



BETALNINGSHJÄLPEN

Myndighetskontakt

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.





Digital kontakt med myndigheter

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.

Detta eliminerar behovet av fysiska besök eller telefonsamtal, vilket kan vara särskilt fördelaktigt för äldre som kanske föredrar att undvika trånga platser.

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 deklarera 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 frågorna
tillsammans med
en vän!

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?



Digitala brevlådor

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, särskilt 'viktig' post från myndigheter, som blir lätt att ha på ett och samma ställe. Den försvinner heller inte bland skräppost eller tidningar som inte skickas dit. Tjänsterna är tillgängliga via hemsidor eller som appar till mobiltelefonen.



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

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

Genom att använda Kivra som exempel, kan du följa liknande steg för att skaffa andra digitala brevlådor om det skulle uppstå ett behov.

1

Gå till Kivras hemsida och leta efter alternativet att skapa ett nytt konto eller registrera dig.

2

Följ instruktionerna för att registrera dig. Du kommer att behöva ange personliga uppgifter, inklusive ditt personnummer och kontaktinformation.

3

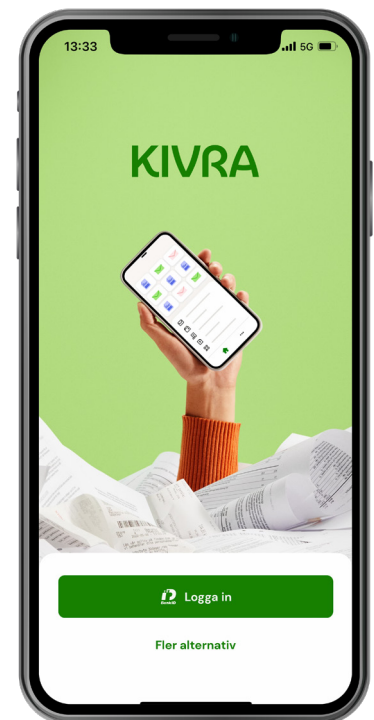
För att säkerställa din säkerhet, kommer du att bli ombedd att verifiera din identitet, vanligtvis genom att använda en e-legitimation som BankID eller Freja eID.

4

Efter att du har registrerat dig, kan du logga in på ditt Kivra-konto och börja använda tjänsten för att ta emot och hantera din digitala post. Du kan nu också ladda hem den officiella appen till din mobil.

5

När du har skapat ditt konto, kommer du automatiskt att börja ta emot digital post från anslutna företag och myndigheter. Du kan också använda Kivra för att ta emot och lagra digitala kvitton, betala fakturor direkt i appen, få digitala lönebesked (om din arbetsgivare är ansluten), och ladda upp och lagra viktiga dokument på ett och samma ställe.



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.

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 frågorna
tillsammans med
en vän!

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: Det är en central plattform där du kan få information om olika sjukdomar, behandlingar och var du kan söka vård. Du kan besöka deras hemsida för mer information.

Digitala Mottagningar: Många vårdcentraler och sjukhus erbjuder nu digitala mottagningar där du kan ha en videokonsultation med en läkare eller annan vårdpersonal.

E-recept: Läkare kan nu skicka recept elektroniskt, vilket gör det möjligt för dig att hämta ut dina mediciner från apoteket utan att behöva ett fysiskt papper.



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 frågorna
tillsammans med
en vän!

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 kunna kommunicera digitalt med myndigheter som Skatteverket eller Försäkringskassan har blivit en stor lättnad för många. I stället för att besöka dem fysiskt eller ringa kan vi nu enkelt nå dem via deras webbplatser eller e-post. Detta sparar inte bara tid utan ökar också säkerheten genom användning av pålitliga digitala verktyg.

Digitala brevlådor där vi kan ta emot, läsa och spara vår post elektroniskt är ett tryggt och strukturerat sätt att hantera posten på. Och med allt på ett ställe blir det enklare att hitta viktiga dokument. Detta är särskilt användbart för äldre som kanske vill undvika att hantera för mycket fysisk post.

Slutligen har vi den digitala kontakten med sjukvården. Genom plattformar som 1177 Vårdguiden kan vi snabbt få information och råd om olika sjukdomar och behandlingar. Vi kan även ha videomöten med vårdpersonal och få e-recept för att hämta ut mediciner elektroniskt. Detta är inte bara bekvämt, utan ger oss också snabbare tillgång till vård, vilket är särskilt värdefullt under tider då det är svårare att besöka sjukhus eller vårdcentraler personligen.

Diskutera frågorna
tillsammans med
en vän!

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

