



Myndighetskontakt



# Agenda

- Inledning
- Vad innebär digital kontakt?
- Hur fungerar digital kontakt?
- Digital brevlåda
- Hur skaffar man en digital brevlåda?
- Fördelar med digital brevlåda
- Digital kontakt med sjukvården
- Fördelar med digital vårdkontakt
- Diskutera



# Inledning

I den digitala eran har det blivit allt viktigare att vara bekväm med att använda internet för att kommunicera med myndigheter och hantera personlig post.

Detta material syftar till att ge en översikt över hur du kan använda digitala medel för att förenkla din kontakt med myndigheter och hantera din post mer effektivt.

## Vad innebär digital kontakt?

Digital kontakt innebär att du interagerar med myndigheter, som Skatteverket eller Försäkringskassan, via internet. Detta kan vara genom deras officiella webbplatser eller genom e-post.





## Hur fungerar det?

### Hemsidor

De flesta myndigheter har hemsidor där du kan hitta viktig information, ladda ner blanketter eller skicka meddelanden direkt till dem.

### E-tjänster

Många myndigheter erbjuder e-tjänster där du kan logga in med din e-legitimation för att utföra olika ärenden, som att deklarerera eller ansöka om olika bidrag.

### E-post

Du kan också kontakta myndigheterna via e-post för att ställa frågor eller få information om olika tjänster.



## Fördelar med digital kontakt

1

**Bekvämlighet:** Du kan kontakta myndigheterna från bekvämligheten av ditt eget hem.

2

**Tidsbesparing:** Sparar tid genom att eliminera behovet av att resa till myndigheternas kontor eller vänta i telefonköer.

3

**Säkerhet:** Din personliga information skyddas med säkra digitala verktyg, vilket minskar risken för identitetsstöld.



# Diskutera

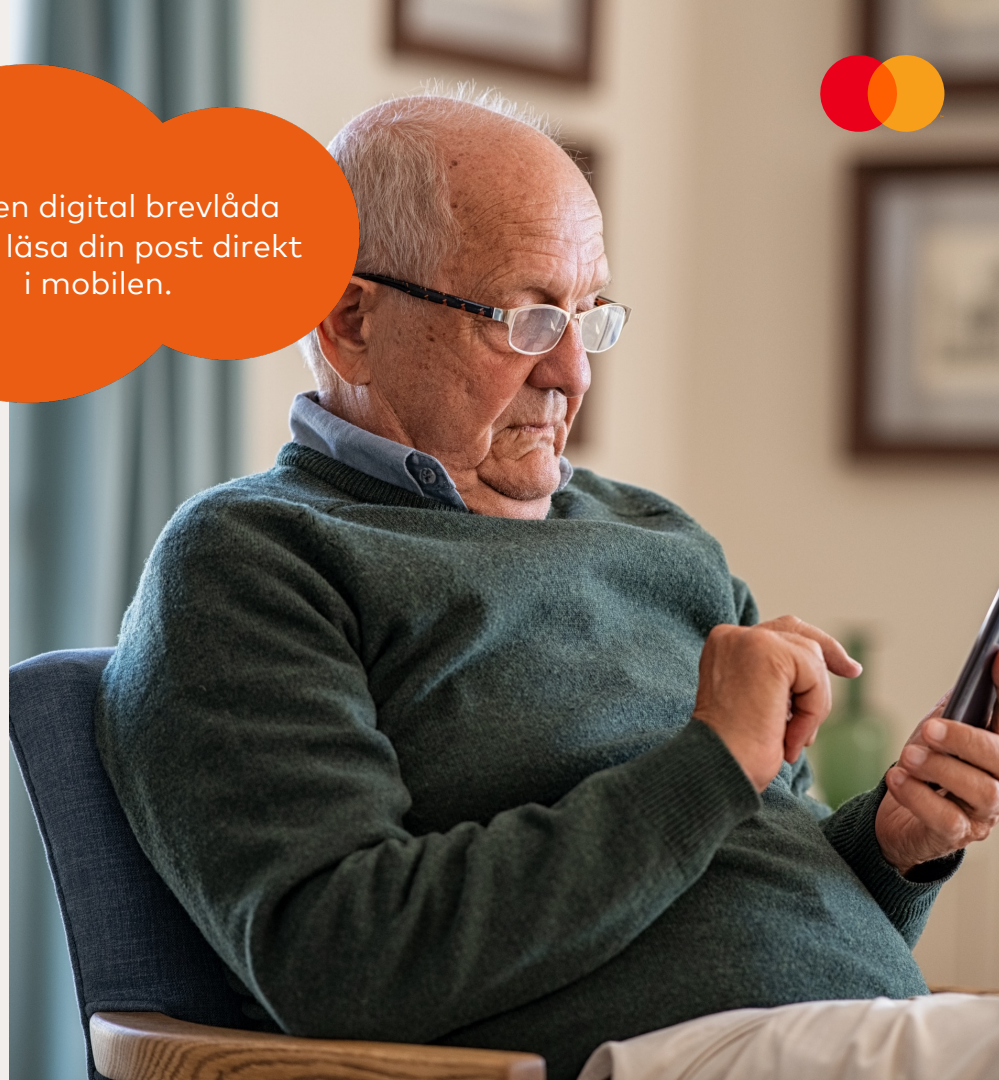
- Hur känner ni inför att interagera med myndigheter via internet jämfört med att ringa eller besöka dem personligen?
- Har ni någonsin försökt använda en myndighets hemsida? Hur kändes det?
- Vilka myndigheter tycker ni verkar enklast att nå digitalt, baserat på det ni hört eller sett?
- Är ni oroliga för säkerheten när ni delar personlig information online? Varför/varför inte?



Med en digital brevlåda  
kan du läsa din post direkt  
i mobilen.

## Vad är en digital brevlåda?

- En digital brevlåda är en online-tjänst där du kan ta emot, läsa och förvara din post elektroniskt.
- Det är ett säkert och organiserat sätt att hantera din post.
- Tjänsterna är tillgängliga via hemsidor eller som appar till mobiltelefonen.







## Jämförelse av digitala brevlådor i Sverige

I Sverige finns det flera digitala brevlådor som du kan använda för att ta emot och hantera din post elektroniskt.

Här är några av de populära alternativen:

1. Kivra
2. Min Myndighetspost
3. Fortnox Företagsbrevlåda
4. Billo

# Hur man skaffar en digital brevlåda?

- 1 Gå till Kivras hemsida och registrera dig.
- 2 Följ instruktionerna och ange dina personliga uppgifter.
- 3 För att säkerställa din identitet, verifiera din identitet genom att använda en e-legitimation. Exempelvis Bank-ID eller Freja eID.
- 4 När du har registrerat dig kan du börja använda tjänsten för att ta emot din post.



När du har skapat ditt konto, kommer du automatiskt att börja ta emot digital post från anslutna företag och myndigheter.



## Fördelar med digital brevlåda

1

**Säkerhet:** Digitala brevlådor erbjuder en säker plats att förvara viktiga dokument, vilket minskar risken för att de går förlorade eller stjäls.

2

**Enkel åtkomst till viktiga dokument:** Det blir enklare att hitta och återfå viktiga dokument elektroniskt än att söka igenom pappershögar. Alla brev sparas automatiskt i brevlådan så du slipper att vara orolig att de försvinner.

3

**Bekvämlighet:** Du slipper gå och titta i brevlådan eller postboxen efter viktig post, utan kan enkelt hantera den från mobilen eller datorn där du befinner dig.



# Diskutera

- Har ni hört talas om digitala brevlådor innan idag?  
Vad tror ni om dem?
- Hur skulle ni känna om all er post kom digitalt i stället för genom brevlådan hemma?
- Skulle ni vara intresserade av att prova en digital brevlåda om någon hjälpte er att sätta upp den?
- Hur viktigt är det för er att er post är säker? Tror ni digital post kan vara säkrare än traditionell post?

## Digital kontakt med sjukvården

I den digitala eran har det blivit allt enklare att kontakta sjukvården utan att behöva lämna hemmet.

### Här är några möjligheter:

- 1177 Vårdguiden
- Digitala Mottagningar
- E-recept

Genom internet kan du lätt komma med i kontakt med sjukvården.





## Fördelar med digital vårdkontakt

1

**Bekvämlighet:** Du kan söka vård från bekvämligheten av ditt eget hem, vilket är särskilt fördelaktigt om du har rörelsebegränsningar eller bor långt från en vårdinrättning.

2

**Snabb åtkomst:** Digitala tjänster kan ofta erbjuda snabbare åtkomst till vård, eftersom du kan undvika långa väntetider på mottagningar.

3

**Säkerhet:** Under pandemier eller andra hälsokriser, kan digital vård vara ett säkrare alternativ för att undvika potentiell exponering för sjukdomar.



# Diskutera

- Har ni någonsin hört talas om att man kan kontakta sjukvården via internet, som med 1177 Vårdguiden?
- Skulle ni vara intresserade av att ha ett videomöte med en läkare i stället för att besöka mottagningen?
- Vad tycker ni om idén med e-recept, där ni kan hämta ut medicin utan ett pappersrecept?
- Känner ni er bekväma med tanken på att dela hälsouppgifter online?

# Sammanfattning

- Att kommunicera med myndigheter via deras webbplatser eller e-post sparar inte bara tid, utan ökar också säkerheten genom digitala verktyg.
- Genom digitala brevlådor kan ni ta emot och läsa er post.
- Genom plattformar som 1177 Vårdguiden kan ni snabbt få information och råd om olika sjukdomar.
- Videomöten med vårdpersonal gör att kan ni kan få e-recept för att hämta ut mediciner.







# Diskutera

- Hur känner ni inför att alltmer kommunikation med myndigheter och sjukvården sker digitalt?
- Skulle ni vara intresserade av att lära er mer om digitala brevlådor om det fanns hjälp tillgänglig?
- Hur tror ni att den digitala kontakten med sjukvården kommer att påverka äldre personer i framtiden?
- Vilka råd eller stöd skulle ni behöva för att känna er bekväma med att använda digitala tjänster?



## Testa dina kunskaper!

Du har nu gått igenom vår utbildning på temat Myndighetskontakt  
– vill du testa dina kunskaper, scanna QR-kod för att ta dig till quizet.



Scanna QR-koden  
med din mobilkamera



# Tack!

Det finns fortfarande mycket att lära dig.  
Gå in på **betalningshjälpen.se** för att se våra övriga utbildningar.