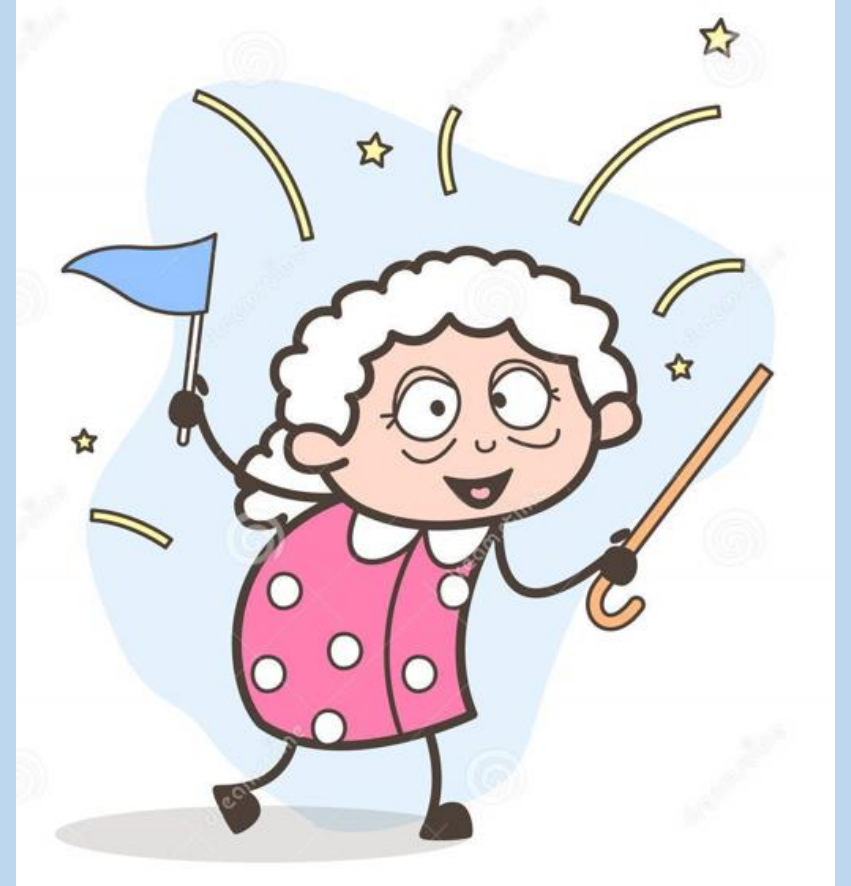


GOTT O BLANDAT

Innehåll

- Gratis är gott...
- Surfa inkognito
- DuckDuckGo
- Om tvåfaktorsautentisering
- Källkritik
- Vett och etikett
- Spotify - Nyhet

Gratis är gott!



Varför betala dyrt för digitala tjänster och program när det finns alternativ som är gratis?
Så här befriar du dig från dyra prenumerationer – och sparar tusenlappar.

Streamingtjänster

Ett intressant gratisalternativ är Paramounts reklamfinansierade tjänst **Pluto**. Här hittar du serier som South Park och Våra bästa år, tv-program som Lyxfällan och Unga mammor – men också filmer som The Iron Lady och Café Society.

Pluto, som inte kräver någon registrering, går både att se via webbläsaren (<https://pluto.tv>) och som app. (Android och iOS)

Det finns dessutom fler tjänster som är gratis:

[Cineastera](#) (finns på Lidingö stadsbibliotek) och [Viddla](#) (finns ej) är två filmtjänster som erbjuds gratis av många stadsbibliotek.

[SVT Play](#) är Sveriges Televisions kostnadsfria streamingtjänst för tv-program, filmer och serier - och på [TV4 Play](#) kan du som registrerar dig se många av Fyrans program gratis.

Amerikanska [Plex](#) erbjuder över 20 000 filmer, shower och serier utan kostnad och Googles videotjänst [Youtube](#) är som bekant gratis och reklamfinansierad.

<https://pcforalla.idg.se/2.1054/1.656530/spara-pengar-gratisprogram?queryText=defender>

Musik

Byt Spotify-abonnemang

Det finns tjänster där man får lyssna på hur mycket musik man vill för en fast månadsavgift. Apple Music, Youtube Music och Tidal är några, men mest känd är förstås svenska Spotify.

Om kostnaden för ett abonnemang känns för stor finns det även ett gratisalternativ hos Spotify. Den stora skillnaden är att musiken ibland blir avbruten av reklam och att du inte kan ladda ned låtarna i offline-läge.

Böcker

Låna digitalt på bibblan

Bokförlagen har ”kopierat” Spotify-lösningen och det finns flera prenumerationstjänster för ljudböcker och e-böcker, exempelvis Nextory, Bokus Play, Bookbeat – och marknadsledande Storytel.

Vill du i stället lyssna gratis på ljudböcker är biblioteken det bästa alternativet. Många stadsbibliotek låter oss låna ljudböcker via **appen Biblio** (finns på Lidingö stadsbibliotek), men biblioteken väljer själva om de ska erbjuda tjänsten.

Samma sak gäller e-böcker – och som regel lånas de ut direkt via bibliotekens egna webbsidor.

I stället för Microsoft Office-paket

Microsoft Office är inget måste. Du kan lika gärna välja gratisalternativet **Libreoffice**. Det är ett klassiskt Windows-program som fungerar på samma sätt som Microsoft Office.

Ladda ner härifrån: <https://www.libreoffice.org/>

Molntjänster

Generös gratislagring

Molntjänsterna finns även inbyggda i många prylar.

- **ICloud** ingår i Iphone/Ipad/Mac
- **Google Drive** i Android
- **Onedrive** i Windows

Det finns även fristående tjänster som **Dropbox**. Affärsmodellen är densamma:

Du får några gigabytes utrymme gratis och måste sedan betala om du behöver mer.

Det är dock onödigt att betala för mer än en molntjänst, så det är klokt att se över sina behov och säga upp de som inte behövs. Och har du en prenumeration på Microsofts Office-paket så betalar du som regel redan för Onedrive. Det betyder att du kan säga upp alla andra molntjänster.

Det finns även tjänster som är mer generösa med sitt gratisutrymme att detta räcker.

Du får exempelvis 20 gigabyte utan kostnad hos nyzeeländska **Mega**.

Bildbehandling

Skippa Photoshop

Våra foton blir som regel bättre med lite bildbehandling. Enkla saker går att göra direkt i de fotoappar som finns inbyggda i mobilen eller datorn. Vill du däremot göra något mer avancerat måste du skaffa ett kraftfullt datorprogram.

Adobe Photoshop är det mest kända. Det finns i olika paketeringar, bland annat nedbantade varianten Photoshop Elements för runt en tusenlapp. För att få maximal nytta krävs dock en prenumeration som kallas för Creative Cloud Foto.

Vill du inte betala kan du i stället välja gratisprogrammet **Gimp**. Det här är ett kraftfullt program som klarar av det mesta som du även hittar i Photoshop. Ladda ner härifrån: <https://www.gimp.org/downloads/>

Om Gimp känns för krångligt kan [Paintnet](https://www.getpaint.net/) vara ett bättre val. Det är ett lättanvänt men kraftfullt gratisprogram som till och med låter dig jobba i lager, vilket är centralt vid mer avancerad bildbehandling. Ladda ner härifrån: <https://www.getpaint.net/>

Videoredigering

Davinci utmanar Adobe

Även när det gäller video finns det mycket att vinna på att redigera, och även här finns enkla gratisverktyg inbyggda i våra mobiler och datorer.

Det mest kända proffsprogrammet Adobe heter Premiere. Det finns, precis som Adobe Photoshop, i en nedbantad konsumentversion för runt en tusenlapp (Premiere Elements).

Även här finns ett kraftfullt gratisalternativ. Det heter **Davinci Resolve** och det används av många Hollywood-proffs. Programmet kan trimma dina filmer och lägga på ljud och videoeffekter. Det finns också avancerade verktyg för att justera ljuset och använda effekter i 2d och 3d.

Davinci har dessutom ett inbyggt bibliotek med gratis bakgrundsljud liksom ett verktyg för att redigera ljud.

Davinci Resolve: 0 kr/år. www.blackmagicdesign.com/products/davinciresolve

Vill du kunna redigera dina PDF-filer?

Vill du kunna redigera dina pdf-filer måste du ha ett specialprogram.

Standardlösningen heter [Acrobat Pro](#) och är en prenumerationstjänst från Adobe som kostar **2 880 kr/år**.

Behöver du bara göra lite enkel pdf-redigering gör dock gratisutmanaren [Ashampoo PDF Free](#) jobbet lika bra.

Det har visserligen inte lika många funktioner, men grundläggande saker som att radera och byta plats på sidorna.

Microsoft släpper nu (Juni-2022) sitt säkerhetsprogram Microsoft **Defender för individer**.

Defender för individer är en tjänst som håller koll på säkerheten för alla enheter oavsett om de kör **Windows, Mac OS, Android** eller **IOS**.

Säkerhetsprogrammet skannar enheten med jämna mellanrum och kan upptäcka skadliga länkar såväl som appar. För att få tillgång till **Microsoft Defender för individer** krävs ett Microsoft 365-konto. Detta kan användas för att skydda totalt fem olika enheter.

Mest valuta för pengarna för 2–6 personer Microsoft 365 Family 1.199,00 kr/år  • För en till sex personer. • Använd upp till fem enheter samtidigt. • Fungerar på PC, Mac, iPhone, iPad och telefoner och surfplattor med Android.⁴ • Upp till 6 TB molnlagring (1 TB per person). • Ytterligare funktioner i mobilappen Family Safety.¹ Köp nu Eller köp för 119,99 kr/månad > Prova utan kostnad i 1 månad >	Microsoft 365 Personal 839,99 kr/år  • För en person. • Använd upp till fem enheter samtidigt. • Fungerar på PC, Mac, iPhone, iPad och telefoner och surfplattor med Android.⁴ • 1 TB molnlagring. Köp nu Eller köp för 83,99 kr/månad >
---	---

(Grovt räknat ger en terabyte dig möjlighet att lagra:

250 000 bilder tagna med en 12MP-kamera eller 500 timmar HD-film)

Mest valuta för pengarna för 2–6 personer

Microsoft 365 Family

119,99 kr/månad



- För en till sex personer.
- Använd upp till fem enheter samtidigt.
- Fungerar på PC, Mac, iPhone, iPad och telefoner och surfplattor med Android.⁴
- Upp till 6 TB molnlagring (1 TB per person).
- Ytterligare funktioner i mobilappen Family Safety.¹

Köp nu

Eller köp för 1.199,00 kr/år >

Prova utan kostnad i 1 månad >

Microsoft 365 Personal

83,99 kr/månad



- För en person.
- Använd upp till fem enheter samtidigt.
- Fungerar på PC, Mac, iPhone, iPad och telefoner och surfplattor med Android.⁴
- 1 TB molnlagring.

Köp nu

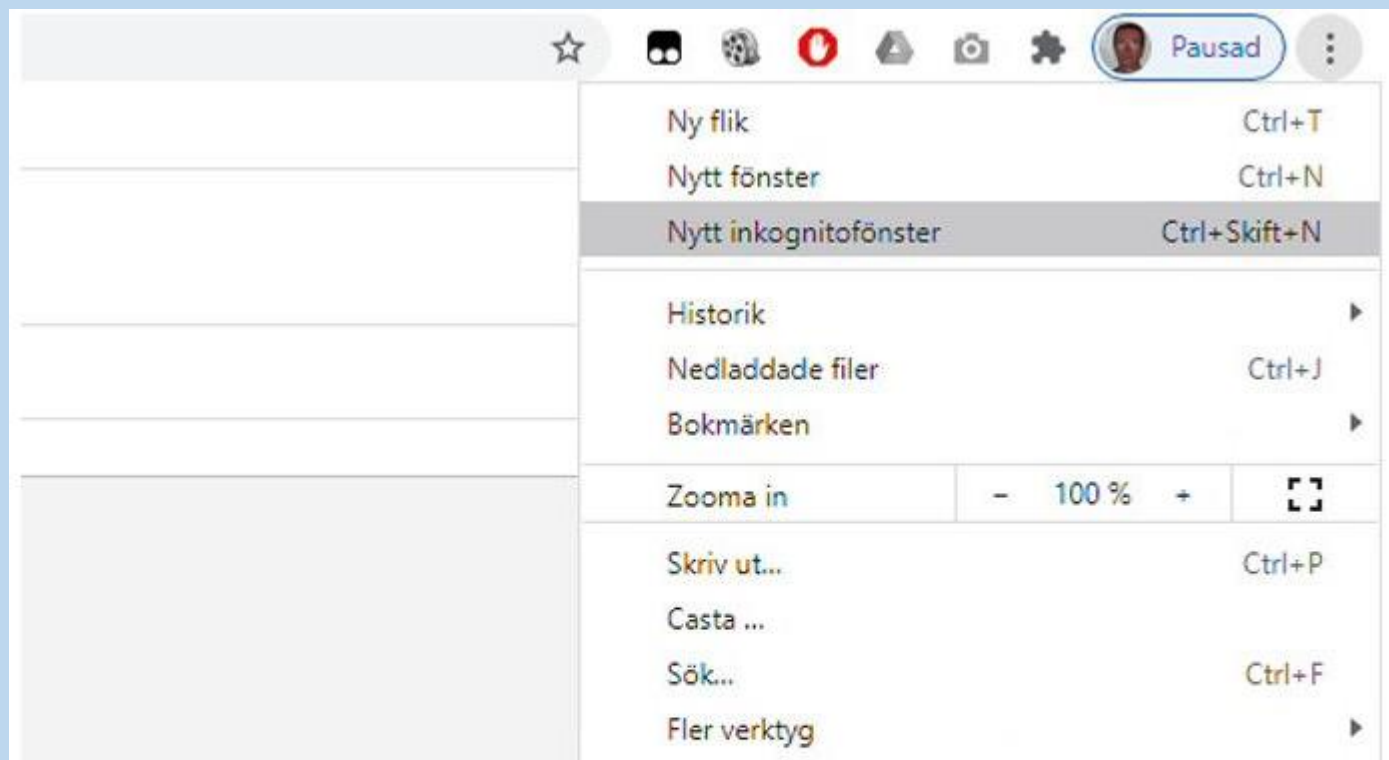
Eller köp för 839,99 kr/år >

Så surfar du inkognito – i tre olika webbläsare

Privat surfning är ett användbart verktyg som alla webbläsare med självaktning erbjuder. Den här funktionen har olika namn, beroende på vilken webbläsare du använder.

- **Google Chrome** - välj i menyn "*Nytt Inkognitofönster*",
 - **Microsoft Edge** - välj i menyn "*Nytt Inprivatefönster*",
 - **Firefox** - välj i menyn "*Nytt privat fönster*"
-

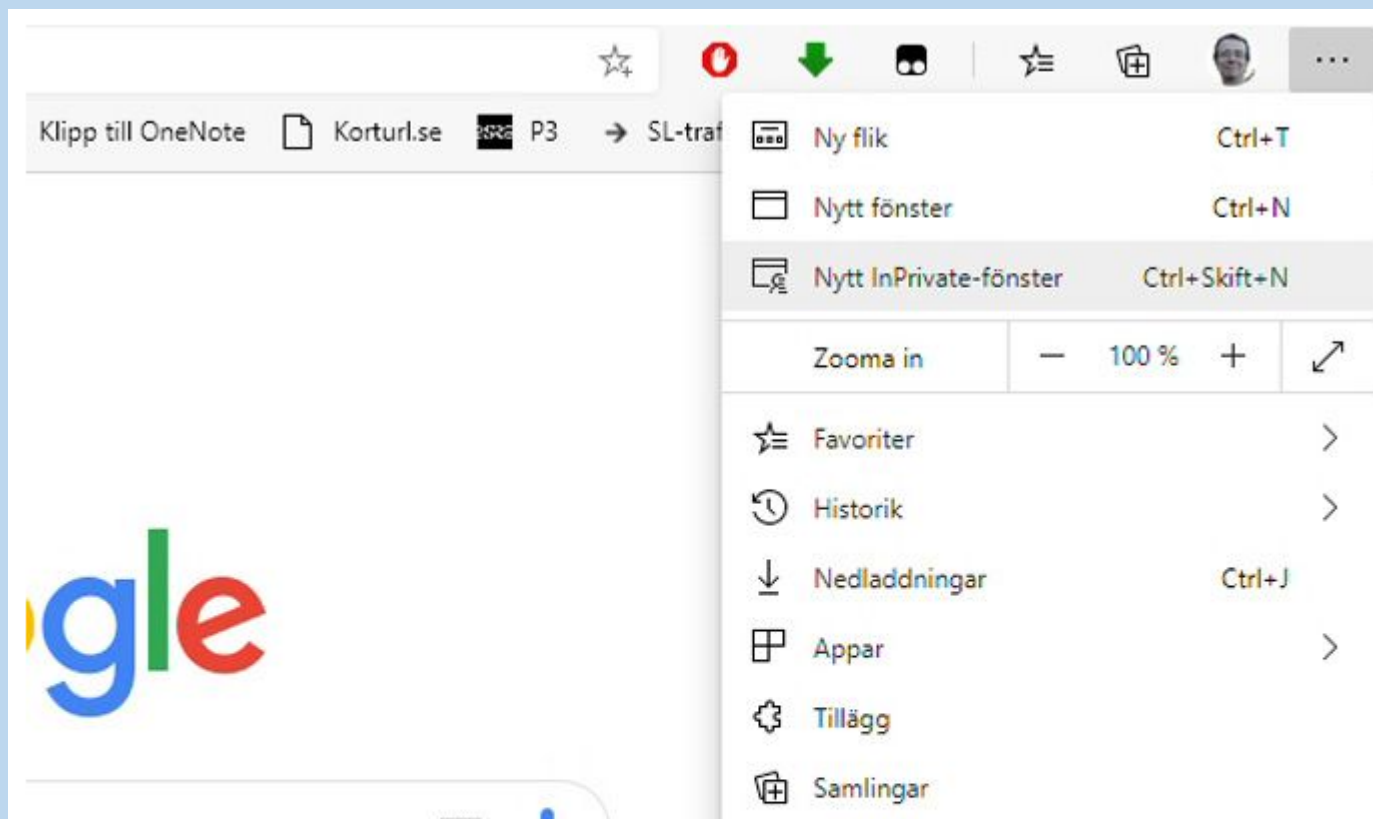
Så surfar du inkognito



1. Google Chrome

Klicka på de tre prickarna uppe till höger och välj **Nytt inkognitofönster**. Du kan också använda snabbgenvägen **Ctrl + Skift + N**.

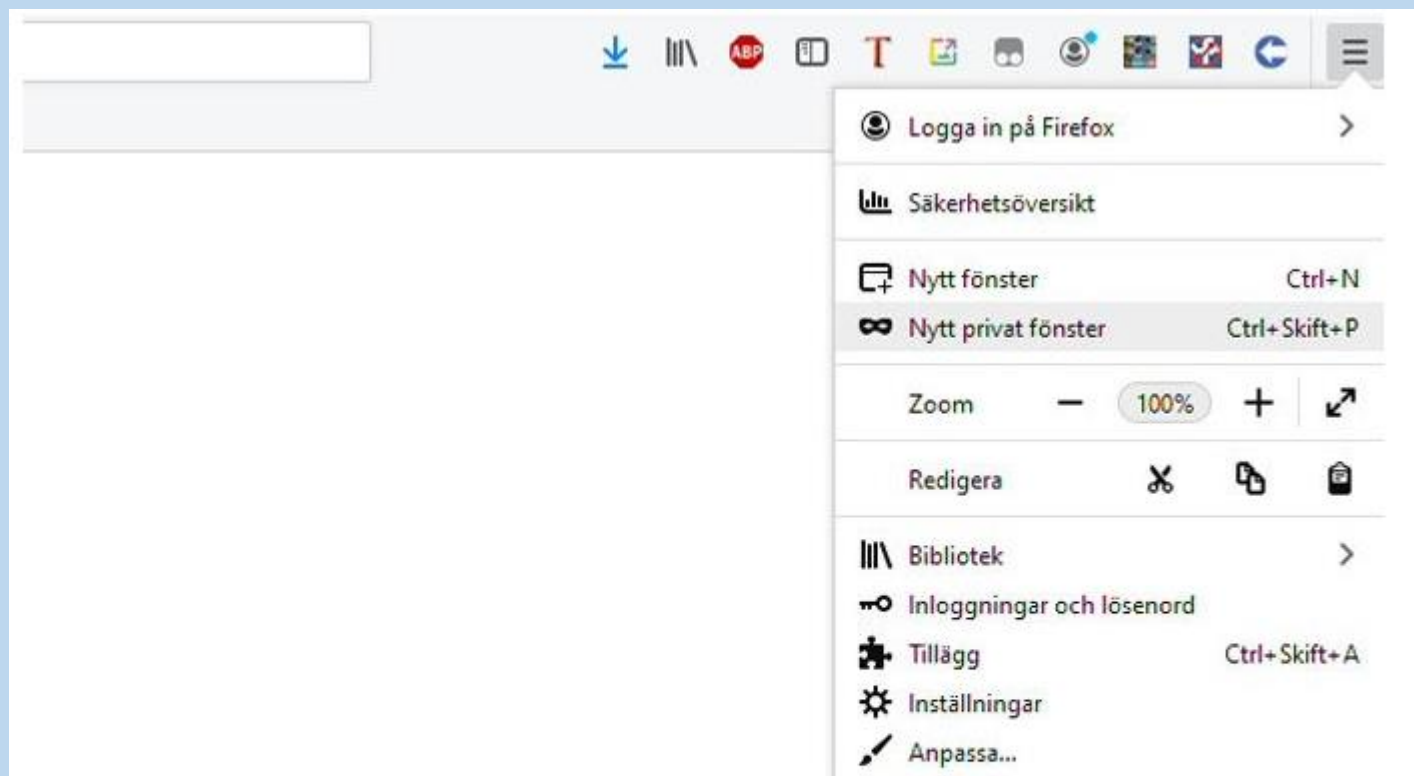
Så surfar du inkognito



3. Edge

Klicka på de tre prickarna uppe till höger och välj **Nytt InPrivatefönster**. Du kan också använda snabbgenvägen **Ctrl + Skift + N**.

Så surfar du inkognito



2. Firefox

Klicka på de tre strecken uppe till höger och välj **Nytt privat fönster**. Du kan också använda snabbgenvägen **Ctrl + Skift + P**.

Så surfar du inkognito

Funktionen gör mestadels samma sak – den låter dig surfa på nätet utan att spara data som cache, historik, lösenord eller kakor. Detta görs dock lokalt, vilket innebär att du döljer vilka webbplatser du har besökt enbart för personer som använder din dator.

Webbplatserna själva, din internetleverantör och i själva verket varje server som dina förfrågningar passerar igenom, vet alla fortfarande vad du besökte.



DuckDuckGo är en sökmotor med stort fokus på användarens integritet. Till skillnad från Google erbjuder den inga personliga sökresultat. Den profilerar inte sina användare enligt deras sökmönster, vilket gör att alla får samma sökresultat, oavsett tidigare sökningar eller historik.



Vad är och hur fungerar DuckDuckGo? DuckDuckGo är en sökmotor som har som affärsmodell att inte spåra dig lika aggressivt som sökmotorer såsom Google och Bing. **DDG har ingen integrering med sociala nätverk, de lagrar inga personliga data och de använder inte din webbhistorik för att kunna visa upp anpassade annonser.**

DDG vs Google?

Google bidrar med mer exakta sökresultat eftersom att de skräddarsyr resultaten beroende på dina preferenser och historik, medan **DuckDuckGo bidrar med en säkrare och mer privat upplevelse.** Om du vill ha en skräddarsydd upplevelse är Google bättre, medan DuckDuckGo är bättre om du prioriterar integritet och säkerhet.

- Om hur du kan publicera din egen bok... <https://www.publit.com/>
- Mycket bra site om säkerhet på nätet... <https://internetstiftelsen.se/tanksakert/>
- Bli svårlurad... <https://svarlurad.se/>

Snart är våren här 😊

Tack för mig

/Stefan



Sitter du säkert i sadeln?



Vad är tvåfaktorsautensiering?

- Ett extra skydd vid inloggning för att säkerställa att du är den enda personen som kan komma åt ditt konto, även om någon annan känner till ditt lösenord.
- När du loggar in på kontot för första gången på en ny enhet, app eller webbläsare behöver du mer än bara användarnamn och lösenord. Du behöver även en andra "faktor" för att bevisa vem du är.
- Det finns flera benämningar för funktionen, t ex tvåfaktorsautentisering, tvåvägsautentisering och tvåstegsverifiering.
- Tvåfaktorsautensiering används för nästan alla onlinetjänster – banker, sociala medier, köp och för konton som t ex Apple, Microsoft och Google. Kolla alltid upp om möjligheten finns innan du skapar ett nytt konto någonstans.



Tvåfaktorsautensiering

- Använder du sociala medier (t ex facebook, instagram) eller konton för lagring och betalning är det viktigt att du lägger till tvåfaktorsautensiering på dessa konton.
- Viktigast av allt är det att du skyddar ditt mejlkonto
- Om du får ditt mejlkonto kapat kan det få stora konsekvenser där en bedragare lätt kan klicka på "glömt lösenord" på olika sajter och därefter hämta nya lösenord via din mejl.
- Glöm inte heller bort att det fortfarande är otroligt viktigt att använda [starka lösenord](#). De ska även vara unika för varje separat konto, så att inte ett intrång på ett ställe innebär att de kommer åt alla dina andra konton.



Tvåfaktorsautentisering i Google

Google har olika typer av **tvåfaktorsautentisering**. Utöver traditionella lösenord kan du ange en engångskod som du får via sms eller röstsamtal eller som du genererar med appen Google Authenticator som körs på **Android** och på Apples mobila operativsystem iOS.

Så här aktiverar du **tvåstegsverifiering** för ditt Googlekonto:

1. Öppna ditt Google-konto
2. Välj **Säkerhet** i navigeringspanelen.
3. Välj **Tvåstegsverifiering** under **Logga in på Google**.
4. Följ anvisningarna på skärmen.



- Hem
- Personliga uppgifter
- Data och integritet
- Säkerhet**
- Personer och delning
- Betalningar och prenumerationer
- Om

Säkerhetsaktivitet nyligen

Inga säkerhetsaktiviteter eller säkerhetsvarningar under de senaste 28 dagarna

Så här loggar du in på Google

Se till att de här uppgifterna är aktuella så att du alltid kan komma åt Google-kontot

 Tvåstegsverifiering	 Aktiverat sedan 24 maj 2022	>
 Lösenord	Ändrades senast: 25 juli 2018	>
 Meddelande från Google	2 enheter	>
 Telefonnummer för tvåstegsverifiering	070-665 14 77	>
 Telefonnummer för återställning	070-665 14 77	>
 Återställningsadress	 Lägg till en e-postadress	>

Tvåfaktorsautensiering för Microsoft

1. Gå till [Microsoft-konto](#) och välj **Logga in**.
2. Välj den inloggning (t ex epost eller mobilnr) som du använder för andra tjänster (Outlook, Excel osv.) och välj sedan **Nästa**.
Om du inte har ett Microsoft-konto kan du välja **Inget konto? Skaffa ett!**. Vi rekommenderar att du använder en e-postadress som du redan har och använder ofta.
3. Skriv ditt lösenord och markera rutan **Jag vill förbli inloggad** om du vill gå direkt till ditt konto nästa gång.
4. Välj **Logga in** och därefter **Säkerhet**.
5. Välj **Tvåfaktorsautensiering** och följ sedan anvisningarna steg för steg





ullaem.persson@gmail.com

Ange lösenord

Du måste bekräfta ditt lösenord eftersom du försöker komma åt känslig information.

.....

[Har du glömt lösenordet?](#)

[Andra sätt att logga in på](#)

[Logga in med ett annat Microsoft-konto](#)

Logga in



ullaem.persson@gmail.com

Verifiera din identitet



Skicka e-post till
ullaem.persson@gmail.com

[Jag har en kod](#)

[Jag har inte något av detta](#)

Microsoft-konto | Din information | Sekretess | **Säkerhet** | Rewards | Betalning och fakturering | Tjänster och prenumerationer | Enheter

Säkerhet

Ändra lösenord
Senaste uppdatering: 2022-03-20
[Ändra >](#)

Tvåstegsverifiering
AV
[Hantera >](#)

Olika sätt på vilka du kan bevisa vem du är

Hantera inloggning och verifieringsalternativ för Microsoft-kontot. Läs mer om inloggning och verifiering.

▼

Ange lösenord

Uppdaterat

Senast ändrad	2022-03-20	Används för	Kontoinloggning
Ändra lösenord		Visa aktivitet	

>

Skicka en kod via e-post

ullaem.persson@gmail.com

Uppdaterat

[+ Lägga till ett nytt sätt att logga in eller verifiera](#)

Ytterligare säkerhet

Öka säkerheten för ditt konto genom att ta bort lösenordet eller kräv tvåstegsverifiering för att logga in.

Lösenordsfritt konto

Tvåstegsverifiering

AV

AV

Skriv här för att söka

95% 13:05 2023-03-16

Microsoft-konto | Din information | Sekretess | **Säkerhet** | Rewards | Betalning och fakturering | Tjänster och prenumerationer | Enheter

Säkerhet

Ändra lösenord
Senaste uppdatering: 2022-03-20
Ändra >

Tvåstegsverifiering
PÅ
Hantera >

Olika sätt på vilka du kan bevisa vem du är

Hantera inloggning och verifieringsalternativ för Microsoft-kontot. Läs mer om inloggning och verifiering.

▼	Ange lösenord	Uppdaterat	
Senast ändrad	2022-03-20	Används för	Kontoinloggning
Ändra lösenord	Visa aktivitet		
>	Skicka en kod via e-post	ullaem.persson@gmail.com	Uppdaterat
>	Sms:a en kod	0706651477	Uppdaterat
+	Lägg till ett nytt sätt att logga in eller verifiera		

Ytterligare säkerhet

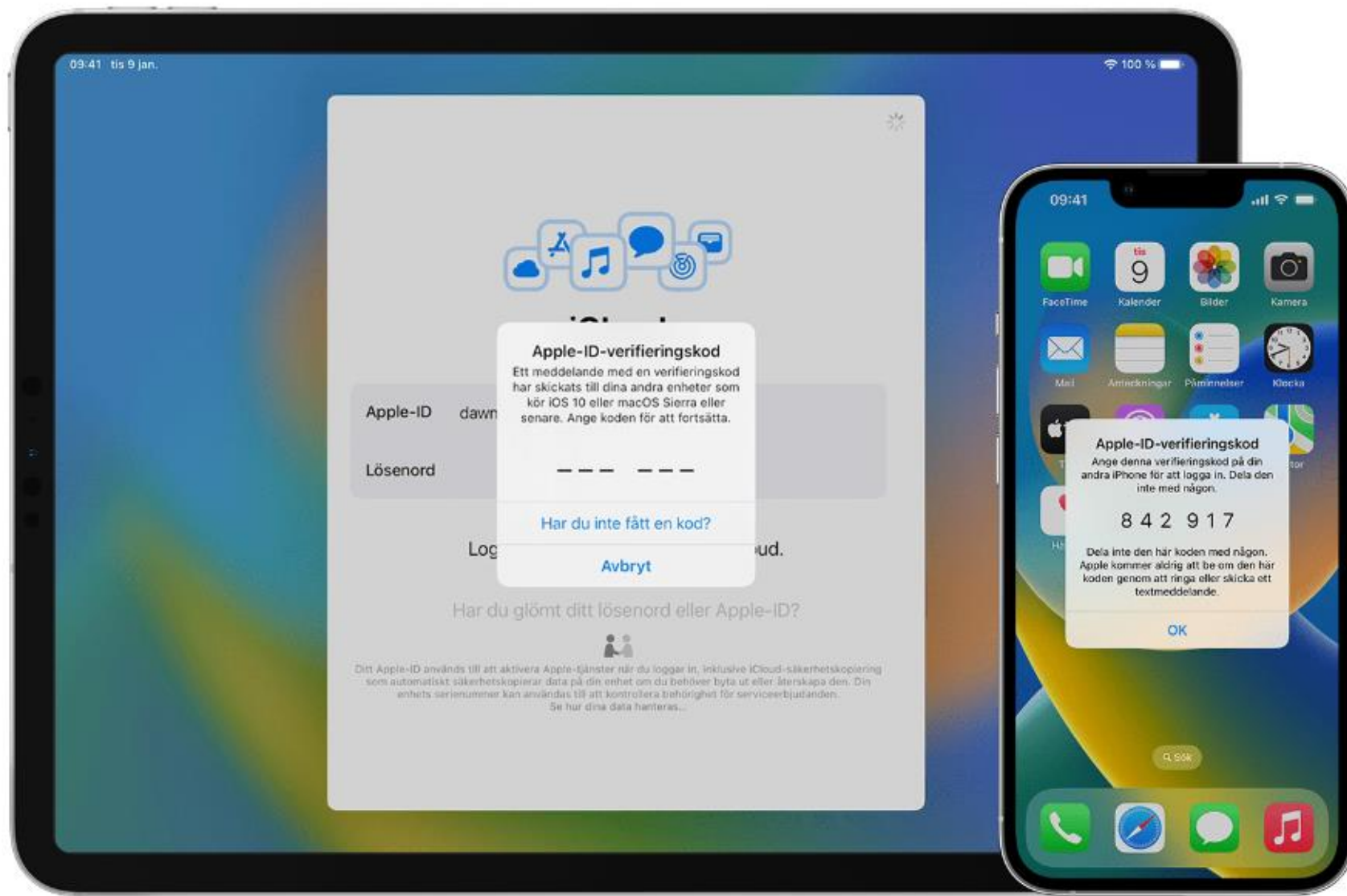
Öka säkerheten för ditt konto genom att ta bort lösenordet eller kräv tvåstegsverifiering för att logga in.

Tvåfaktorsautentisering för ditt AppleID

Om tvåfaktorsautentisering inte är aktiverat kan du slå på det när du ställer in en ny dator eller aktivera det senare i inställningarna **Lösenord och säkerhet** genom att följa stegen nedan:

1. Välj Apple-menyn > Systeminställningar på datorn och klicka sedan på ditt namn överst i sidofältet. Om du inte ser ditt namn klickar du på **Logga in med ditt Apple-ID** för att ange ditt Apple-ID eller skapa ett nytt.
2. Klicka på **Lösenord och säkerhet till höger** och klicka sedan på **Slå på bredvid Tvåfaktorsautentisering**. Ange ditt lösenord för Apple-ID om du uppmanas till det och klicka på **Logga in**.
3. Svara på säkerhetsfrågorna och klicka sedan på Fortsätt.
4. Ange ditt telefonnummer för verifiering, välj en verifieringsmetod och klicka sedan på Fortsätt.
5. Verifiera din identitet med **den sexsiffriga koden** som skickats till det betrodda telefonnumret när du blir ombedd att göra detta. Du blir inte ombedd att ange en verifieringskod igen på datorn, såvida du inte loggar ut helt och hållet från ditt Apple-ID, raderar datorn eller behöver ändra lösenordet av säkerhetsskäl.





Tvåfaktorsautensiering för Meta

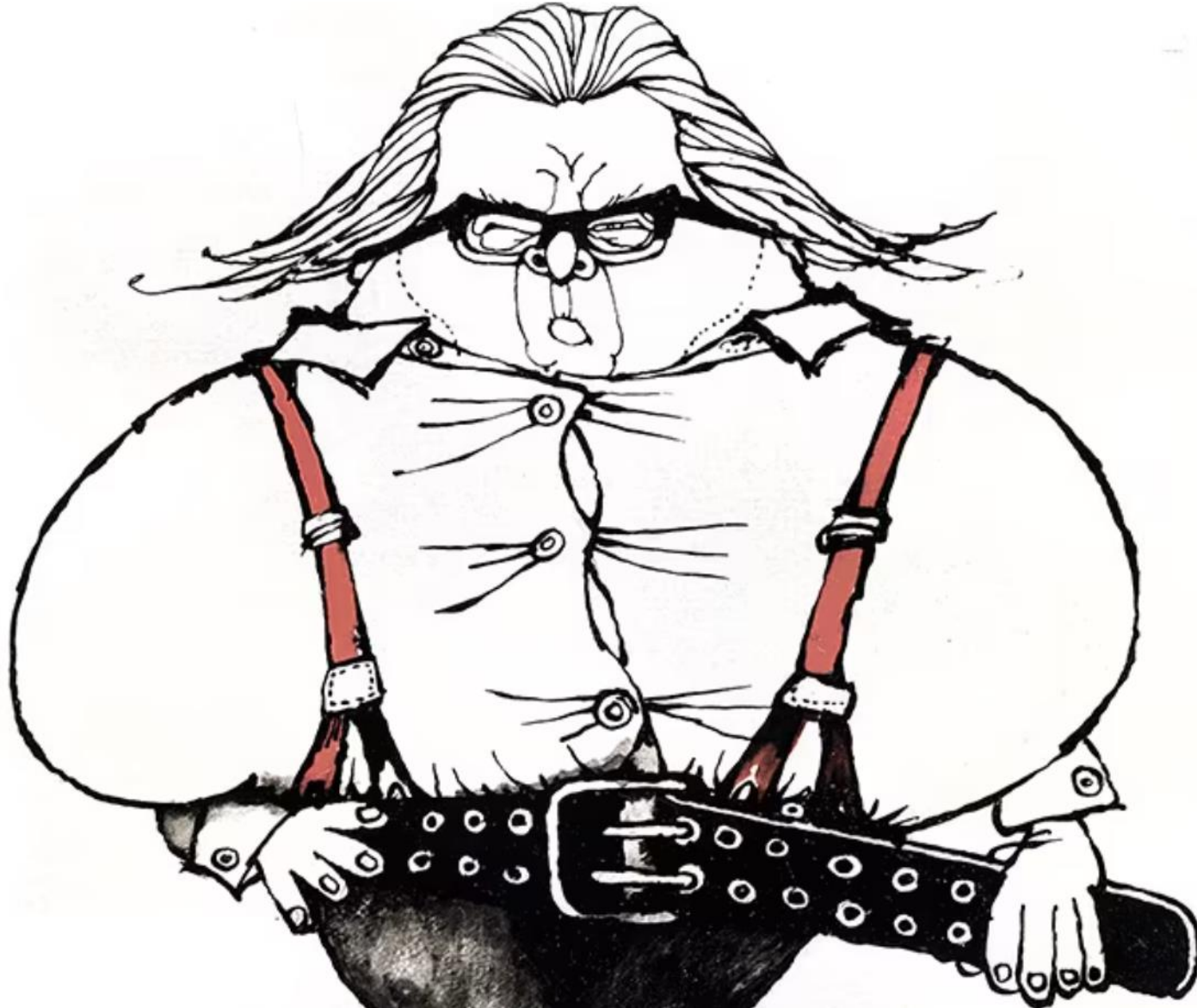
- Du kan aktivera sms-koder för en mobiltelefon genom att via **Inställningar** i din Meta-kanal klicka eller trycka på **Använd tvåfaktorsautentisering** och sedan på **SMS** där du anger ditt mobilnr.
- Om en okänd enhet försöker logga in på ditt konto får du ett sms med en kod för att kunna bekräfta inloggningen.
- Om du redan har flera konton i Meta's sociala plattformar är det bra om du skapar ett särskilt **Meta-konto** så att du framöver bara behöver hantera ett enda konto.

Mer om Meta-konto:

<https://www.meta.com/sv-se/help/accounts/set-up-meta-account/>



Nu har du både hängslen och livrem!



BAMSE BLIR INTE STARK AV
DUNDERHONUNG LÄNGRE!

JAG LÄSTE DET
PÅ INTERNET.

HAR DU KONTROL-
LERAT KÄLLAN?



Den 13 mars varje år är det
källkritikens dag!

Vi behöver alltid vara
källkritiska till det vi ser och hör



Checklista för källkritik

- Vem står bakom informationen? Är någon person eller organisation angiven som ansvarig? Vad finns det för information om personen eller organisationen? Har denna källa tillräcklig ämneskunskap?
- Vilket syfte har informationen? Är syftet att informera, övertyga eller marknadsföra något?
- När publicerades eller uppdaterades informationen? Är den fortfarande aktuell?
- Har informationen granskats? Finns det källor och referenser? Är de i så fall aktuella och relevanta?
- Är du det minsta tveksam – tro inte på informationen och framför allt, dela den inte vidare!





**Forskare: Människor
som inte läser böcker
är smartare**



Stämmer det verkligen???

Nej, så klart stämmer det inte att man blir smartare av att **inte** läsa böcker!!

Däremot finns det en riktig studie som visar att 59 procent av alla artiklar som sprids i sociala medier delas utan att läsas. Istället nöjer vi oss alltså med vad som står i rubriken och ingressen innan vi delar vidare länken.



Annonsbedrägerier

- Vilseledande marknadsföring finns överallt, ofta med kända ansikten som draghjälp, kallas ofta för renommésnyltning. Det förekommer inte bara i sociala medier utan även i mer trovärdiga mediekanaler
- Tänk på att kända personer numera oftast själva hanterar marknadsföring och eventuella samarbeten via sina egna konton i sociala medier
- Läs mer om annonsbedrägerier i PC för alla:
https://pcforalla.idg.se/2.1054/1.772493/falska-annonser?utm_source=dmdelivery&utm_medium=email&utm_campaign=PFA%20Express%202.0%202022-11-24%2011%3A09%3A47
- Läs mer om när bensinbolaget St1 utnyttjade Stefan Holm med renommésnyltning – ”de tog mitt livs största stund”:
<https://www.dn.se/sport/stefan-holm-tagit-mitt-livs-storsta-idrottsstund/>



5 faktorer som ökar risken att vi sprider en lögn

Källa: Internetstiftelsen

1. Aktuella ämnen

När ett ämne är högaktuellt blir många nyfikna och vi delar gärna snabbt för att visa att vi är insatta.

2. Innehåll som väcker känslor, särskilt rädsla

Även om vi tycker att vi är rationella människor så styrs vi av känslor.

3. Bekräftelse

Om ett innehåll bekräftar något man redan tycker, misstänker eller tror är sant.

4. Vänner eller förebilder

Om den som förespråkar något är en god vän, en förebild eller auktoritet, så lyssnar vi mer.

5. Grupptillhörighet

Om många tycker samma kan åsikter förstärkas och allt som sägs inom gruppen tenderar att betraktas som sant.



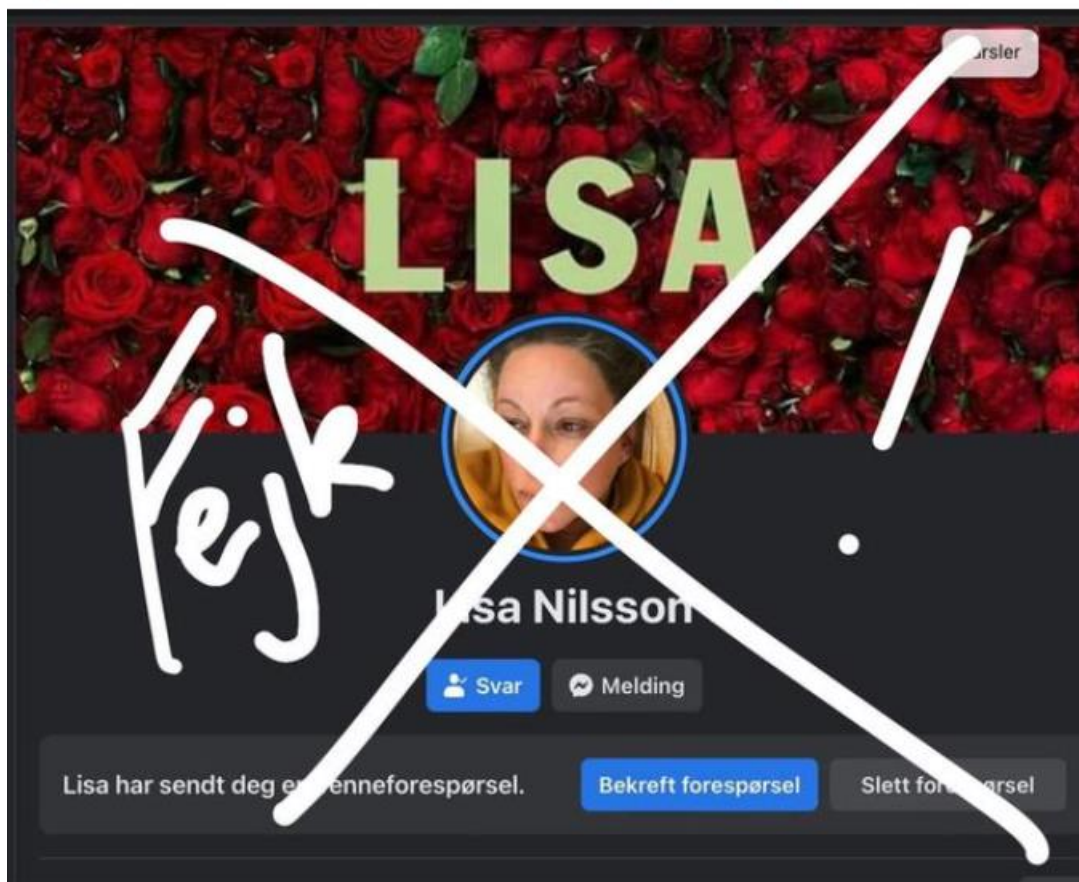




Lisa Nilsson

14 min · 🌐

! Ett av alla cirkulerande fejkkonton som kontaktar följare ! Varning !



Lisa Nilsson

7 m · 🌐

! Ett till av alla cirkulerande fejkkonton som kontaktar följare ! Varning !



lisanilssonfp



3

Inlägg

0

Följare

0

Följer

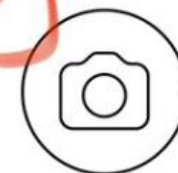
Lisa Nilsson

🔗 lisanilsson.se

Avblockera



Fejk!



Inga inlägg ännu



Lisa Nilsson

11 mars kl. 22:21 · 🌐



Varnar igen.. !
Ytterligare en fejk tydligen.
..Som fortsättning på föregående inlägg om detta
eskalerande problem..
Anmäl och blockera. Ju fler som..

Upprepar: Jag kontaktar ALDRIG följare med
vänförfrågningar eller fåniga tack-meddelanden.
Jag har ETT offentligt fbkonto och Insta med
många följare (!) och många inlägg (!).
Ett privat fb har jag också och det kontot är till
för människor jag känner privat. Ett sådant konto
vill naturligtvis inte chatta med främlingar..eller
skicka vänförfrågningar.

Och jag eftersöker inte privat dejt-uppvaktning
med fika-förslag eller vinglas från främmande
män heller. Sådant är bara naivt, oönskat, och
besvärande för mig.
Tyvärr skyddas vi inte av de som styr och äger
dessa medier. De skiter i problemen. Jag beklagar
att ni utsätts. Var kritiska, ta eget ansvar, se till att
lära er sociala medier på ett streetsmart sätt.
Bluffmakare och bedragare vill lura er. Nätet är
som Mexico City nattetid nuförtiden. Ni skulle
inte gå in på bakgator eller tro på vad som helst
där.
Gör inte det här heller.



Lisa Nilsson



Lisa Nilsson

musician

Har skickat en vänförfrågan
till dig

Svara



Lisa Nilsson

12 mars kl. 20:09 · 🌐



Jag blir så ledsen och trött...
Nu verkar det som att mitt privata FBkonto
(bilden) är kapat och skickar vänförfrågningar till
följare på mitt officiella konto..

Jag förstår om ni blir glada och smickrade om det
händer.. men det är inte jag. Det finns uppenbara
skäl till varför ett privat konto håller sig till en
begränsning (1600 vänner/kollegor) med
människor jag känner.
Ett sådant konto vill jag hålla just privat.
Jag vill alltså inte bli "privat vän" med tusentals
främlingar.. det har jag mitt officiella konto till
(detta)
Får ni en vänförfrågan från någon Lisa Nilsson -
vilken skepnad det än är - så är det fejk. Tyvärr.
Min integritet behöver gränser för att överleva..

Lägger snart ner detta med sociala medier.
Det har blivit bedrövligt och ohållbart.
Beklagar allt omak,



Lisa berättar

<https://www.facebook.com/watch/?ref=saved&v=468262978759063>

Länken går till Facebook



denlisanilsson ✓

För att göra vårt community säkert visar vi information om konton på Instagram. Ta reda på varför denna information är viktig.



Registreringsdatum
juli 2013

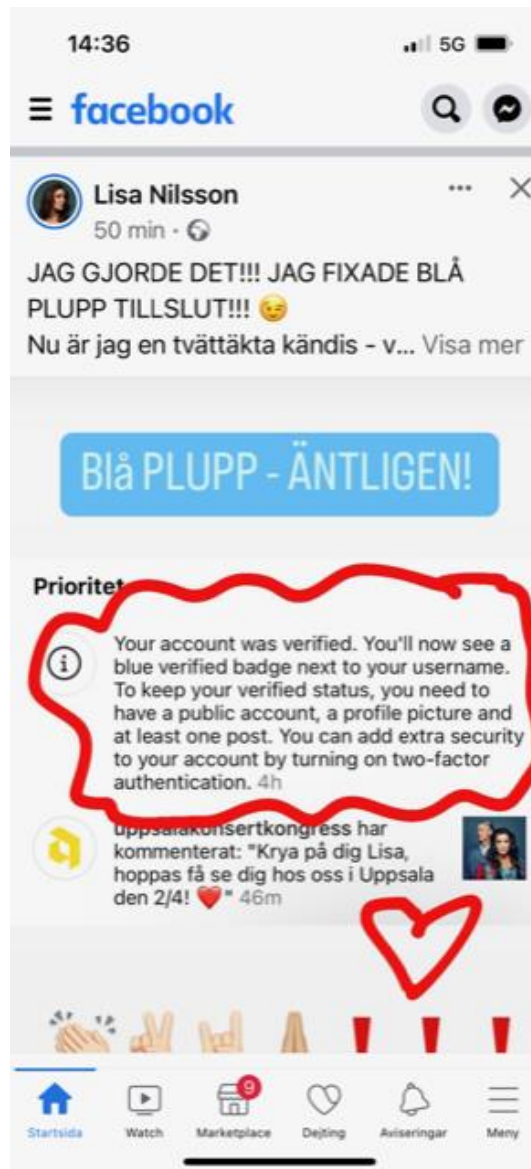


Kontot är baserat i
Sverige



Verifierad
mars 2023

Ett verifieringsmärke innebär nu att ett konto har verifierats med en officiell id-handling och kanske inte är känt. Meta Verified är en prenumeration som erbjuder förbättrad verifiering, förebyggande kontoskydd och ökad synlighet i kommentarer och rekommendationer. [Läs mer](#)



Rickard berättar...

Operasångaren Rickard Söderberg har också råkat ut för falska konton i sitt namn:

<https://www.facebook.com/watch/?ref=saved&v=1186627075597532>

Länken går till Facebook



Lästips

Vett och etikett i sociala medier:

<https://sverigeskommunikatorer.se/kunskap/nyheter/mats-danielsson-om-digital-vett-och-etikett/>

Näthat och yttrandefrihet på nätet:

<https://internetkunskap.se/nathat-och-yttrandefrihet/>

Integritet på nätet:

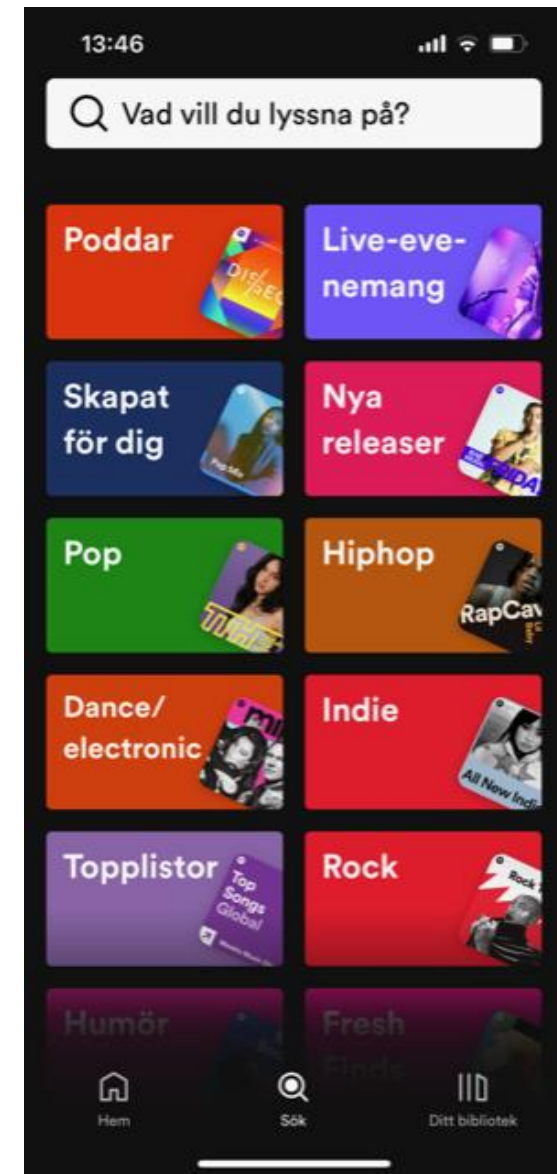
<https://internetkunskap.se/integritet/>



Nyhet: Stor uppdatering av Spotify – ny design och videofokus

Flödena för musik, podcasts och ljudböcker på appens hemskärm innehåller nu också smakprover på dina rekommenderade låtar, böcker och poddar i både ljud och video.

Video kommer att få ett större fokus i det nya gränssnittet, för att skapa ”meningsfulla anknytningar mellan artister och deras fans”.



Tack för
mig!

Jag önskar

Vett och etikett i
sociala medier,
nu tack.



Konstnär Camilla Bergman