

# Erfarenheter från en pandemi

– och förslag till en bättre krishantering  
för personer med funktionsnedsättning



Illustration från en deltagare i vår insamling av erfarenheter.

**Funktionsrätt Stockholms stad** är en ideell paraplyorganisation för funktionshindersorganisationer verksamma inom staden.

Föreningen bedriver påverkansarbete i Stockholms stad, utifrån FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning.

Vi representerar idag 32 föreningar med sammanlagt drygt 30 000 enskilda medlemmar inom ett brett spektrum av funktionsnedsättningar.

Vår vision är ett samhälle för alla, där människor är delaktiga på lika villkor, oavsett funktionsförmåga.

Adress: Sankt Göransgatan 84, 112 38 Stockholm

Telefon: 08-30 05 35

E-post: [kansli@funktionsrattstockholm.se](mailto:kansli@funktionsrattstockholm.se)

Webbplats: [funktionsrattstockholm.se](http://funktionsrattstockholm.se)

## Förord

I mars 2025 har det gått fem år sedan WHO klassade utbrottet av covid-19 som en pandemi. Pandemin innebar stora utmaningar för hela det svenska samhället, men för gruppen personer med funktionsnedsättning blev konsekvenserna särskilt svåra. Det handlade exempelvis om bristande tillgänglighet i krisinformation, om att befinna sig i en riskgrupp och om samhälleliga och individuella stöd som inte fungerade. I denna sammanställning lyfter vi därför fram viktiga perspektiv och erfarenheter, inte minst om de hinder som skapades.

Vi har hämtat kunskap från både lokala och nationella rapporter, från våra medlemsföreningar och från berättelser som under 2023 samlades in inom vårt arvsfondsprojekt *Våra röster ska höras*, där vi har samarbetat med Begripsam och HandikappHistoriska föreningen.

Vår ambition är att både påverka framtiden och att bevara dessa vittnesmål för eftervärlden. Vi riktar ett stort tack till alla som har delat med sig av sina erfarenheter. Sammanställningen innehåller utvalda och språkligt redigerade citat, som ger en direkt inblick i de upplevelser som har delats med oss. Vid redigeringen av materialet har vi använt AI-verktyget ChatGPT.

Utöver att dokumentera erfarenheter presenterar vi också politiska förslag för en mer inkluderande och effektiv krishantering. Våra rekommendationer riktar sig särskilt till politiker och tjänstemän inom Stockholms stad.

Låt oss tillsammans dra lärdom av pandemin och skapa bättre förutsättningar inför framtida kriser.

Lena Huss, ordförande  
Funktionsrätt Stockholms stad

### **Erfarenhet**

”Munskydden var en fasa under pandemin! Jag har en hörselnedsättning och problem med mina ögon och behöver besöka både läkare och optiker. Några läkare sa okej till att ta av munskyddet men andra gjorde inte det. Hur skulle jag höra vad de sa? En läkare skrev i journalen att jag var svår att få kontakt med!”

# Innehållsförteckning

Lättläst sammanfattning .....	6
Våra förslag i korthet.....	7
Bakgrund – Vad var det som hände? .....	8
<b>Information och kommunikation .....</b>	<b>10</b>
Våra rekommendationer .....	10
<b>Hälsa och vård .....</b>	<b>12</b>
Våra rekommendationer .....	12
<b>Ekonomiska och arbetsrelaterade konsekvenser.....</b>	<b>14</b>
Våra rekommendationer .....	14
<b>Utbildning.....</b>	<b>16</b>
Våra rekommendationer .....	16
<b>Personlig assistans och insatser enligt LSS .....</b>	<b>18</b>
Påverkan på personlig assistans.....	18
Insatser enligt LSS och SoL .....	18
LSS-boende .....	18
Våra rekommendationer .....	19
<b>Sociala och emotionella påverkningar .....</b>	<b>20</b>
Våra rekommendationer .....	20
<b>Ökad digitalisering .....</b>	<b>22</b>
Negativa effekter av digitaliseringen.....	22
Positiva effekter av digitaliseringen .....	24
Våra rekommendationer .....	25
Bakgrundsmaterial.....	26

## Lättläst sammanfattning

När viruset corona började spridas i Sverige blev det extra svårt för många med funktionsnedsättning. Många fick inte den hjälp eller vård de behövde. En del kände sig ensamma och mårde dåligt. Men en bra sak var att fler började prata med varandra via datorn.

Den här texten handlar om vad som var svårt under pandemin och vad vi kan göra bättre i framtiden.

Här är några förslag:

- All viktig information ska vara lätt att förstå.
- Alla nyheter ska vara textade.
- Information ska finnas med bilder och på teckenspråk.
- Hjälptjänst och stöd, som personlig assistans och LSS måste fungera bättre under en kris.
- Personer med funktionsnedsättning ska få stöd att använda datorer och internet.
- De som jobbar hemifrån ska få de hjälpmedel de behöver.
- Ingen ska behöva vara helt ensam.  
Det är viktigt att ge stöd så att fler mår bättre.
- Alla ska få det stöd de behöver, särskilt i svåra tider som under en pandemi.

## Våra förslag i korthet

För att förbättra situationen för personer med funktionsnedsättning under framtida pandemier och kriser behöver följande åtgärder vidtas:

- **Tillgänglig information:** Säkerställ att krisinformation nås av hela befolkningen och finns i olika format. Exempelvis ska all krisinformation och samhällsviktiga nyheter vara textade, finnas på lättläst, med bildstöd och på teckenspråk. Säkra tillgången till tolktjänster.
- **Tillgänglig digitalisering:** Säkerställ att digitala plattformar uppfyller tillgänglighetsstandarder och att digitala verktyg är utformade för alla.
- **Krisberedskap för insatser under LSS och SoL:** Utveckla en nationell plan – och kommunala planer – för att säkerställa stöd även under pandemier.
- **Prioritering av rehabilitering och fysisk träning:** Fortsätt erbjuda rehabilitering och träning även vid pandemier genom till exempel digitala alternativ.
- **Psykosocialt stöd:** Erbjud psykologiskt stöd och sociala aktiviteter för att motverka isolering under pandemier.
- **Anpassning av distansarbete:** Arbetsgivare bör tillhandahålla ergonomiska lösningar och teknik för distansarbete, gärna i hybridform.
- **Stöd för digital delaktighet:** Erbjud personer med funktionsnedsättning, i alla typer av boenden, utbildning i digital kompetens och tekniskt stöd.
- **Ökat föräldrastöd:** Inför stödprogram för föräldrar till barn med funktionsnedsättning.

## Bakgrund – Vad var det som hände?

Covid-19-pandemin nådde Sverige i början av 2020 och skapade snabbt en omfattande samhällskris. Först rapporterades enstaka fall, men smittspridningen tog fart och ledde till allvarliga konsekvenser för både individer och samhället i stort. Virusets klassades under ett par år som en allmän- och samhällsfarlig sjukdom. Regeringen och Folkhälsomyndigheten införde ett antal restriktioner och rekommendationer för att begränsa smittspridningen, som social distansering, hemarbete och restriktioner kring offentliga sammankomster. Hälso- och sjukvården utsattes för stor press med en snabbt ökad belastning på intensivvårdsavdelningar.

För personer med olika funktionsnedsättningar blev pandemin en särskilt utmanande tid. Många av de åtgärder som infördes för att skydda folkhälsan skapade nya hinder i vardagen för denna grupp. Pandemin belyste också existerande brister inom tillgänglighet och anpassade samhällsfunktioner, vilket gjorde att många personer med funktionsnedsättning hamnade i en särskilt utsatt situation under krisen.

Under pandemin fick den svenska befolkningen i stort uppleva den isolering som många personer med funktionsnedsättning tyvärr lever i till vardags, på grund av olika funktionshinder och diskriminerande strukturer i samhället. Det kan handla om exempelvis dålig snöröjning som gör att man inte kommer ut med sin rullstol, eller om att man inte får den ledsagning eller den personliga assistans man behöver. Även brister i den fysiska, sociala eller pedagogiska tillgängligheten i skolmiljön eller andra offentliga miljöer kan leda till isolering.

Barn och unga med funktionsnedsättning har påverkats särskilt mycket av coronapandemins konsekvenser. Det går inte att härleda dessa negativa konsekvenser till enskilda beslut eller rekommendationer, utan de är en sammantagen effekt av de åtgärder som har vidtagits på olika nivåer i samhället för att begränsa smittspridningen. Det är ännu inte möjligt att överblicka vad konsekvenserna långsiktigt kommer att innebära för deras utveckling och framtid.



## **Erfarenhet**

”Under pandemin var det mycket tufft för oss döva. Det var exempelvis svårt att besöka läkare, och att höra vad de sa. Läkarna använde munskydd och det gick inte att läsa på läpparna. Det fungerade inte heller med tolk på distans. Det var svårt att se och även svårt för läkare att höra vad tolken översatte mitt teckenspråk till.

Oftast krävdes att vi hade tolk på plats, men det funkade inte heller så bra. Ibland kom tolken med en plastskärm framför ansiktet, och då blänkte det oftast.

Många döva hade dessutom svårt att få tag på tolk under pandemin. Oftast ville tolkarna tolka på distans. Men många döva har ju inte tillgång till bildtelefon. Eller så har de svårt att använda en dator, speciellt de äldre.”

## Information och kommunikation

Tillgänglig information och kommunikation har varit en stor utmaning under pandemin. Många personer med funktionsnedsättning har haft svårigheter att ta till sig den information som kommunicerats om covid-19 och de åtgärder som vidtagits. Det har saknats information i tillgängliga format, såsom på teckenspråk, lättläst text och med bildstöd. I början av pandemin saknades även textning av både Folkhälsomyndighetens och andra myndigheters presskonferenser.

När information om smittspridning, skyddsåtgärder och restriktioner inte nådde ut till alla grupper på ett tillgängligt sätt, skapades en miljö av osäkerhet och oro. Detta drabbade personer med funktionsnedsättning hårt, då de ofta är mer beroende av tydlig och tillgänglig information för att kunna agera självständigt och säkert. Detta drabbar ännu hårdare om man dessutom inte har svenska som modersmål. Bristen på tillgänglig information kan också ha bidragit till att fler inte kände till eller rent av avstod från vård och andra nödvändiga tjänster, vilket ytterligare försämrade deras hälsa och välbefinnande. Hörselskadade riskerade att hamna i livsfara, när det bara gick att ringa till olika nödnummer, men inte skicka sms. Här måste samhället tydligt förbättra sin beredskap inför framtida kriser.

## Våra rekommendationer

### **Förbättrad tillgänglighet av information**

Säkerställ att all krisinformation och samhällsviktiga nyheter är textade, samt finns i olika format och språk, exempelvis lättläst, med bildstöd och på teckenspråk.

### **Utveckling av krisberedskap inom kommunikation**

Stärk krisberedskapen och säkra tillgång till tolktjänster så att alla kan nås av information, oavsett funktionsnedsättning. Säkerställ att nödnummer går att nå på olika sätt.

## **Erfarenhet**

”Det positiva som kommit ut av covid det är ju också den digitala omställningen. Många av mina vänner som aldrig hade kommit på idén att handla digitalt eller att ens prata med barnbarnen via datorn började göra det. Så digitaliseringen tog ju ett verkligt språng under och efter pandemin. Sen finns det ju tyvärr fortfarande en liten klick som sitter där och inte riktigt får till det.”

## Hälsa och vård

Redan innan pandemin hade gruppen personer med funktionsnedsättning sämre tillgång till vård och sämre hälsa än övriga befolkningen. Under pandemin blev dessa problem än mer akuta, då vårdssystemet överbelastades och många nödvändiga vårdinsatser sköts upp eller avbröts. En medlemsundersökning från ett funktionshindersförbund visar att hälften av de som var i behov av vård under coronapandemin valde att avstå hälso- och sjukvård på grund av smittorisken. Även rehabilitering och egen träning påverkades negativt; över 80 procent av de som hade inplanerad rehabilitering eller träning fick dessa inställda som en följd av pandemin.

Särskilt alarmerande är uppgifterna om att så många avstod från vård på grund av rädsla för smitta. Detta pekar på en stor brist i hur vården kommunicerade säkerhetsåtgärder och hur väl dessa åtgärder implementerades. Det är också tydligt att rehabilitering och fysisk aktivitet inte prioriterades tillräckligt. Att vaccinera sig mot covid-19 var i många fall också svårt för personer med funktionsnedsättning, trots att det var väldigt viktigt. Vaccinationer genomfördes på platser som var otillgängliga eller svåra att ta sig till. För många var det också svårt att höra när man blev uppropad. Det förekom även brister i stöd och anpassning för exempelvis barn och unga med autism.

## Våra rekommendationer

### **Säker vård vid pandemier**

Vården måste erbjuda tryggare och mer tillgängliga lösningar som gör att personer med funktionsnedsättning känner sig trygga att söka vård även under pandemier.

### **Prioritering av rehabilitering**

Se till att rehabilitering och fysisk träning prioriteras, även vid kriser, genom digitala alternativ eller passande fysiska insatser.

## **Erfarenhet**

”Jag har inte kommit ut i jobb på tre år, ända sen jag gick ut gymnasiet. Arbetsförmedlingen jobbar med olika aktörer som inte samarbetar och det blev ännu värre under pandemin. Jag har fått dra min historia gång på gång, för olika personer, utan att något har hänt. Nu har jag äntligen fått en Sius-konsulent, som ska hjälpa mig att med att söka jobb och få anpassningar. Men det har alltså dröjt tre år tills jag fick den kontakten.”

# Ekonomiska och arbetsrelaterade konsekvenser

Pandemin skapade en situation där arbetsmarknaden förändrades snabbt och drastiskt. För personer med funktionsnedsättning, som ofta redan står långt från arbetsmarknaden, blev dessa förändringar särskilt utmanande. Den snabba övergången till distansarbete, som för många blev en lösning, blev en ny barriär för dem utan tillgång till nödvändig teknik eller tillgängliga arbetsplatser. Detta exkluderade ytterligare en grupp som redan hade begränsade möjligheter. Andra upplevde svårigheter att få eller behålla sitt arbete, om möjligheten till distansarbete inte var tillgänglig och man befann sig i en riskgrupp.

Den ökande arbetslösheten i kombination med en pågående reformering av Arbetsförmedlingen gjorde det ännu svårare att genomföra insatser till målgruppen personer med funktionsnedsättning. Unga med funktionsnedsättning som redan innan pandemin hade det svårt att ta sig in på arbetsmarknaden, fick det ännu svårare. För dem kan denna period av instabilitet få långtgående negativa konsekvenser. Utan tidiga arbetslivserfarenheter riskerar de att hamna i en cykel av arbetslöshet och ekonomisk utsatthet, vilket även påverkar deras psykiska och fysiska hälsa negativt.

## Våra rekommendationer

### **Anpassning av distansarbete**

Arbetsgivare bör säkerställa att distansarbete fungerar även för personer med funktionsnedsättning genom tillgängliga tekniska och ergonomiska lösningar.

### **Stöd till ungdomar med funktionsnedsättning**

Inför särskilda insatser för att underlätta för ungdomar med funktionsnedsättning att ta sig in på arbetsmarknaden, genom praktikprogram och utbildningar.

## **Erfarenhet**

”Idag stannar vi hemma och går inte till skolan för att minska smittspridningen. Men det fanns elever som inte gick till skolan även innan pandemin, på grund av en omöjlig skolsituation. De var hemma innan pandemin och de är hemma nu också. Detta innebär att allt skolarbete måste göras hemifrån. Med nätundervisning som enda hjälp krävs mycket självdisciplin för att klara skolarbetet. Men glöm inte att nätundervisningen är en möjlighet för de som inte kan gå till skolan. För dem är det åtminstone någon form av utbildning – något som många av dem inte har fått på länge.”

## Utbildning

Många elever och studenter med funktionsnedsättning har påverkats negativt av övergången till distansundervisning. Flera har upplevt svårigheter att få det stöd och anpassningar som de har rätt till, vilket ökade risken för försämrade studieresultat och social isolering. För vissa elever har dock den digitala övergången inneburit ett positivt skifte, särskilt för de elever som redan innan pandemin av olika skäl inte kunde delta i skolundervisningen, utan befann sig hemma, utan tillgång till någon undervisning.

Utbildningssystemets snabba skifte till distansundervisning avslöjade stora klyftor i tillgängligheten till utbildning för elever med funktionsnedsättning. Många elever är beroende av fysiska hjälpmedel och personligt stöd som inte kunde tillhandahållas i ett digitalt klassrum. Detta ledde till att många elever hamnade efter i sina studier och kände sig isolerade. För elever med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar var övergången särskilt utmanande. Strukturen och rutinerna som skolan erbjuder är ofta avgörande för dessa elevers framgång i skolan, och utan dem ökade deras stressnivåer och minskade deras motivation. Den långsiktiga effekten av denna period av utbildningsavbrott kan vara betydande, med potentiella negativa konsekvenser för elevernas akademiska och sociala utveckling.

### Våra rekommendationer

#### **Säkerställ stöd och anpassningar**

Säkerställ att elever med funktionsnedsättning har tillgång till stöd och anpassningar både i den digitala och fysiska skolan.

#### **Utveckling av digitala verktyg och undervisning**

Inför verktyg och plattformar som är fullt tillgängliga och anpassade för elever med olika funktionsnedsättningar. Fortsätt erbjuda digitala lösningar eller hybridmodeller, till de elever som behöver det.



## **Erfarenhet**

”Det fanns ingen insyn på LSS-boendet under pandemin. Vissa i personalen började använda sin makt för att göra andra människor illa, utan att det uppmärksammades. Det jag var med om har satt djupa spår i mig. Jag har fortfarande sår kvar, även om jag har flyttat ifrån LSS-boendet och har en annan lägenhet idag. Men det är mycket inombords som väcks av olika ljud jag hör i huset. Då kommer det som en flashback. Det har hänt att jag har vaknat och varit skräckslagen – är det någon här inne? Den här rädslan är något som jag försöker få hjälp med.”

## Personlig assistans och insatser enligt LSS

Under covid-19-pandemin stod personer med funktionsnedsättning inför stora utmaningar, särskilt när det gällde tillgången till personlig assistans och andra stödinsatser enligt Lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade (LSS) eller Socialtjänstlagen (SoL). Pandemin blottade sårbarheter i systemet, där personer med behov av insatser drabbades av förändringar i både kvalitet och tillgång på stödet.

### Påverkan på personlig assistans

För många med personlig assistans innebar pandemin ett försämrat stöd. Assistansberättigade personer såg en minskning av tillgänglig personal på grund av sjukfrånvaro eller restriktioner. Vissa assistansutförare hade svårigheter att rekrytera vikarier, vilket ledde till ett ökat beroende av familjemedlemmar eller färre timmar med assistans. Detta skapade en risk för att personer inte fick det stöd de var berättigade till och behövde, vilket i vissa fall äventyrade deras hälsa och välbefinnande.

### Insatser enligt LSS och SoL

Andra insatser enligt LSS, som ledsagarservice, avlösarservice och daglig verksamhet, drabbades också hårt. Många kommuner tvingades begränsa eller stänga verksamheter för att minska smittspridningen. Även insatser som boendestöd och hemtjänst enligt SoL försämrades. För personer som var beroende av dessa insatser för att kunna leva ett självständigt och delaktigt liv blev pandemins konsekvenser särskilt svåra. Isolering och brist på socialt stöd var vanliga problem, vilket ökade den psykiska ohälsan.

### LSS-boende

För personer som bor på LSS-boenden innebar pandemin särskilda utmaningar. På grund av smittspridningen infördes strikta besöksförbud, och möjligheten att lämna boendet för aktiviteter och social interaktion begränsades kraftigt. Brister i skyddsutrustning och smittskyddsåtgärder innebar också att både boende och

personal var utsatta för en högre smittorisk. Personalbrist till följd av sjukfrånvaro förvärrade situationen och påverkade kvalitén på stödet. Detta ledde till en pressad situation för såväl boende som personal. Det finns även alarmerande rapporter om brist på insyn i verksamheten, vilket gjorde de boende extra utsatta.

Pandemin visade att stödsystemen har betydande strukturella brister när det kommer till att hantera krissituationer. Det krävs bättre krisberedskap och högre flexibilitet inom alla stödsystem för att säkerställa att personer med funktionsnedsättning får det stöd de behöver, även under extraordinära omständigheter.

## **Våra rekommendationer**

### **Krisberedskap och kontinuitet i stödsystemen**

Det bör införas en nationell plan och kommunala planer för hur personlig assistans och andra stödinsatser ska fungera under krissituationer som pandemier.

### **Digitala lösningar för daglig verksamhet och socialt stöd**

Vid tillfälliga stängningar av daglig verksamhet och ledsagarservice bör det utvecklas digitala alternativ som kan upprätthålla viss delaktighet och social interaktion. Kommunerna bör även erbjuda rådgivning och stöd för att minska isolering och psykisk ohälsa bland personer med funktionsnedsättning.

### **Förstärkning på LSS-boenden**

Säkerställ insyn och trygghet i LSS-boenden. Rekrytering och utbildning av vikarier och personalresurser på LSS-boenden bör förbättras. Det kan även behövas särskilda krisresurser som kan avlasta under pandemier och andra kriser för att undvika personalbrist.

### **Ökad flexibilitet i regler för insatser**

Lagstiftningen kring LSS- och SoL-insatser bör ses över för att möjliggöra en större flexibilitet vid exceptionella situationer. Det behöver vara möjligt att få tillfälliga lösningar godkända, exempelvis omfördelning av assistanstimmar.

## Sociala och emotionella påverkningar

Pandemin har lett till en ökad känsla av isolering och ensamhet bland många personer med funktionsnedsättning. Många aktiviteter och sociala kontakter ställdes in eller begränsades, vilket ledde till en försämring av den psykiska hälsan. Flera föräldrar till barn med funktionsnedsättning uppger att deras barn har upplevt ökad oro och stress på grund av den minskade möjligheten till socialt umgänge och fritidsaktiviteter.

Social isolering är en riskfaktor för psykisk ohälsa, och under pandemin blev denna isolering påtaglig för många personer med funktionsnedsättning. De vanliga strukturerna för socialt stöd och gemenskap, såsom dagliga aktiviteter, skola och arbete, försvann nästan över en natt. För dem som är beroende av rutiner och stabilitet var detta särskilt svårt att hantera.

För barn och unga som är beroende av skola och fritidsaktiviteter för att få struktur i vardagen, var dessa förändringar katastrofala. Den ökade oron och stressen som rapporterats av föräldrar indikerar att dessa barn upplevde en betydande försämring av sitt psykiska välbefinnande. Långsiktigt kan denna period av isolering och osäkerhet leda till utvecklingsmässiga fördröjningar och ökade behov av stöd.

En annan påfrestning drabbade föräldrar vars barn ingick i en riskgrupp. Dessa föräldrar riskerade att bli orosanmälda av skolan ifall de lät syskonen till barnet i riskgrupp stanna hemma på grund av risken för smittspridning.

### Våra rekommendationer

#### **Stärkt psykosocialt stöd**

Inför åtgärder för att erbjuda psykologiskt stöd och sociala aktiviteter, särskilt för barn och unga, under pandemier.

#### **Stöd till föräldrar med barn med funktionsnedsättning**

Utveckla program som ger praktiskt och emotionellt stöd till föräldrar till barn med funktionsnedsättning.

## **Erfarenhet**

”I många år har släkten träffats på påskafton och tävlat i äggrullning. Varje deltagare rullar ett kokt och egenmålat ägg. Den som kommer längst vinner. Under pandemin kunde vi inte träffas som vanligt, vilket naturligtvis skapade olust hos alla inblandade. Skulle vi för första gången på cirka 40 år vara tvungna att ställa in äggrullningen? Nu satt vi tre familjer, döva och hörande, utspridda i Örebro, Fruängen och Stockholms skärgård. Då kom någon på den självklara lösningen – det fick bli digital äggrullning! Vi kopplade upp oss på Zoom, och följde när varje familj målade sina ägg och sedan rullade dem i respektive hemmiljö. Eftersom vi såg varandra via video kunde vi kommentera målningar och äggrullningen på teckenspråk, och tycka till om vem som rullat längst – självklart vinner varje år de yngsta. Sedan fick vi även umgås över en digital gemensam påskmiddag. Numera kan vi oavsett avstånd umgås, äta middag tillsammans, berätta sagor för barnen och mycket mer.”

## Ökad digitalisering

Covid-19-pandemin ledde till en snabb och omfattande digitalisering av samhället, då många arbetsplatser, skolor, vårdcentraler och andra samhällstjänster ställde om till digitala plattformar. För personer med funktionsnedsättning har denna digitalisering haft både positiva och negativa konsekvenser. För de som redan hade teknisk kompetens och tillgång till anpassade verktyg kunde den digitala övergången innebära en ökad självständighet och tillgänglighet. Samtidigt blev många utan rätt stöd och resurser exkluderade från de digitala plattformar som snabbt blev nödvändiga i vardagen.

Pandemin blottade även hur digitala miljöer ofta inte är tillräckligt utformade för personer med funktionsnedsättning. De med störst behov av anpassningar riskerade att hamna längst bort från samhällsdeltagande.

Nedan följer en genomgång av hur den ökade digitaliseringen har påverkat gruppen samt konkreta exempel på både utmaningar och fördelar.

### Negativa effekter av digitaliseringen

**Digitalt utanförskap:** Trots digitaliseringens möjligheter hamnade många personer med funktionsnedsättning i ett digitalt utanförskap på grund av otillräckliga digitala färdigheter, brist på tillgänglig teknik eller brist på ekonomiska resurser. Den digitala omställningen uteslöt flera grupper, även från att söka vård.

**Exempel:** En person med synnedsättning upplevde problem med att använda vissa skolplattformar för digital undervisning på grund av bristande kompatibilitet med skärmläsare, vilket försvårade deltagandet i skolarbetet.

**Brist på anpassade arbetsmiljöer i hemmet:** För personer som tidigare hade fått stöd och anpassningar på arbetsplatsen kunde övergången till distansarbete vara en utmaning. Hemmet var inte alltid utrustat för att tillgodose de ergonomiska eller tekniska behov som fanns på arbetsplatsen.

**Exempel:** En person med fysiska funktionsnedsättningar som hade tillgång till specialanpassad kontorsutrustning på arbetsplatsen saknade liknande anpassningar i hemmet, vilket ledde till ökad smärta och minskad produktivitet vid hemarbete.

**Bristande digital inkludering i offentliga tjänster:** Offentliga tjänster som ställdes om till digitala format, som myndighetskontakter eller ansökningar om stödinsatser, var inte alltid fullt tillgängliga för personer med olika typer av funktionsnedsättningar. Brist på användarvänliga gränssnitt och anpassade kommunikationsverktyg gjorde det svårt för många att använda dessa tjänster.

**Exempel:** En person med kognitiv funktionsnedsättning upplevde svårigheter med att fylla i digitala formulär hos myndigheter, då instruktionerna var otydliga och systemen saknade stöd för lättläst information eller andra anpassade format.

### **Erfarenhet**

”Jag hade använt plattformen Zoom väldigt lite innan pandemin, men jag fick direkt börja hålla i digitala möten. Jag lärde mig snabbt och fick sedan i uppgift att hjälpa föreningar som var ovana vid tekniken. Det kunde i princip handla om att visa hur en dator fungerar. Vi skapade också ett nätverk för de föreningar som saknade digitala kunskaper.”

## Positiva effekter av digitaliseringen

**Ökad tillgänglighet till vård och service:** Digitala vårdbesök genom video- eller telefonsamtal gjorde det möjligt för vissa personer med funktionsnedsättning att få tillgång till vård utan att behöva resa till vårdinrättningar, vilket särskilt gynnade dem med fysisk funktionsnedsättning eller kroniska sjukdomar.

**Exempel:** En person med kronisk sjukdom kunde boka digitala läkarkonsultationer och få tillgång till vård utan att behöva utsätta sig för smittrisk under en resa.

**Tillgång till digital utbildning och arbete:** Digital undervisning och hemarbete öppnade nya möjligheter för personer med funktionsnedsättning att delta i utbildning och arbetslivet på ett mer flexibelt sätt. För vissa med kognitiva, fysiska eller psykiska nedsättningar innebar möjligheten att arbeta eller studera hemifrån en anpassning som de tidigare hade saknat.

**Exempel:** En person med ångest kunde följa föreläsningar i sin egen takt och i en lugnare miljö hemma, vilket minskade stressen och gjorde det lättare att tillgodogöra sig utbildningen.

**Stärkt delaktighet genom digitala plattformar:** Digitaliseringen har också möjliggjort större social delaktighet för många med funktionsnedsättning. Genom sociala medier, videomöten och digitala evenemang har det för många blivit lättare att delta i samhällslivet trots pandemirestriktionerna.

**Exempel:** Många kultur- och fritidsaktiviteter ställde om till digitala format, vilket gjorde det möjligt för vissa personer med funktionsnedsättning att delta i konserter, teaterföreställningar och andra evenemang utan att riskera att drabbas av smittspridningen.



## **Våra rekommendationer**

### **Utveckling av tillgängliga digitala plattformar**

Alla offentliga hemsidor och digitala tjänster, som skolplattformar eller vårdtjänster, ska utvecklas utifrån olika användares behov, samt självklart uppfylla internationella tillgänglighetsstandarder, som WCAG.

### **Ökad digital utbildning och stöd**

För att minska det digitala utanförskapet bland personer med funktionsnedsättning bör man erbjuda utbildning, teknisk support och tillgång till anpassade hjälpmedel. Wifi ska finnas i alla LSS-boenden.

### **Anpassningar för distansarbete**

Arbetsgivare bör säkerställa att anställda med funktionsnedsättning har samma rätt till Anpassningar hemma som på arbetsplatsen, såsom ergonomiska lösningar och tillgång till relevant teknik.

### **Fortsatt utveckling av hybridmodeller**

Pandemin visade att digitala alternativ till arbete, utbildning och kulturarrangemang kan ge stora fördelar för personer med funktionsnedsättning. Hybridmodeller, där det förekommer både digitala och fysiska möten och aktiviteter, bör bli standard för att säkerställa delaktighet för alla.

## Bakgrundsmaterial

Berättelser från projektet *Våra röster ska höras*.

Erfarenheter från Funktionsrätt Stockholm stads medlemsföreningar.

Funktionsrätt Stockholms stads skrivelse, Ang. ”Covid-19 – Utvärdering av stadens arbete”, 2021

### Rapporter och artiklar

Begripsam, *Samhällsinformation under coronapandemin – för alla?* 2021

Governo, *Slutrapport Stockholms stads hantering av covid-19-pandemin*, 2021

Governo, *Fördjupad analys av utsatta områden – Utvärdering av Stockholms stads hantering av covid-19-pandemin*, 2021

Governo, *Lärdomar från verksamheter för barn och unga – Utvärdering av Stockholms stads hantering av covid-19-pandemin*, 2022

Myndigheten för delaktighet, *Barn och unga mitt i en pandemi – Konsekvenser av coronapandemin för barn och unga med funktionsnedsättning*, 2021

Neuroförbundet, *Coronapandemins effekter – Neuros medlemmar erfarenheter*, 2020

Socialstyrelsen, *Covid-19:s konsekvenser för personer med insatser enligt LSS – Slutrapport*, 2021

Specialpedagogiska skolmyndigheten, *Covid-19-pandemins påverkan på skolväsendet, delredovisning 3. Tema elever i behov av stödinsatser*, 2021

Stockholms stad, *Stockholms stads Funktionshindersonsombudsman Rapport 2021*, 2021

Stockholms stad, *Återrapportering för Covid-19-uppdragen*, 2022

Sweco, *Stockholms stad – Analys av följder av Covid-19-pandemin på särskilt utsatta grupper*, 2021

Tideman (med flera), *Vuxna med intellektuell funktionsnedsättning och covid-19-pandemin – personernas egna erfarenheter av hur pandemin påverkat deras vardagsliv*, 2021