder Resetjänst Malmö (färdtjänsten) Skype Bank Nyheter Meditation Hjärnträning; peak, fit brains Tinnitus

Epidiary
Kalkylator, och dagstidningarna, Facebook och Instagram.
Timern Alarm Kalendern Kalkylator Reseplaneraren Musikspelaren (spela upp avspänningsövningar vid ångest) Bankappen
Kalender med larm så att jag inte missar tider eller saker jag har planerat...
Bank-id, Google map, väderspp, Skype/Viber, FaceTime, Spotify och Youtube m.m.
Anteckningar där jag skriver kom i håg-listor.
Kalendern
Kartor, kalender, anteckningar
Handi och den vanliga kalendern i Android telefonen. Resound/ hörapparater Dyson AC/ fläkt Folkandvårdens tandvårdsapp Klarna, swish och min vanliga bank app. Skånetrafiken, SJ och andra reseappar. Nextstory, spotify, Youtube, Facebook och gmail. Mathem Återbäringsappar såsom refunder och bonusbay.
Anteckningar. Kunna skriva för hand i skärmen med en touch pen.
Kalkylator
Nej
Kalkylator och Google kalender och kartor
Kalender, kalkylator, kamera, alarm, app för väder, app för kollektivtrafik
Google kalender, att kunna dela min kalender till min sambo.
Kalkylator för att räkna. Anteckningar för att minnas.
Kalkylator, Kalendern, Alarmet, SMHI, SL reseplanerare, Google, Storytel, Netflix, Coop, HM, Zalando, Boozt, mail, sms, etc. etc.
Kalkylatorn
Google / Google Maps, Alarm, anteckningsappar, Google Keep (checklists), Dropbox, bildredigeringsappar, SJ/SL, Swish/Handelsbanken, alla webbsidor som finns som appar så jag slipper browsern...
Kameran: jag fotar saker jag behöver minnas, inräknat viktiga brev från vården etc. Kollektivtrafik-appar som SJ och Mobitime: För att jag inte förstår utropen på stationer, ombord på buss och tåg, etc. Gillar extra mycket funktionen att kunna se i realtid var bussen jag sitter på befinner sig, så jag inte behöver åka vilse.
Har inga såna appar . När sjukhuset la ner dit jag gick blev jag ej tilldelad någon ny läkare eller erbjuden någon hjälp alls . Har försökt få hjälp via kommunen m.m men jag blev så oerhört dåligt behandlad att jag inte ville ha med dom att göra mer. Har ingen hjälp eller läkare idag. Har " rätt " till mkt hjälp men det funkar verkligen inte i verkligheten .
Handikalender Alla appar som medför att man slipper gogla först för att komma till rätt ställe
Bankappen, notes, alarm
Kalender, Påminnelser, Pomodoro-app (timer som hjälper mig komma igång med arbetet), appar som hjälper mig prioritera, appar som hjälper mig hantera mina känslor, appar som påminner mig att äta/sova/gå hemifrån i tid
Just nu har jag inte lyckats uppdatera de jag hade efter en fabriksåterställning (alltid är det nåt) Man skulle behöva support för mina hjälpmedel (datorn/mobilen) när jag stöter på ett eller annat problem. Ungefär som de med rullisar har. Jag googlar på allt. Så Chrome är min bästa hjälpmedelsapp. Kalkylatorn en annan, kameran för jag spelar in möten och muntlig info som minnesstöd och tar skärmbilder eller fotar för minnesstöd, klockan med larm, almanackan men bara för att boka in tider med larm, gmail, nordea, bankid (mobilt bankid har revolutionerat mitt liv). Sociala medier går jag in via chrome istället för att ha en massa appar. Facebook och andra sociala medier utgör hela mitt sociala liv. Men timstock och andra typiska hjälpmedelsappar funkar inge bra för mig. Jag har istället bantat bort appar för att det inte ska bli för rörigt. Jag jobbar hela tiden på att få hjälpmedlen att fungera smidigt som stöd och att ssmverka (datorn/iphone) men helt ensam och så har jag inte råd att köpa allt jag behöver som komplement. Det är som om en rörelsehindrad skulle behöva klura ut hur el-stolen fungerar helt själv genom trial & error och internet och att spara och köpa allt själv med lägsta sjukersättning. Erfarenheten efter tio år är iaf att många appar kräver 4-5 moment för att göra en enda sak och att själva användandet av apparna tenderar att bli ett heltidsjobb som tar mer energi än stödet man får. Och då får man inget stöd. Appar är en storindustri som lovar 100 ggr mer än man lever upp till. Ska jag gradera mina bästa blir det 1. Chrome. 2. BankID. 3. Kivra (glömde jag ju! Det är den enda myndighetstjänsten som verkligen är ett bra stöd) 4. Kameran. 5. Anteckningsboken. 6. Klockan. 7. Gmail. 8. Nordea. 9. Kalkylatorn. 10. Karta med gps! Men som sagt var är det inte ofta jag behöver hitta nånstans sen jag blev sjukpensionerad. Men gps är ett otroligt bra stöd om man måste någonstans. 11. Hitta.se
Foto, listor, timstock alarm. evernote Google keep
Reseplanerare, kalkylator, weather, notes, kalender, alarm, pomodoro timer
Google keep

Kalender, klockan, bilder (skolschemat finns där), Schoolsoft
Är så många att jag inte orkar räkna upp den.
Påminnelser, larm/väckarklocka, kamera/bilder (kan ta kort på nedskriven information)
Google kalendern med aviseringar. Kalkylator Google eartha, så jag kan se en bild på huset jag ska till.
Påminnelse, kalender, klocka, kontakter, meddelanden, anteckningar, Legimus, väder.
Reminder, MovieTalk
Legimus - Har inte i mobilen, men hemma. Skulle haft legimus i mobilen om han haft en modernare telefon. Kalkylator är alltid bra att ha.
Cykelkarta.
Hitta
Kalenderappar, har haft motivationsappar som hjälper för ADHD.
Pill reminder mm
Kalender. Mindfulness. Spotify. Anteckningar. Diktafon.
Alarm, kartor, Ica (handlingslistor mm.) Bank bank ID, Enhetsomvandlar, Kalkylator, anteckningsapp m. påminnelsefunktion, kalender
Väder SMHI och YR.no
stegräknare.
Timstock, kalender
i love hue för att skärma av och fokusera om jag mår dåligt.
Maps är väldigt bra att använda för att få hjälp att hitta ställen man inte varit på innan.
Kalkylator
Mobilt bank id Sparbankenikarlsham Kalkylator Google First vet Gmail 1177
F-bok, messenger, skype, adlibrisletto, storytel, outlook, tidningsappar
Snapchat/Instagram!
Kalkylatorn, timer, GPS, note program, påminnelse m.m
kalkylator för jag kan inte räkna för stora nummer
Legimus

Dator

Har du tillgång till en dator i ditt hem?

	Procent	Antal
Ja	86%	180
Nej	13%	27
Vet inte	1%	3
	Totalt	210

Hur kunnig är du på att använda en dator?

	Procent	Antal
Jag har tillräckliga kunskaper för att använda en dator	71%	149
Jag kan använda dator men skulle behöva mer kunskaper eller hjälpmedel	19%	39
Jag kan inte tillräckligt om datorn för det jag vill använda datorn till	8%	16
Jag kan inte alls använda dator	2%	5
Vet inte	0%	1
	Totalt	210

Hur tycker du det är att använda dator?

	Procent	Antal
Lätt	60%	107
Varken lätt eller svår	34%	61
Svårt	5%	9
Vet inte	1%	2
	Totalt	179

Har du några hjälpmedel till din dator?

	Procent	Antal
Ja	17%	30
Ja, men jag behöver fler hjälpmedel	8%	15
Nej	64%	114
Nej, men jag skulle behöva hjälpmedel	3%	6
Vet inte	7%	12
	Totalt	177

Markera gärna vilka hjälpmedel du använder i din dator!

	Procent	Antal
Bildtelefon	4%	4
Förstoring	20%	19
OCR-program	5%	5
Ordprediktion	4%	4
Punktskriftsdisplay	2%	2
QR-scanner	4%	4
Röststyrning	5%	5
Skärmläsningssystem, typ Jaws, VoiceOver	4%	4
Speciell mus	15%	14
Speciellt tangentbord	11%	11
Stavningskontroll	53%	51
Tal till text	7%	7
Talsyntes/uppläsningssystem	9%	9
Datorn i sig är mitt hjälpmedel	57%	55
Annat - beskriv vilket	15%	14

Annat - beskriv vilket

Behöver inga hjälpmedel för närvarande

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.

Jag skulle vilja ha en smart app i datorn för att planera min vardag, där jag kan skriva upp hur ofta jag t ex ska städa, vilken slags städning som ska utföras osv. Jag vill kunna gå tillbaka i appen för att se hur och vad jag gjort föregående veckor.

Klockan (komma ihåg tiden)

Ritplatta (Wacom), Blåjusfilter, synkade konton

Skriptblockerare som tar bort animationer etc

Skulle vara bra att ha OCR-program. Större bokstäver (på satt) från syncentralen.

Var kan man hitta bra appar o sånt
Zoomtext - inverterad text och val av storlek
min macbook pro (2017 som jag fixade för egna pengar har inbyggd tangetbord
stor skärm, bra högtalare

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

Stavningskontroll kalkylator scanner skrivare förstoring kopiering av text klipp in
Men det går inte att påverka grundinställningarna i Word så att kontrasterna blir större.
Word
Nej
Stavningskontroll och kalender
zoom text, talsyntesprogram, Zaida ordprediktion, förlängsammanad musfunktion som gjorts större och svartare
Alla är helt nödvändiga för att jag ska kunna använda den i den utsträckning jag gör.
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
Stavningskontrollen är bra. Jag har alltid haft lätt för stavning men tycker att det har blivit lite svårare som medelålders. Dessutom skriver jag snabbt och gör gärna slarvfel, där är stavningskontrollen till stor hjälp.
Word, kalkylatorn, skärmbild.
Zoom Text.
Kalkylatorn används förvånansvärt ofta. Spelen håller mig vid liv genom att låna mig ett annat liv ett tag. Jag önskar att jag hade stol så inte kroppen gick sönder och domnade bort, och tangentbord och mus så det är lättare att skriva och inte få ont.
Kalkylator Numbers (har ett dokument med budget för att hålla koll på ekonomin)
Kalkylator Word exel m.m.
Flitig användare av kalkylatorn
google chrome och flera google appar
Ingen aning
Klockan (komma ihåg tiden)
Word/Pages och annat för anteckning, Adobe-programmen (sammanfattar/bildbehandlar ofta min egen information/anteckningar), backups (så jag hittar allt, överallt), Post-its på Mac för att snabbt komma åt utvald viktig information... Även miniräknaren.
Jag har aldrig fått kläm på det.
Wordpad, kalkylator, kalender
Påminnelser, post-lappar som app
Outlook, internet explorer, word.
Notepad
Skulle nog vara bra om jag kunde
Använder oftast datorn till att skriva Word-dokument, ibland parallellt med att jag söker efter information på Internet.
Vet inte använder inte ofta
kalender
mail titta på dagstidningar
Kalkylator
Släktforskningsprogram o olika Arkivprogram etc
Jag använder dator som min Ipod, men har svårt komma ihåg inloggningen
Jag använder endast internet, och tittar på youtube, på klipp som är riktade till små barn. Det är lätt att använda dator till detta, men jag kan/klarar inte använda dator till något annat.
Vet ej

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

kalkylator

Surfplatta

Har du tillgång till en surfplatta?

	Procent	Antal
Ja	50%	104
Nej	48%	101
Vet inte	2%	5
	Totalt	210

Hur kunnig är du på att använda en surfplatta?

	Procent	Antal
Jag har tillräckliga kunskaper för att använda en surfplatta	62%	125
Jag kan använda surfplatta men skulle behöva mer kunskaper eller hjälpmedel	11%	23
Jag kan inte tillräckligt om surfplattan för det jag vill använda surfplattan till	7%	14
Jag kan inte alls använda surfplatta	10%	20
Vet inte	10%	20
	Totalt	202

Hur tycker du det är att använda en surfplatta?

	Procent	Antal
Lätt	61%	63
Varken lätt eller svår	30%	31
Svårt	9%	9
Vet inte	0%	0
	Totalt	103

Har du några hjälpmedel till din surfplatta?

	Procent	Antal
Ja	14%	14
Ja, men jag behöver fler hjälpmedel	5%	5
Nej	67%	67
Nej, men jag skulle behöva hjälpmedel	6%	6
Vet inte	8%	8
	Totalt	100

Markera gärna de hjälpmedel du har i din surfplatta

	Procent	Antal
Bildtelefon	10%	4
Förstoring	26%	10
OCR-program	0%	0
Ordprediktion	8%	3
Punktskriftsdisplay	0%	0
QR-scanner	10%	4
Röststyrning	10%	4
Skärmläsning, VoiceOver	8%	3
Stavningskontroll	44%	17
Tal till text	8%	3
Talsyntes, uppläsning, program	13%	5
Surfplattan i sig är hjälpmedel	64%	25
Annan, ange vad	18%	7

Annan, ange vad

Allt som syncar appar med alla mina egna konton i princip. Surfplattan i sig visade sig vara väldigt jobbig att skriva på. En besvikelse.

Har sett att några funktioner finns men för det mesta kommer jag inte på hur jag gör. Som bildtelefon går ju använda messenger men tillviktiga saker går det inte. Vill kryssa i tex Surfplatta i sig är mitt hjälpmedel, eftersom den är det för några saker och skulle kunna bli mera men vet inte om det går skriva i annan, ange vad så törs inte ifall nästa sida kommer direkt automatiskt då. Ibland lyckas jag dock hitta en bra funktion men av tillfällighet så vet inte hur jag hittar tillbaka när jag behöver som mest. Vet inte om stavningskontroll är mest irriterande eller nödvändig så har den på f. S. H. Sk. Ocrprogram vet jag inte vad det är. Låter som nåt för räkningar. På tal om det så var det lättare den korta tid man kunde skanna sina räkningar. Nu drar jag mig till jag får påminnelse för orkar inte. OCR numret är ju så långt, suck. Och ofta fastnar jag på nåt och kan inte gå vidare. Vill ha ett enklare system. Tar förmt energi när man måste göra om samma sak gång på gång också. Nåt s

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

Spel och appar

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

kommunikationshjälpmedel

Är osäker på vilken hjälp.

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

Nej

Stavningskontroll och kalender

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

Samma som på telefon mestadels.

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

Röstinspelning, anteckningar, Maps, studiehjälpsappar, musikspelare, WebMD (Jag hatar att besöka vården om jag inte absolut måste, så förutom mitt eget huvud använder jag gärna denna för att bedöma om jag bör söka vård. 1177 har nästan dödat mig två gånger så hellre detta).

Samma smart telefon.

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

Min platta är låst
Kalkylator
Samma som mobilen d.v.s den är livsviktig. Påminner mig, planerar min resa vilket sänker min stressnivå betydligt. Väldigt mycket är väldigt viktigt i min platta.
Röstinspelaren, det var nämligen nästintill omöjligt att använda tangentbordet så här har den väl kommit väl till pass. Även bank-appar och dylikt så jag slipper plocka upp dator eller mobil. Paddan var ganska värdelös i min mening då den saknade simkort utöver det bedrägliga tangentbordet.
Timstock evernote
lätt förstora o använder timer o tidtagning. använder iPad fa i köksaktiviteter, separera från datorn = förtydliga!
Alarm
JW. Library kan vara felstavat eller andra små o stora bokstäver. Där kollar jag filmer jag laddat ner och då kan jag se dom när nätet inte funkar. Den får jag hjälp av Jehovas vittnen att klara. Mobilens kalkylator använder jag men vet inte om det är en app. Skulle vilja ha GPS när jag går i skogen för att slippa ringa polisen när jag gått vilse som jag varit tvungen. Vill ha många appar men största problemet är brist på minne och koden man ibland måste fylla i. Bra dock när en bekant kan använda en app och berätta resultatet för mig. På sin mobil förstås.
Legimus
Timstock
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.
F-bok, messenger, skype, Adlibrisletto, Storytell, outlook, tidningsappar
Mitt kommunikationshjälpmedel, men det är inte tillräckligt användarvänligt. Lyssna på musik. Det är svårt att använda surfplattan till annat än väldigt specifika saker som jag vill göra. Jag skulle behöva en surfplatta till varje enskild app, och låsa plattan i det läget. Det är dumt att det inte går att helt ta bort appar man inte vill ha, eller att begränsa användandet till några stycken appar, istället för att endast en, eller alla appar.
Minns ej

Bakgrundsuppgifter

Ange åldersintervall

	Procent	Antal
Under 16 år	0%	1
16–24 år	9%	18
25–34 år	29%	58
35–44 år	23%	46
45–54 år	24%	49
55–64 år	12%	25
65–75 år	2%	4
76 år eller äldre	0%	1
	Totalt	202

Vilken är din könstillhörighet?

	Procent	Antal
Man	18%	36
Kvinna	77%	155
Annan	2%	5
Jag vill inte svara på den frågan	2%	5
	Totalt	201

Är svenska ditt första språk?

	Procent	Antal
Ja	95%	191
Nej, ange i så fall ditt förstaspråk	5%	10
	Totalt	201

Nej, ange i så fall ditt förstaspråk

Arabiska

Dansk

Danska

Finska.

Kurdiska. Mamma och pappa är irakiska kurder. Jag är uppvuxen i Sverige.

Portugiska

Serbokroatiska

Spanska

danska

norska

I vilket län bor du?

	Procent	Antal
Stockholms län	32%	65
Uppsala län	3%	7
Södermanlands län	0%	1
Östergötlands län	5%	10
Jönköpings län	3%	6
Kronobergs län	1%	3
Kalmar län	1%	3
Gotlands län	1%	2
Blekinge län	0%	1
Skåne län	13%	26
Hallands län	1%	3
Västra Götalands län	11%	23
Värmlands län	5%	11
Örebro län	3%	6
Västmanlands län	3%	6
Dalarnas län	4%	8
Gävleborgs län	3%	6
Västernorrlands län	2%	4
Jämtlands län	2%	4
Västerbottens län	2%	4
Norrbottens län	1%	2
Vet inte	0%	1
	Totalt	202

I vilken typ av ort bor du?

	Procent	Antal
Stad	62%	125
Mindre samhälle	26%	52
Landsbygd	12%	24
Vet inte	0%	1
	Totalt	202

I vilken typ av boende bor du?

	Procent	Antal
Hyseslägenhet, vanlig	49%	99
Bostadslägenhet	16%	32
Villa, hus	22%	45
Gruppboende	3%	7
Serviceboende	7%	14
Annat stödboende	0%	1
Jag är hemlös	0%	0
Annat, beskriv vilket	2%	4
	Totalt	202

Annat, beskriv vilket

Inneboende i bostadsrätt

Internat

elevhem

studentboende

Får du hjälp av någon i din vardag?

	Procent	Antal
Ja	44%	88
Nej	56%	114
	Totalt	202

Vilken typ av hjälp?

	Procent	Antal
Hemtjänst	10%	9
Personlig assistans	9%	8
Boendestöd, stödpersoner eller liknande	71%	61
God man/Förvaltare	31%	27
Annat, ange vad	27%	23

Annat, ange vad

Föräldrar (2)

Arbetsterapeut

Familj

Familjemedlemmar

Kommunal hemsjukvård

Kurator
Man och barn
Man, barn, kompisar
Min man hjälper mig mycket
Min man. Har även haft boendestöd länge och ska nu få det igen då min man blivit sjuk. Har även ansökt om hemtjänst. Har också avlösare för barn.
Mina föräldrar
Mina föräldrar får lösa av varandra i att ta hand om mig och hushållet fast de är sjuka, eftersom boendestödet inte fungerat de åtta år jag haft det och jag klarar inte förändringen i att bo på ett boende. Förvaltningsrätten ålade först mor, sjukpensionär, att VARA mitt boendestöd.
Nattpatrullen
Pappa.
Personal på Bondet Min mamma
Psykolog
Stödstrumpor
arbetsterapeut
bra stöd från KomSyn, region Skåne
hjälp av vuxna
min fru o min ledsagare
vårdnadshavare, korttidsboende

Bor du tillsammans med någon?

	Procent	Antal
Ja	51%	103
Nej	49%	100
	Totalt	203

Vem eller vilka bor du tillsammans med?

	Procent	Antal
Sammanboende, partner eller gift	69%	71
Barn under 18 år	40%	41
Hemmaboende barn över 18 år	11%	11
Bor med mina föräldrar eller en förälder	17%	18
Delar bostad med en vän (eller flera) – kollektivboende	1%	1
Annat, ange vad	4%	4

Annat, ange vad
Har inneboende
Osiris (ocicat)
internat
min Hund

Vilken är din högsta avslutade utbildning?

	Procent	Antal
Grundskola	15%	31
Grundsärskola	0%	1
Gymnasium	24%	49
Gymnasiesärskola	7%	15
Yrkesutbildning/Yrkehögskola	8%	16
Folkhögskola	9%	19
Högskola eller universitet	30%	61
Annan, beskriv vad	4%	9
Vet inte	0%	1
	Totalt	202

Annan, beskriv vad

Har inga slutbetyg varken från grundskolan eller gymnasiet men gick 10 år i grundskolan och 4 år på gymnasiet, i Rh-anpassad klass.

Ingen . Klarade ej av grundskolan heller . Utan betyg .

Ingen avslutad utbildning.

Komvux

Resturangakademi på Cypern

Sminkös

Till teckenspråklärare

anpassad grundskola

anpassad skolgång, inga betyg

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

	Procent	Antal
Arbetar	30%	60
Arbetslös	10%	21
Hemma med barn	2%	5
Pensionär	5%	10
Sjukskriven	23%	46
Sjukersättning/Förtidspensionär	36%	73
Daglig verksamhet	13%	27
Aktivitetsersättning	7%	15
Studerar	13%	27
Annat, ange vad	7%	14
Vet inte	0%	1

Annat, ange vad

:socialbidrag

Aktiv i föreningsliv och politik också

Arbetskadetilivranta (utmattning klassad som arbetssjukdom FK)

Arbestränar

Engagerad i den ideella sektorn

Försörjningsstöd, socialtjänsten.

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

Har för lite hjälp och stöd, både i form av terapi och juridiskt och i hemmet och med skolan för att inte bara gå ner mig djupare i depression och isolera mig. Jag går på konvent tre gånger om året och är rädd för vad mitt liv blir när jag fyller trettio och inte längre kan få pengar för särskilt aktivitet och förevigt får ge upp på skolan. Jag är fortfarande inskriven på NTI, de är så snälla, på världens lägsta procent. Men boendestöden började sluta och familj dog och ingen kunde hjälpa mig med hemmet, för att inte nämna studier. De utförsäkrade pappa fast han är så sjuk, för att han bekämpat reumatismen med att vara i värmen på vintern - fast det kostar mindre än att värma upp i Sverige på vintern. De tyckte han var arbetsför då, så han behöver arbeta mer och kan inte hjälpa lika mycket. Det var efter hans mamma dog och min kusin blev arg för att det inte fanns ett stort arv, så hon trodde han stulit pengar och låg på FK i månader när de avlog att undersöka eftersom han varit sjuk

Jag är sjukskriven för utmattnings, 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 på väg tillbaka till arbetslivet.

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

Utvecklingsanställning
 delvis korttidsboende
 sysselsättning 2ggr/vecka
 utan någon som helst ersättning

Vilken inkomst har du per månad?

	Procent	Antal
0 kronor	4%	7
1 – 4 999 kronor	5%	10
5 000 - 9 999 kronor	22%	44
10 000 - 14 999 kronor	30%	60
15 000 - 19 999 kronor	9%	18
20 000 - 24 999 kronor	9%	18
25 000 - 29 999 kronor	3%	5
30 000 - 49 999 kronor	6%	11
50 000 kronor eller mer	0%	0
Jag vill inte svara på den frågan	13%	26
	Totalt	199

Hur fick du information om den här undersökningen?

	Procent	Antal
Via e-post	21%	43
Via Facebook	51%	103
Via en tidning	1%	2
En vän tipsade mig	7%	15
Från min organisation	10%	21
Annat, beskriv hur	16%	33

Annat, beskriv hur

Adhd ministeriet
Assistenten
Begripsam!
Dök otippat upp i facebookflödet.
Från Neuroförbundet
Från Värmlänningen (en taltidning)

Från arbetsplats
Från min dagliga verksamhet
Från min kontakt person på min dagliga verksamhet
Gick in på rsmh:s hemsida
Har glömt det nu eftersom detta tagit så lång tid men tror fb
I skolan av min lärare
Jag hittade den via Google.
Min DV
Min dotter via facebook
Mina assistenter personliga
Minns inte
Postnord
Tillfrågan av stödperson hos mitt boende
Via dagliga verksamheten
Via en patient med afasi
Via habiliteringen
Via inlägg i mitt flöde på LinkedIn
arbetsterapeut
fhs värnamo
från assistent
förälder
lärare
ohjälpte met
organisation
personal på jobbet
vårdnadshavarens organisationskontakter

Är det något du vill tillföra?

Jag önskar att det var mindre cookies lättare med inloggning kom ihåg saker
"App-crowding". Jobbigt att hitta rätt app i telefon och platta. Blir som en gröt av symboler, där alla tycks se lika ut. Ett evigt sorterade och grupperande krävs, men ändå klart energikrävande att leta. Har ingen superlösning, men tror det är fler än jag som får soppatorsk när de ska hitta sin swish- eller bankapp t ex.
Det är jätte viktigt att jag har kunniga personer att fråga om hjälp och som kan anpassningar, kan laga dem och föreslå nya. Region Skåne KomSyn har hjälpt mig jättemycket ! Min familj ordnar min dator och kontakter för att få hjälp när jag behöver, utbildar mina assistenter
Det borde vara en rättighet att få tillgång till internet antingen via telefon, surfplatta eller dator.
Jag hoppas verkligen att det finns sätt för dem som har liknande problem men tycker att det är svårt att få möjlighet att lära sig använda internet och datorer och får hjälpmedel till det. Internet har verkligen varit min räddning och jag tror min livskvalitet skulle vara tusen gånger sämre utan det.
För mig har datorer och smartphone inneburit ett jättelyft. Handlar inte bara om det jag beskrivit ovan. Ett av mina intressen är fotografering. Är inte jättebra på foto men tycker om bilder, redigerar i Photoshop och lägger ut på Instagram. Eftersom jag har lite sämre bildminne och inte kan se bilder framför mig betyder fotograferingen jättemycket för mig. Jag kan också släktforska via datorn, vilket är väldigt roligt. Däremot läser jag inte böcker digitalt, jag läser mycket men föredrar pappersböcker.
Bara det som jag nämnt.
Hade önskat att man hade haft stavningsprogram som fungerar i alla enheterna
Det borde idag vara en mänsklig rättighet att ha åtminstone en av dessa, särskilt om man är handikappad. Det är allt. Och att de borde sluta göra plattor och telefoner mer och mer bräckliga. Spruckna skärmar är svåra att läsa på. Före skatt är enormt missvisande när man har både inkomst utan och med skatt. Jag har inget hushåll, jag betalar två halva hyror för att min hyresvärd gick emot hyresnämnden och ändrade i min lägenhet så jag inte kan flytta hem men måste betala hyra för

ersättningslägenheten. Pappa får ströjobb och får tack och lov lön när han hjälper mig, mamma har sjukpension. Det blir lite svårt då, när jag betalar två halva hyror och el så gott jag kan och de andra halvan så gott de kan. Inte alla som betalar EN normal hyra. Plus att pappa har en egen hyra egentligen, men inte ville att jag skulle ta livet av mig för att jag inte kunde flytta tillbaka om de inte återställer min lägenhet. På två lägenheter, i snitt, är det kanske skattepliktigt 28000 Sen får mor och jag 6000 i handikappersättning och bostadstillägg ihop. Jag har inte haft råd med ledarhundsutbildningen än, så mycket går till försäkring, hundmat, vård m.m

Nej. Men tack för allt job ni gör

Man blir inte så socialt isolerad i o m dator m.m. via sociala medier så har man en krets runt om en som är väldigt viktig.

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

Jag 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 asprie 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 funkar 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.

Det suger

(Från papper till digitalt: I fråga om personen bor ihop med någon svarade personen "Nej" men antecknade att personen i fråga bor på gruppböende).

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.

Allt borde finnas i en app, för oss bortskämda Generation Smartphone.

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

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

Har varit sambo, sen flyttade vi isär och nu bor vi typ ihop igen.

Det finns så många ljud och saker som blinkar och poppar upp i telefoner och datorer och internet. Dessa bryter min koncentration. Skulle vilja ha ett läge att ställa in så en slipper det.

Som hörselskadad är internet och datorer det bästa sättet att kunna kommunicera för mig.

Är trött på att alla tar för givet och självklart att det skall dominera ens liv. Om man inte använder sig av det (ex när det gäller vård och bank) förstår folk sällan att det är ett aktivt val man önskar att göra. (precis som när man vill behålla kontanter) och bemöter en ibland som man vore idiot.

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

Skulle gärna göra det om inte hjärnan blivit slut så orkar inte tänka mera. Kanske att en av de dummaste är att man måste köpa ny så ofta. Ibland bara för att de plötsligt inte går ladda. Dyrt. Jag vill ha tillgång till anonym hjälp gratis eller billigt irl som kommer hem och både löser mitt problem och visar hur man gör. AT borde även lära mig GPS, sömnanalysapp, stegräknare och minnesgrejer mm Jo nu kom jag på vad jag mest behöver. Nån neutral som rekommenderar den bästa för mig både apparater och abonnemang mm till bästa pris och som kan fixa att de funkar och garantera teckning mm

Tack för allt job ni gör Med Venlig Hilsen Tina

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.

Saknar rehabilitering
nej
Kommentar från registratorn: Godeman sköter räkningarna via internet. Hon skriver att hon inte har några hjälpmedel. Bor ensam med sin katt. Har gått grundskola och grundsärskola.
"Det här är ett jättebra initiativ" Kommentar från registratorn: Den ifyllda enkäten har kommentarer, vid vissa frågor, med citattecken. "Jag ringer hellre" står det vid frågan om personen använder webbplatser som tillhör kommun/landsting/region. Vid frågan om han har tillgång till surfplatta står det vid sidan: "Jag har lånat ut min för tillfället".
Det är komplicerande att använda tycker jag, man kan väl visa internet mera tydligt. (Frågan under om personen vill delta i fler undersökningar) Ja tack. Kommentar från registratorn: Personen hade kryssat i "nej" på frågan om hon använder internet, men därefter kryssat i att hon använder Instagram, spelar spel och lyssnar på radioprogram - därav som registrator kryssade jag i Ja på den frågan för att kunna ta med hennes svar ändå.
Jag hade behövt ett program, en app som stör användningen av Internet när man befunnit sig för länge på samma plats. Eller vid sökning på samma ord, namn med kort tidsintervall i mellan. Fastnar lätt, blir trött och energin går åt till inte alltid någon nytta.
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.
Kommentar från registratorn: Jag har kunnat datorn mycket bra före 170410 (olyckan)
Nej
om inte Kan köpa en Bra ny Dator eLLer telfon Ärsvat Vara Delaktig i Värden

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.