

# **DIGITAL DÖSTÄDNING**

---

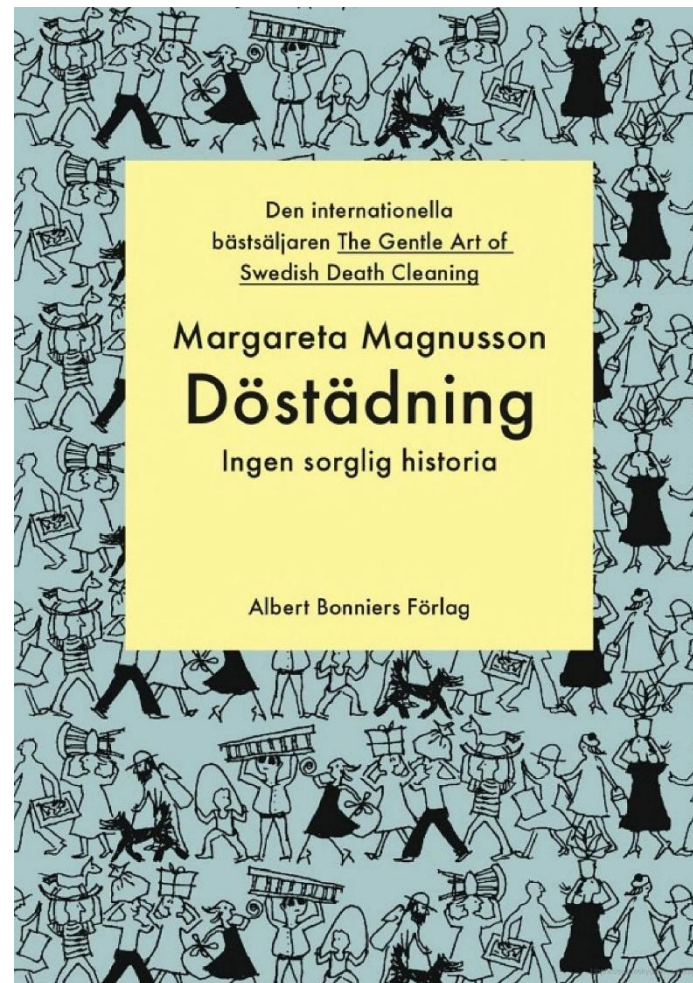
**Martin Appel**

Konsumentredaktör PC för Alla

# Döstädning

"Döstädning ingen sorglig historia"

*Margareta Magnusson, 2017*



# Döstädning

The Gentle Art of Swedish Death Cleaning.

Den svenska konsten att döstäda (SVT Play)

SECCIONES

LA NACION



INICIAR SESIÓN

SUSCRIBITE POR \$44.800-\$850

LN | **própiiedades**

## Döstadning: la práctica sueca de moda que se aplica en la casa y es liberadora

Es importante tener en cuenta que el döstadning no se trata de despojarnos de todo, sino de abordar nuestras posesiones desde una perspectiva más intencionada y significativa.

22 de junio de 2023 · 06:49 · 4 minutos de lectura



# Digital döstädning

Rensa bland bilder, dokument, konton,  
lösenord...



# Fysiska enheter

Datorer, mobiler, surfplattor,  
usb-minnen ...





# Fysiska enheter

1. Inventera!
2. Rensa!
3. Organisera!
4. Säkerhetskopiera!
5. Göm personliga filer!



# TIPS: Fysiska enheter

- Dela med dig av viktiga dokument!
- Biometri funkar inte – ge de anhöriga ditt lösenord.
- Bestäm vad ni ska göra med prylarna.
- Kör en fabriksåterställning för att radera filerna.



# Banken: Tänk på det här

- Bankkonton avslutas automatiskt.
- Bank-ID slutar att fungera.
- Dödsboet betalar räkningarna – prata med banken.
- E-faktura avslutas - autogiro fortsätter.
- Räkningar kan komma via mejl.
- Den avlidnes Kivra-konto kan delas med dödsboet. [www.kivra.se](http://www.kivra.se)





# Banken: Andra betalkonton

- Kundkort (Coop, Ica...)
- Betalkonton (Paypal, Apple Pay, Klarna...)
- Kryptovaluta (Bitcoin...)



# Försäkringar

- Försäkringsbolagen ska informera dödsboet.
- Vissa försäkringar måste avslutas manuellt.



# Andra konton/ räkningar

- Hyresvärden/bostadsrättsbolaget
- Elbolaget
- Telefonbolag/mobiloperatörer
- Reseföretag
- Prenumerationer/abonnemang
- Spelsajter
- Föreningsmedlemskap



# TIPS: Gör en lista över alla...

... bankkonton/lån.

... försäkringar.

... återkommande räkningar (och hur du får dem).

... andra konton

... andra viktiga saker.



# Sajterna som kan hjälpa dig:

**Efterlevandeguiden:**  
[www.efterlevandeguiden.se](http://www.efterlevandeguiden.se)

**Konsumenternas:**  
[www.konsumenternas.se](http://www.konsumenternas.se)

**Bankföreningens Framtidsfullmakt:**  
[www.financesweden.se](http://www.financesweden.se)  
(För bankkunder, Bankärenden för annans räkning)

The screenshot shows the website [EFTERLEVANDEGUIDEN.SE](http://EFTERLEVANDEGUIDEN.SE). The header includes logos for Försäkringskassan, PENSIONS MYNDIGHETEN, and Skatteverket, along with a language dropdown set to 'Svenska' and a search bar. A navigation bar contains links: ATT BÖRJA MED, MÅNADERNA EFTER, FÖLJANDE ÅR, and CHECKLISTA. The main content area features a background image of a hand holding wheat. Below this, a checklist is organized into three columns:

| Att börja med                                                                                                                                                     | Månaderna efter                                                                                                            | Följande år                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Informera om dödsfallet</li><li>✓ Förbereda begravning</li><li>✓ Ta ledigt om du behöver</li><li>✓ Sköta dödsbo</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Bouppteckning</li><li>✓ Dela upp arv</li><li>✓ Ekonomi</li><li>✓ Om sorg</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Deklarera dödsboet</li><li>✓ Leva med sorgen</li><li>✓ Planera ekonomi</li></ul> |
| <a href="#">Så börjar du</a>                                                                                                                                      | <a href="#">Mer om månaderna efter</a>                                                                                     | <a href="#">Mer om följande år</a>                                                                                       |



# Lösenord och konton

- Gör en förteckning över alla konton.
- Informera dina anhöriga.
- Fundera på hur ni gör med lösenorden.



# Begravnings- byråernas tjänster

**Vita Arkivet:** [vitaarkivet.fonus.se](http://vitaarkivet.fonus.se)

**Lavendla Arkivet:** [arkivet.lavendla.se](http://arkivet.lavendla.se)

**Livsarkivet:** [www.livsarkivet.se](http://www.livsarkivet.se)

V I T A  
A R K I V E T

---

## Vita Arkivet - En kram till eftervärlden

En dag kommer dina närmaste att försöka sammanfatta vem du är. Då kan det vara till stor hjälp att du har fyllt i Vita Arkivet. Där kan du berätta för dina nära och kära vad du vill ska hända dagen du inte längre finns. Du kan också fylla i andra saker som är viktiga för dig att de ska veta om. Att fylla i Vita Arkivet kostar inget, men det betyder mycket.

Skapa kontoLogga in



# Livsarkivet

## www.livsarkivet.se



[SÅ GÖR DU](#) [OM LIVSARKIVET](#) [FRÅGOR OCH SVAR](#) [LIVSARKIV](#) [LOGGA IN / SKAPA KONTO](#) 



# Livsarkivet

## www.livsarkivet.se



[SÅ GÖR DU](#) [OM LIVSARKIVET](#) [FRÅGOR OCH SVAR](#) [LIVSARKIV](#) [LOGGA UT](#)

### Personuppgifter

Börja med att fylla i dina personuppgifter. Du måste vara folkbokförd i Sverige om den automatiska bevakningen av ditt Livsarkiv ska fungera.

Förnamn

MARTIN

Mailadress

martin.appel@gmail.com



Efternamn

APPEL

Ort

Stockholm



### Mina dokument

# Livsarkivet

## www.livsarkivet.se



[SÅ GÖR DU](#) [OM LIVSARKIVET](#) [FRÅGOR OCH SVAR](#) [LIVSARKIV](#) [LOGGA UT](#)

### Digitalt lagrad information

Med digitalt lagrad information menas t.ex. dina konton i sociala medier. Begravningsbyrån kan hjälpa anhöriga med att släcka ned t.ex. sidor på sociala nätverk. Då sparas dock ingen information utan allt raderas. I många sociala medier finns också funktioner för efterlevande samt minnessidor, ange det i rutan för noteringar om du har gjort sådana inställningar.

Jag vill att digital information som jag äger och har kontroll över ska

- ☐ Sparas
- ☐ Raderas

Adresser till mina olika sidor / tjänster för att kunna ta bort eller spara digital information 

Min mailadress är 



# Livsarkivet

## www.livsarkivet.se



[SÅ GÖR DU](#) [OM LIVSARKIVET](#) [FRÅGOR OCH SVAR](#) [LIVSARKIV](#) [LOGGA UT](#)

Här kan du skriva en kommentar om tjänsten livsarkivet.se

 LADDA NER PDF

 RADERA DITT LIVSARKIV

### Viktiga frågor

Det är viktigt att du svarar på följande frågor

Jordbegravning eller kremation!

Jag vill begravas på nedanstående kyrkogård/begravningsplats!

Jag vill att kontaktpersonen/erna som först kontaktas gällande mitt Livsarkiv är (Namn, adress, telefonnummer, personnummer).!

Jag vill att följande begravningsbvrå ombesörjer min begravning!

# Testamente

- Juridiskt bindande.
- Testamentet måste vara skriftligt och bevittnas av två närvarande vittnen.



# Sociala medier

- Radera kontot
- Skapa minnessida
- Spara ned bilder



# Facebook

- Surfa till **accountscenter.facebook.com** och logga in.
- Tryck på **Personuppgifter** i menyn till vänster och välj **Kontoägarskap och kontokontroll**.
- Surfa till **www.facebook.com/help**. Tryck på **Hantera ditt konto, Hantera en avliden persons konto**.



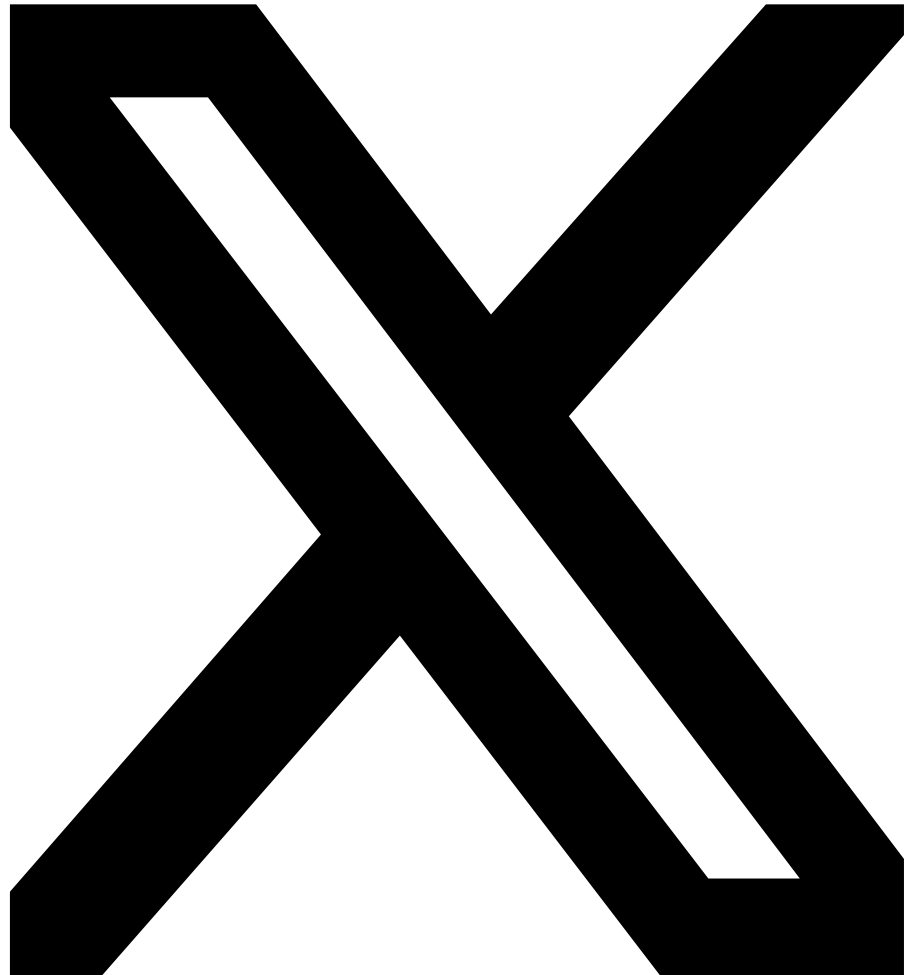
# Instagram

- Surfa till *accountscenter.instagram.com* och logga in.
- Tryck på **Personuppgifter** i menyn till vänster och välj **Kontoägarskap och kontokontroll**.
- Surfa till *help.instagram.com*. I sökrutan skriver du **Anmäla en avliden persons konto på Instagram** och klickar på den träffen. Välj det alternativ som passar.



# X (Twitter)

- Surfa till [www.x.com](http://www.x.com) och logga in.
- Tryck på *Mer, Inställningar och integritet, Ditt konto*.
- Välj *Inaktivera ditt konto*.
- Surfa till [help.x.com](http://help.x.com), sök efter ***How to contact X about a deceased family member's account*** och klicka på den träffen. Välj ***Request the removal of a deceased user's account*** och följ instruktionerna.





# LinkedIn

- Surfa till [www.linkedin.com](http://www.linkedin.com), tryck på **Du** och välj **Sekretess och inställningar**.
- Under **Kontohantering** kan du inaktivera eller stänga av kontot.
- Surfa till [www.linkedin.com/help](http://www.linkedin.com/help), skriv i **Avliden LinkedIn-medlem** i sökrutan och klicka för att läsa mer. Klicka på **Stäng kontot** eller **Rapportera en avliden medlem** och följ instruktionerna.



# Google

- Surfa till ***myaccount.google.com*** och logga in.
- Välj ***Data och integritet*** och gå till ***Fler alternativ***.
- Här kan du välja ***Radera ditt Google-konto***. Du kan också välja ***Gör en plan för ditt digitala arvegods*** och sedan trycka på ***Starta*** för att ställa in vad som ska hända med ditt konto.
- Surfa till ***support.google.com***. I sökrutan skriver du Skicka ***en begäran som gäller en avliden användares konto*** och klickar på den träffen. Välj vill göra och följ instruktionerna.



# Microsoft

- Surfa till **support.microsoft.com** och skriv **Avsluta konto** i sökrutan.
- Klicka på **Avsluta ditt Microsoft-konto** och välj knappen **Avsluta konto**. Logga in och följ instruktionerna.



# Apple

## Iphone/Ipad (minst IOS 15.2):

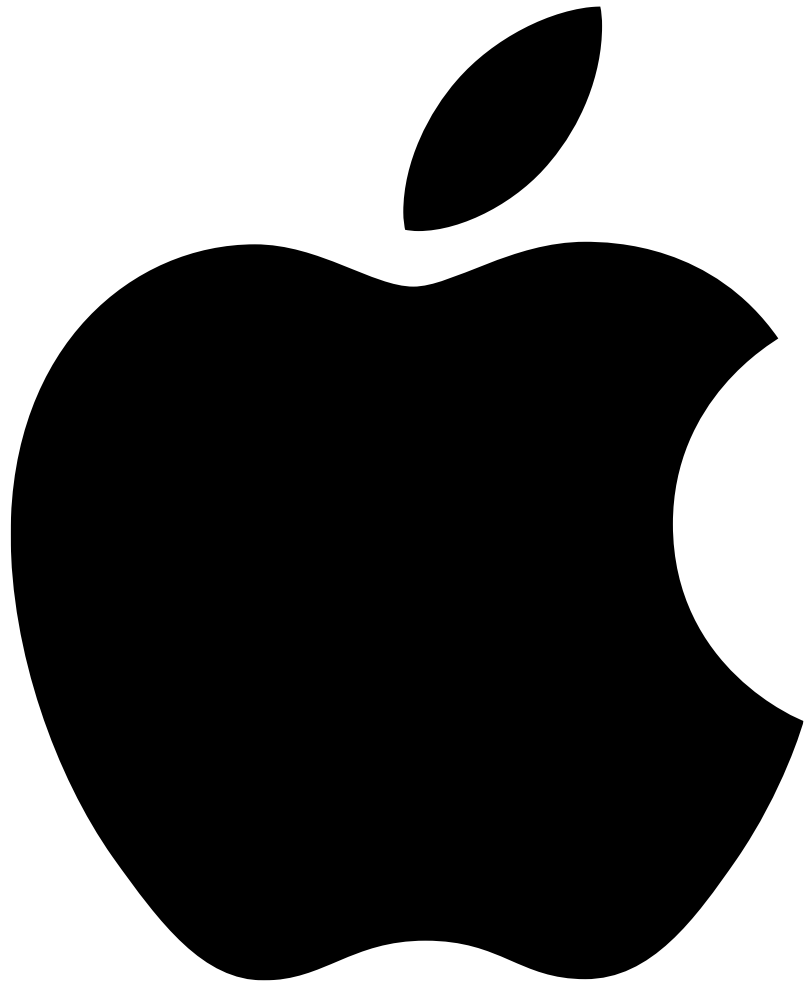
- Öppna **Inställningar**, tryck på ditt namn och gå till **Inloggning och säkerhet**, **Kontakt för digitalt arv**.
- Välj **Lägg till kontakt för digitalt arv** och följ instruktionerna.

## Mac-dator

- Öppna **Apple**-menyn, välj **System-inställningar** och klicka på **Apple-ID**.
- Klicka på **Logga in och säkerhet** och sedan på **Kontakt för digitalt arv**.

## Inget konto

- Surfa till **support.apple.com**. Skriv **Hur man begär borttagning av en avliden persons Apple-ID** i sökrutan och klicka på den träffen. Välj vad du vill göra och följ instruktionerna.



# Windows 10 går i graven

- 14 oktober 2025.
- Inga uppdateringar.

*Inga nya funktioner.*

*Inga säkerhetsuppdateringar.*

- Påverkar datorer äldre än fyra år.



# Det här kan du göra

- Uppgradera till Windows 11.
- Förläng uppdateringarna ett år.
- Båda sakerna gör du via ***Inställningar, Uppdatering och säkerhet, Windows Update.***





# PC för Alla

- **Martin Appel**  
[martin@pcforalla.se](mailto:martin@pcforalla.se)
- **PC för Alla**  
[pcforalla.se](http://pcforalla.se)
- **Nyhetsbrev**  
[pcforalla.se/nyhetsbrev](http://pcforalla.se/nyhetsbrev)
- **Halva priset för Seniornet**  
[www.seniornet.se](http://www.seniornet.se)

The screenshot shows the PC för Alla website interface. At the top, there's a navigation bar with the logo 'PC FÖR ALLA DIGITALA HEMMET' and several news items: 'Ikea lanserar tillgänglighetsprojekt med 3d-utskrivna tillbehör' and 'Overifierade benchmarkres'. Below the navigation bar, there are two main article thumbnails. The left one is titled 'Droid Screenshot: Gratisappen som ger dig smartare skärmdumpar' and features the word 'Droid' in large, stylized letters. The right one is titled 'Så funkar Mewe – utmanar Facebook med mer integritet' and shows a hand holding a smartphone displaying the Mewe app. Below these, there's a section for a newsletter sign-up with the heading 'MISSA INGET VIKTIGT – ANMÄL DIG TILL VÅRT NYHETSBREV'. It includes a text input field for 'Epostadress \*' and a red button labeled 'JA TACK!'. Below the sign-up form, there's a small section for a sponsored article titled 'SPONSRAD ARTIKEL FRÅN TEKNIK & TRENDER' and a list of other articles under the heading 'ANDRA LÄSER', with the first one being '1. Varning för skadlig kod i Android-appar'.