

# Digital vardag

Om **digitalisering** - för dig som är nyanländ  
och bor i Stockholms stad



I Sverige är många delar av samhället **digitaliserade**.

I den här broschyren kan du läsa om vad det betyder  
och hur du kan bli mer digital.

Det är viktigt att kunna använda digitala verktyg  
för att ta del av samhällets olika tjänster.

# Digitalisering

## Vad är digitalisering?

Digitalisering betyder att vi använder teknik för att göra något **bättre** och **enklare**.

Vi sparar tid och pengar när vi sköter våra ärenden digitalt.

Till exempel, idag skickar vi **e-post** istället för vanligt brev. Det finns många fördelar med e-post.



### Brev:

- kostar pengar att skicka
- det tar tid:
- man måste gå till posten för att skicka brevet
- det tar några dagar tills brevbäraren levererar brevet

### E-post:

- gratis, kostar inget
- levereras inom några sekunder

# Digitala myndigheter

Alla myndigheter i Sverige har en **webbsida**.

På webbsidan hittar du korrekt och aktuell information. Använd alltid myndigheternas webbsidor som din informationskälla.

Du kan också komma i kontakt med myndigheten digitalt, utan att behöva lämna hemmet.

Du kan skicka ett **mejl**, använda **chatt** eller **ringa**. Kontaktuppgifter finns alltid på webbsidan.

Där hittar du också adress till närmaste kontor, om du behöver besöka det.

Testa att besöka några webbsidor!

[www.arbetsformedlingen.se](http://www.arbetsformedlingen.se)

[www.forsakringskassan.se](http://www.forsakringskassan.se)

[www.migrationsverket.se](http://www.migrationsverket.se)

[www.stockholm.se](http://www.stockholm.se)



# Söka information

Du kan hitta information på nästan alla frågor på internet.  
Du söker på internet med hjälp av en **sökmotor**.  
Till exempel Google.

Öppna webbläsaren på din mobil:

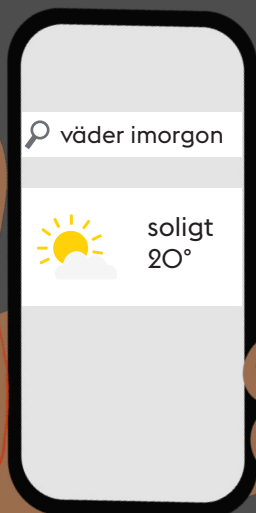


På **iPhone**:  
Safari



På **Android**:  
Google Chrome

Testa att söka svar på någon fråga!



Skriv din fråga i sökrutan.

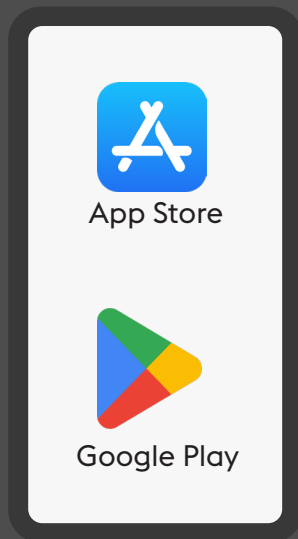
Till exempel:

- Vad blir det för väder imorgon?
- Adress till Skatteverket
- Telefonnummer till din SFI skola

# Appar

Appar är program som du laddar ner till din mobil. Det finns många olika appar, till exempel chattprogram, spel och appar där du kan titta på videos eller lyssna på musik.

Du laddar ner apparna från **App Store** (iPhone) eller **Google Play** (Android).



# E-post



Att **skicka e-post**, eller "**mejla**" är att skicka ett meddelande digitalt. Det är gratis att mejla. Mejlet skickas på en gång och efter någon sekund når det mottagaren.

Du kan skapa din mejladress gratis från olika e-posttjänster, till exempel **Gmail**. För att skapa gmail-adress, gå till webbplatsen [www.gmail.com](http://www.gmail.com).

# BankID



Ditt pass eller körkort är **legitimation** och identifierar att du är du.

BankID är en **digital legitimation**.

BankID identifierar att du är du på internet.

BankID fungerar som en **nyckel** där du identifierar dig till olika tjänster på nätet.

Du skaffar BankID hos din bank.

# Internetbank

Istället för att besöka bankkontor, kan du sköta dina bankärenden **digitalt**.

När du öppnar bankkonto får du tillgång till **internetbanken** som har öppet dygnet runt.

Du kan betala räkningar och överföra pengar utan att behöva lämna ditt hem.

# QR-koder

QR-koder är som streckkoder och leder dig till en webbsida.  
För att använda en QR-kod:



1. Öppna kameran i din mobil.
  2. Rikta kameran över QR-koden.
  3. En länk vid QR-koden kommer fram.
- Tryck på den för att komma till webbsidan.

**Testa att scanna koden!**

# Digital vård

Har du frågor om din hälsa kan du få stöd digitalt. Du slipper besöka vårdcentral och vänta i kö.

På **1177.se** hittar du mycket bra information och vart du kan vända dig när du behöver sjukvård.

Du kan också **ringa 1177** och prata med sjuksköterska.



Skanna QR koden för att läsa mer på olika språk!

# Säkerhet på internet

Internet är en stor plats med massor av möjligheter. Du kan hitta svar på dina frågor, lära dig nytt, hitta vänner. Internet har också en mindre snäll sida. Precis som i riktiga världen, kan du träffa människor som sprider falsk information och vill lura dig.

Det är viktigt att du är försiktig när du använder internet och att du skyddar din privata information.



## Dela inte inloggningsuppgifter, lösenord eller personliga koder med andra

Du kan träffa personer som vill få tillgång din personlig information, uppgifter eller pengar på din bankkonto. Det är saker som är dina privata, dela aldrig dem med andra.



## Var uppmärksam på misstänksamma meddelanden och länkar

Ibland försöker bedragare lura andra genom att skicka falska meddelanden. De ser ut som att de kommer från en bank eller myndighet. Om du inte är säker vem avsändaren är, öppna inte misstänksamma länkar.



## Hämta information från betrodda källor

Tyvärr sprids det falsk information på internet och det är viktigt att du kontrollerar informationskällan. Till exempel, om du letar svar om barnbidrag - besök Försäkringskassans webbsida som alltid är uppdaterad med aktuell information.



# Ordlista

svenska-engelska

ansluta	connect	e-post	email
användarnamn	username	e-tjänst	e-service
app	app	felmeddelande	error message
avbryt	cancel	fil	file
avsändare	sender	fönster	window
batteri	battery	hemsida	website
bifoga fil	attach file	inkorg	inbox
bild	image	installera	install
brevlåda	mailbox	inställningar	settings
chatt	chat	klistra in	paste
datormus	mouse	kontakter	contacts
dela	share	kopiera	copy
		ladda ner	download
		laddare	charger
		logga in	log in

logga ut	log out	skrivare	printer
länk	link	skrivbord	desktop
lösenord	password	skräp	trash
mapp	folder	skärm	screen
meddelande	message	språk	language
meny	menu	svara	answer
min sida	my page	svara alla	reply all
mottagare	recipient	sök	search
notis	note	sökmotor	search engine
nätverk	network	tangentbord	keyboard
papperskorg	trash can	uppdatering	update
program	program	utkast	draft
radera	delete	vidarebefordra	forward
ringa	call	webbläsare	browser
skickat	sent	webbsida	web page

# Lär dig mer om digitala verktyg

Att kunna använda digitala verktyg är mycket viktigt.  
Du kan lära dig själv eller gå en kurs.

Skanna QR koden för att läsa mer:



På webbsidan hittar du mer information  
om vart du kan vända dig för att lära dig mer.

Lycka till! 

# Digitalt stöd

Behöver du hjälp med att använda digitala verktyg?  
Det finns flera platser du kan vända dig till.

## Welcome House

På **Welcome House** kan du gå en kurs i digitala verktyg eller få stöd med dina digitala frågor.



Welcome House ligger på **Medborgarplatsen 25**.

Skanna QR koden för att besöka Welcome House webbsida och se aktuella öppettider.

## Bibliotek

På bibliotek kan du låna en dator och få stöd i att använda den.

Hitta  
närmaste  
bibliotek:



Hitta  
närmaste  
medborgar-  
kontor

## Medborgarkontor

På medborgarkontor finns datorer som du kan låna och få stöd i hur du använder dem.

## Statens Servicecenter

På servicekontor kan du få hjälp med e-tjänster och digitala ärenden hos **Arbetsförmedlingen**, **Försäkringskassan**, **Migrationsverket**, **Pensionsmyndigheten** och **Skatteverket**.



Skanna QR koden och hitta närmaste servicekontor: