DIGITAL FRAMTIDSPLANERING

Föreläsning 2026-11-09

av

Ulla Persson

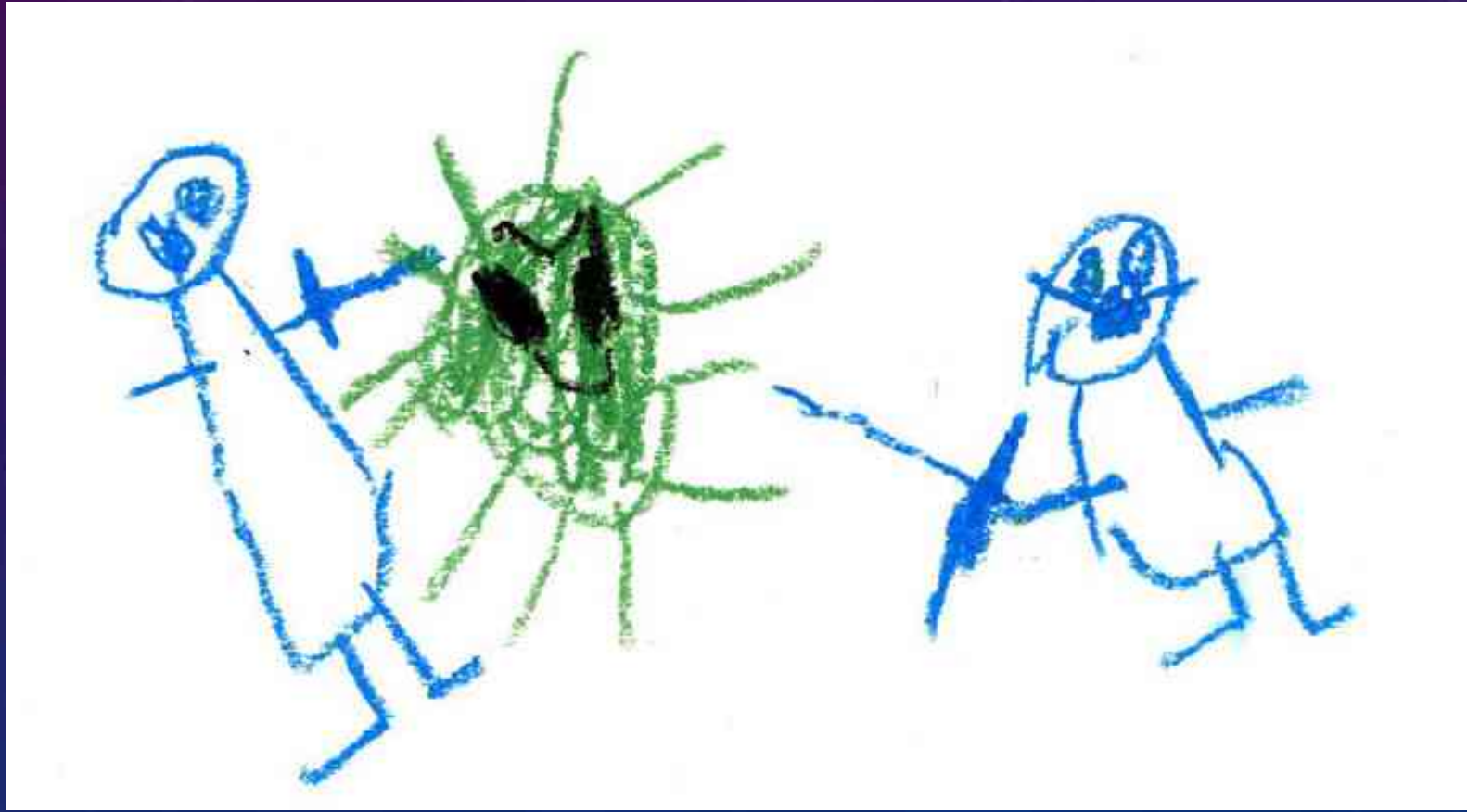
DIGITAL FRAMTIDSPLANERING

REPETITION…

- **Fastigheter:** hus, bostadsrätt, lantställe
- **Ekonomi:** bankkonton, värdepapper, budget, autogiro, överföringsuppdrag, räkningar
- **Lösöre:** bil, båt, övriga inventarier av värde
- **Dokument:** fullmakter, testamente, äktenskapsförord, försäkringar
- **Konton:** Inloggningar, lösenord
- **Externa tjänster:** Abonnemang, streamingtjänster, molnlagring
- **Datorn:** Ordning och reda

DIGITAL FRAMTIDSPLANERING

NÄR DET OFÖRUTSÄGBARA HÄNDER...



DIGITAL FRAMTIDSPLANERING

OM JAG INTE LÄNGRE ÄR KONTAKTBAR ELLER KAN FÖRMEDLA MIN VILJA?

- Hur ska mina anhöriga veta hur jag då vill ha det?
- Hur ska de som vårdar mig veta vem jag är som person och vad jag uppskattar?
- Vad kan jag själv förbereda för att underlätta?
- Hur vill jag att nära och kära ska minnas mig?

DIGITAL FRAMTIDSPLANERING

MER ATT TÄNKA PÅ…

- Medlemskap i föreningar och organisationer
- Styrelseuppdrag
- Bonuskund hos ICA, Coop…
- Träningskort på gym
- Konton i sociala medier
- Övriga nättjänster
- Mobiltelefon, fast telefon
- Färdtjänst, parkeringstillstånd
- Hemtjänst, larm

DIGITAL FRAMTIDSPLANERING

DIGITALA TJÄNSTER

Konton att dokumentera med hantering och eventuell betalningsplan:

- E-post
- Messenger
- WhatsApp
- SMS
- Facebook
- Instagram
- X
- LinkedIn
- Ekonomi
- Bank-ID
- Banken
- Swish
- OneDrive
- Google Drive
- iCloud
- Netflix, Viaplay osv.
- Spotify
- Tidningsprenumerationer



DIGITAL FRAMTIDSPLANERING

SOCIALA MEDIER

•

Du behöver själv bestämma hur du vill ha det

- Ska kontot finnas kvar? Tas bort?
- Ska det vara en minnessida eller fortsätta som nu?
- Vem har rätt att hantera kontot vid din bortgång?
- Öppna kontoinställningar i respektive tjänst, välj hantera konto och fyll I kontaktperson enligt anvisningarna

DIGITAL FRAMTIDSPLANERING

GOOGLE

DIGITAL FRAMTIDSPLANERING GOOGLE

Du har flera alternativ:

- Välja vem eller vilka som får tillgång till och kan hantera ditt konto när du inte längre finns
- Välja att Google informerar kontaktpersoner om inaktivitet eller automatiskt raderar ditt konto när du har varit inaktiv under en bestämd period
- Oavsett vad – gör det nu!

Dessutom har du alltid en möjlighet att radera ditt google-konto med tillhörande mejl närsomhelst!

DIGITAL FRAMTIDSPLANERING

SAMLA DINA ÖNSKEMÅL

Det är en hel del andra viktiga beslut som du kan fatta och dokumentera redan nu för att underlätta för dina anhöriga den dag du inte längre kan berätta själv.

DIGITAL FRAMTIDSPLANERING

VARFÖR?

Samla allt som rör din ekonomi, åtaganden och tjänster digitalt på ett gemensamt ställe för att

- undvika obesvarade frågor vid din bortgång eller om du blir allvarligt sjuk
- underlätta för dina anhöriga och undvika familjekonflikter och arvstvister
- tillgodose just dina personliga önskemål

DIGITAL FRAMTIDSPLANERING

HUR VILL DU HA DET?

- Hur vill du att dina nära och kära ska minnas dig?
- Prata med dina anhöriga om dina tankar och berätta hur du har valt att göra innan det är för sent
- Dokumentera!!!

DIGITAL FRAMTIDSPLANERING

BERÄTTA OM DIG SJÄLV FÖR EFTERVÄRLDEN

Det kommer en dag du inte längre kan berätta… för nära och kära är det därför värdefullt om du

- skriver ner din livsberättelse och bifogar foton
- beskriver vad du tycker om, t ex mat, musik, växter, älsklingsfärger, smeknamn, vilka vänner du har, var du har bott, din familj, resor du gjort, vad du studerat, vad du har jobbet med …
- Spelar in din röst så att t ex barn och barnbarn får minnas dig så

DIGITAL FRAMTIDSPLANERING





Via en auktoriserad begravningsbyrå hittar du bra verktyg för att dokumentera dina önskemål, exempelvis.

- Vita arkivet
- Livsarkivet

Finns både digitalt och i tryckt version att fylla i.

DIGITAL FRAMTIDSPLANERING

INNEHÅLL I DITT DIGITALA ARKIV

- Om det finns ett digitalt arkiv registrerat meddelas dödsboet om dess existens vid din bortgång.
- Skriv gärna ut och spara ditt digitala arkiv tillsammans med viktiga dokument hemma i en mapp
- Informera dina anhöriga att mappen finns och var du lagt den
- Håll den uppdaterad
- Kan också användas om du blir beslutsoförmögen eller inte längre kan förmedla din vilja

DIGITAL FRAMTIDSPLANERING

INNEHÅLL I DITT DIGITALA ARKIV

- Allt vi pratat om denna förmiddag kan dokumenteras i ditt digitala arkiv
- Alla dokument kan bifogas ditt digitala arkiv
- Allt du vill ska hända om du blir allvarligt sjuk
- Dina önskemål kring din begravning
- Din vilja om organdonation

Du bestämmer själv vad ditt digitala arkiv ska innehålla!

DIGITAL FRAMTIDSPLANERING

DITT DIGITALA ARKIV – ATT GÖRA

- Upprätta ditt livsarkiv eller vita arkiv
- Se till att du har en giltig legitimation
- Ordna autogiro för alla löpande kostnader
- Skriv testamente
- Upprätta framtidsfullmakt eller beställ familjebevis från Skatteverket
- Prata med din bank om de fullmakter du vill ska tillämpas

DIGITAL FRAMTIDSPLANERING

TESTAMENTE

- Upprättas i ett exemplar, underskrivet och daterat av dig och bevittnat av två opartiska och samtidigt närvarande personer
- Om testamentets innehåll – ta gärna kontakt med en familjerättsjurist
- Viktigt - skriv inte lösenorden till olika tjänster direkt i testamentet eftersom testamentet blir en offentlig handling i vissa sammanhang.
- Testamentet förvaras bäst i bankfack eller hos en begravningsbyrå med en kopia i ditt digitala arkiv

DIGITAL FRAMTIDSPLANERING

FRAMTIDSFULLMAKT

- Upprättas i ett exemplar, underskrivet och daterat av dig och bevittnat av två opartiska och samtidigt närvarande personer
- Om framtidsfullmaktens innehåll – ta gärna kontakt med din bank eller en jurist
- Original i ditt livsarkiv / vita arkiv
- En kopia hos fullmaktstagaren
- Börjar gälla om du blir beslutsoförmögen

CHECKLISTA FÖR DIGITALT ARV OCH FRAMTIDSPLANERING

1. Framtidsfullmakt

☐ Jag har upprättat en framtidsfullmakt.

☐ Den person jag utsett vet om sitt uppdrag.

☐ Originalet förvaras så att det kan hittas.

☐ Mina närmaste anhöriga vet att framtidsfullmakten finns.

2. Testamente

☐ Jag har funderat över om jag behöver ett testamente.

☐ Testamentet är aktuellt och speglar min nuvarande situation.

☐ Mina anhöriga vet var testamentet finns.

CHECKLISTA FÖR DIGITALT ARV OCH FRAMTIDSPLANERING

3. Viktiga dokument

☐ Jag har samlat viktiga dokument på ett ställe, t ex

- Framtidsfullmakt
- Testamente
- Försäkringsbrev
- Bankuppgifter
- Kontaktuppgifter till anhöriga
- Boupptecknings uppgifter

☐ Någon närstående vet var informationen finns.

CHECKLISTA FÖR DIGITALT ARV OCH FRAMTIDSPLANERING

4. Digitala konton

Jag har gjort en förteckning över:

- ☐ E-postkonton
- ☐ Facebook
- ☐ Instagram
- ☐ LinkedIn
- ☐ Google-konto
- ☐ Apple-ID
- ☐ Bank-ID
- ☐ Swish
- ☐ Molnlagring (OneDrive, Google Drive, iCloud)
- ☐ Prenumerationer och abonnemang
- ☐ Övriga viktiga digitala tjänster

CHECKLISTA FÖR DIGITALT ARV OCH FRAMTIDSPLANERING

5. Lösenord

☐ Jag använder en lösenordshanterare eller annan säker lösning.

☐ Någon betrodd person vet hur mina digitala uppgifter kan hittas vid behov.

☐ Jag förvarar inte känsliga lösenord öppet.

6. Bilder och minnen

☐ Mina digitala fotografier är organiserade.

☐ Anhöriga vet var bilder och dokument finns sparade.

☐ Jag har funderat på vad som ska bevaras och vad som kan raderas.

CHECKLISTA FÖR DIGITALT ARV OCH FRAMTIDSPLANERING

7. Sociala medier

Facebook, Instagram, X

☐ Jag har tagit ställning till om kontot ska bli minnessida eller tas bort.

☐ Jag har utsett efterlevnadskontakt om jag önskar det.

Övriga sociala medier

☐ Jag har funderat på vad som ska hända med mina konton efter min bortgång.

CHECKLISTA FÖR DIGITALT ARV OCH FRAMTIDSPLANERING

8. Övriga digitala tillgångar

☐ Jag har dokumenterat särskilt värdefulla digitala tillgångar, t ex

- Domännamn
- Bloggar
- Fotobibliotek
- Filer i molntjänster
- Kryptotillgångar

CHECKLISTA FÖR DIGITALT ARV OCH FRAMTIDSPLANERING

9. För mina anhöriga

Detta behöver mina närstående veta:

☐ Vem som kontaktas först

☐ Var viktiga dokument finns (t ex testamente, framtidsfullmakt)

☐ Hur mobiltelefon, surfplatta och dator kan tas om hand

☐ Hur digitala abonnemang avslutas

☐ Hur sociala medier ska hanteras

VIKTIGT ATT KÄNNA TILL

Framtidsfullmakter

- En framtidsfullmakt måste uppfylla lagens formkrav för att vara giltig.
- Vid komplicerade familjeförhållanden eller större tillgångar bör juridisk rådgivning övervägas.

Testamenten

- Ett testamente måste uppfylla lagens formkrav, bland annat bevittnas korrekt.
- Arvsrättsliga frågor kan vara komplicerade, särskilt vid särkullbarn, samboförhållanden och internationella förhållanden.

VIKTIGT ATT KÄNNA TILL

Digitala konton

- Anhöriga får inte automatiskt tillgång till en avlidens digitala konton.
- Varje tjänsteleverantör har egna regler för åtkomst, borttagning och minneskonton.

Personuppgifter

- Hantering av lösenord, personuppgifter och känslig information bör ske med stor försiktighet.
- Förteckningar över konton och inloggningsuppgifter ska förvaras säkert.

Bank-ID

- Bank-ID är personligt och får inte användas av någon annan, inte ens med personens samtycke.

DIGITAL FRAMTIDSPLANERING

- "Att planera för sitt digitala arv handlar inte om teknik. Det handlar om att göra det lättare för de människor som en dag behöver hjälpa oss eller ta hand om det vi lämnar efter oss."

DIGITAL FRAMTIDSPLANERING

Tack för mig!