

Windows 11 v24H2

Visuella anpassningar & talstöd



Välkommen!

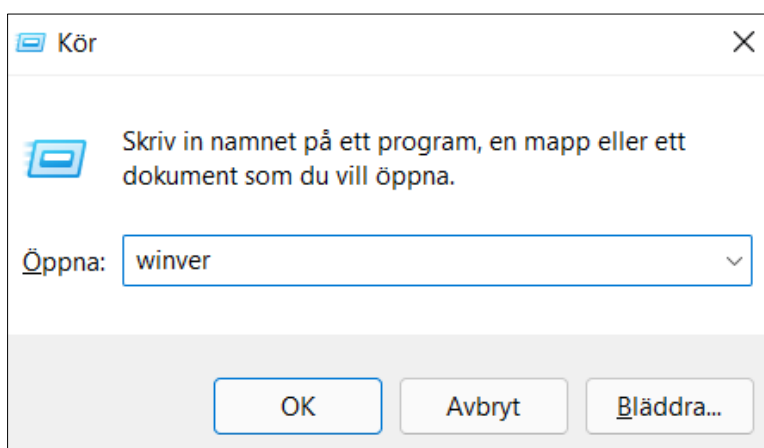
I detta häfte beskrivs hur man visuellt anpassar operativsystemet Windows 11 och hur inbyggda talstödet kan användas. Visuella anpassningar handlar t.ex. om att justera storlek av teckensnitt, förstoring på fönsterinnehåll, färg, mus och ikoner. Här kommer du också hitta information om Windows Förstoringsglaset och hur talstöd kan användas för uppläsning av vald text med datorns inbyggda skärmläsare och talsyntes.

Alla instruktioner är beskrivna stegvis med förklarande text och bilder. På varje bild som används i häftet finns en röd rektangel omkring alternativet som är hänvisat till, detta för att tydligt visa vad som ska väljas.

OBS!

Detta dokument är skrivet utifrån de inställningsalternativ som finns i version **24H2** av Windows 11. Om du har en annan version av Windows 11 då är möjligt att inte alla instruktionerna i detta häfte stämmer. För att kontrollera vilken Windows version som är installerad på din dator, gör följande:

1. Tryck **WINDOWS + R** skriv: **winver** följt med Enter.



2. Nu visas **Om Windows** fönstret. Här framkommer vilken version av Windows operativa systemet är installerat. För att kunna använda alla anpassningsmöjligheter som beskrivs i detta häfte måste version **24H2** av Windows 11 vara installerat.

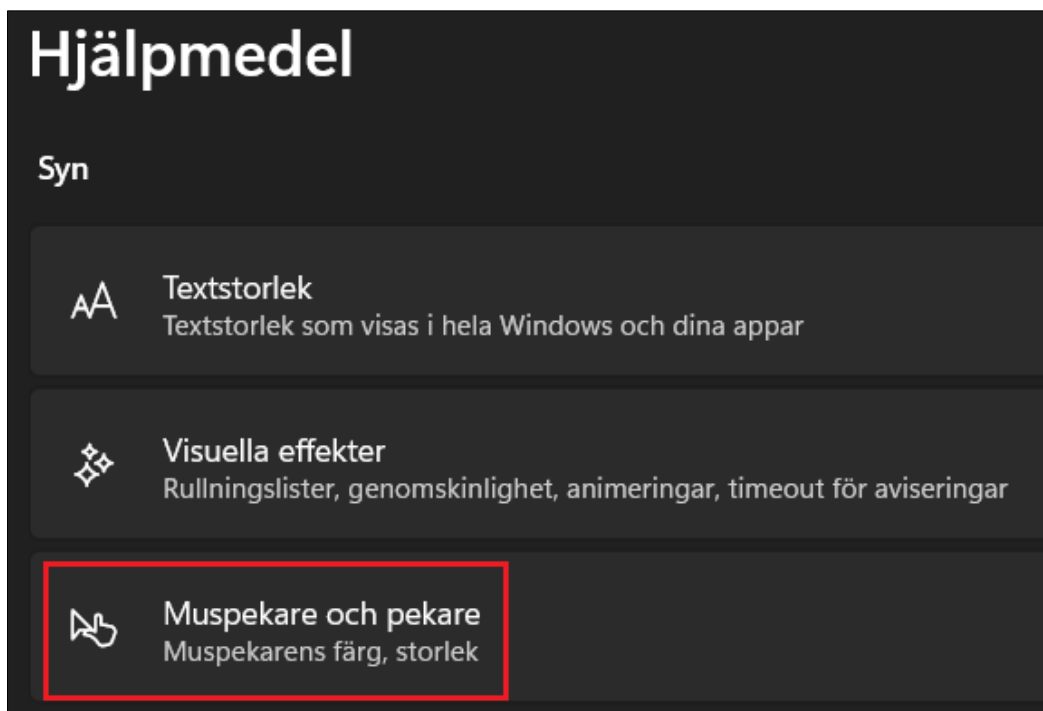
INNEHÅLL

STORLEK OCH FÄRG PÅ TEXTMARKÖREN	7
SKALA – GÖR ALLT STÖRRE PÅ BILDSKÄRMEN	8
TEXTSTORLEK I WINDOWS 11.....	10
BAKGRUND: ANVÄND ENFÄRGAD BAKGRUND	11
IKONER.....	13
FÄRG OCH LJUSSTYRKA.....	14
Ljust / Mörkt läge.....	14
Färgändring med kortkommandon	16
Ljusstyrka / Nattläge	17
KONTRASTTEMAN	18
FÖRSTORA TEXT: HEMSIDOR, WORD DOKUMENT ELLER E-POST... 	20
FÖRSTORINGSGLASET	20
Aktivera eller inaktivera Förstoringsglaset.....	21
Förstoringsnivå.....	21
Ändra inställningarna på Förstoringsglaset.....	21
TALSTÖD	23
Svenska rösten "Bengt"	23
Reglera talhastighet:	24
Röstinmatning (diktering).....	24
Microsoft Edge webbläsaren	24
KORTKOMMANDON.....	25

STORLEK OCH FÄRG PÅ MUSPEKAREN

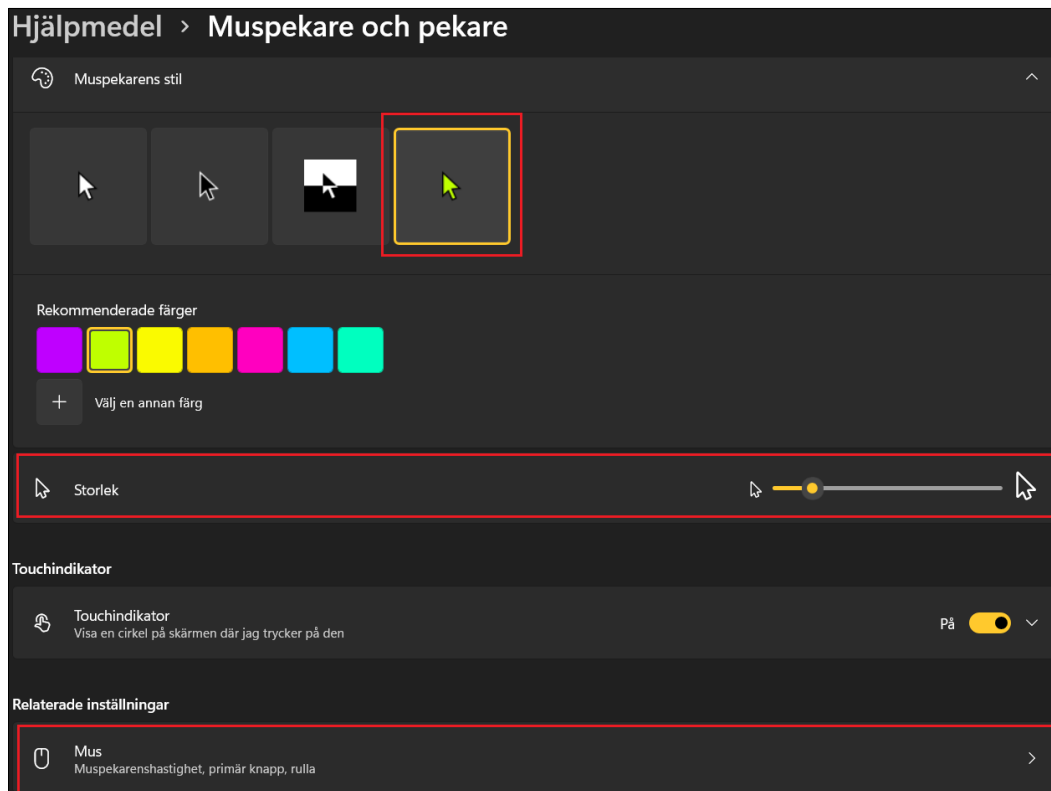
1. Tryck på: **WINDOWS-tangenten och U** för att få fram fönstret **Hjälpmedel**.

Välj: **”Muspekare och pekare”** i listan nedanför.



2. Fönstret: **Hjälpmedel > Muspekare och pekare** visas var du kan anpassa allt från muspekarens färg och storlek till muspekarens hastighet. Möjligt är att välja mellan olika färginställningar för muspekaren genom att välja fjärde pekarikonen åt höger på skärmen.

OBS! Om du använder förstöringsfunktioner i Windows då upplever många att det känns lättare att navigera med musen om muspekarens hastighet blir minskat. För att reglera hastigheten på muspekaren väljer vi **Mus**, Muspekarens hastighet, primär knapp, rulla; alternativet.

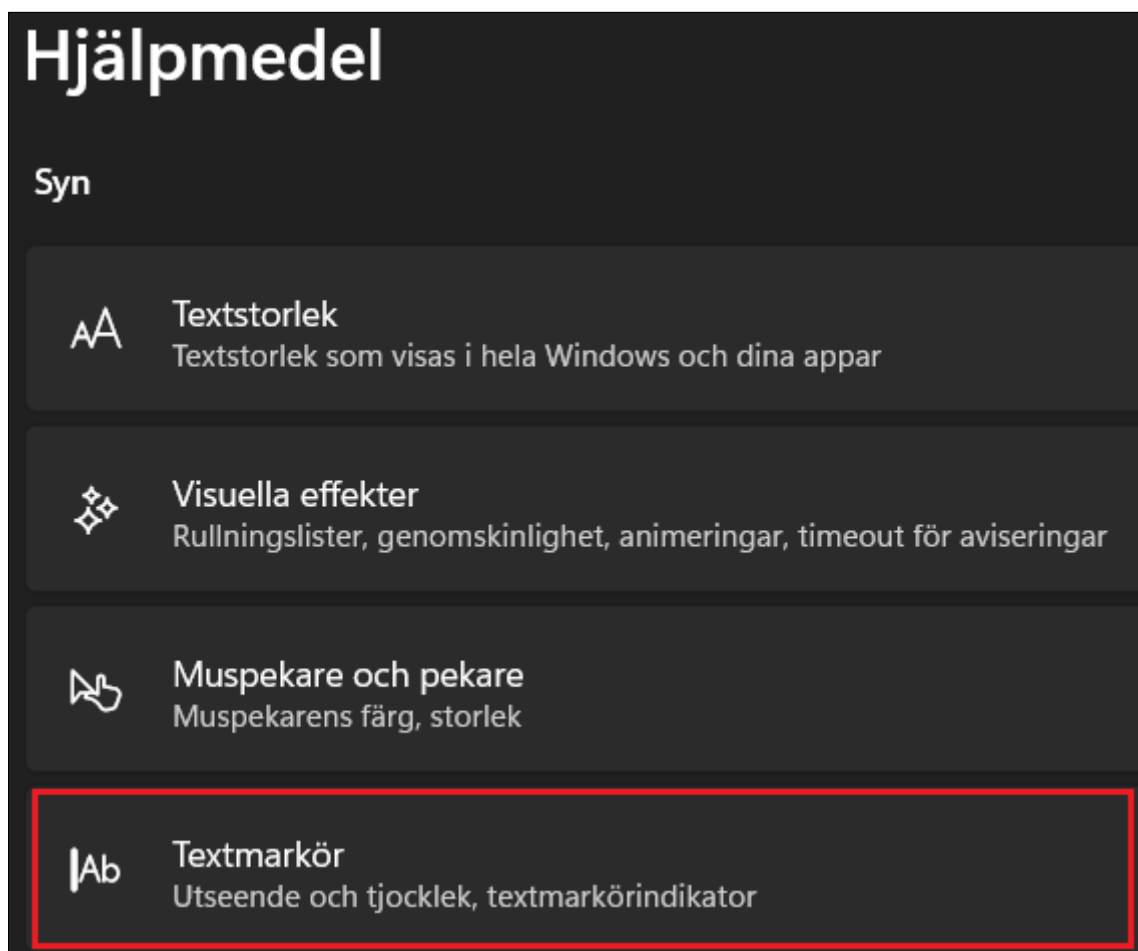


Vi hamnar nu i: **Bluetooth och enheter > Mus** rutan var vi kan reglera muspekarens hastighet med reglage.

Storlek och färg på textmarkören

1. Det kan vara svårt att hitta blinkande textmarkören i ett hav av text, därför har Microsoft lagt till en funktion för att framhäva textmarkören med två färgade kilar som placeras ovan och nedanför textmarkören. För att aktivera denna funktion, tryck på: **WINDOWS-tangenten och U** för att få fram fönstret **Hjälpmedel**.

Välj: **"Textmarkör"** i listan nedanför.



2. Vi börjar med att slå på **Textmarkörindikatorn**. Genom att dra reglaget går det att justera storleken på markören och du kan även välja färgen för kilarna.

Hjälpmedel > Textmarkör

Förhandsgranskning av textmarkörindikator

Använd textmarkörindikatorn för att framhäva textmarkören i ett hav av text. Här är en förhandsgranskning av dina ändringar.

Textmarkörindikator

Av ^

Storlek



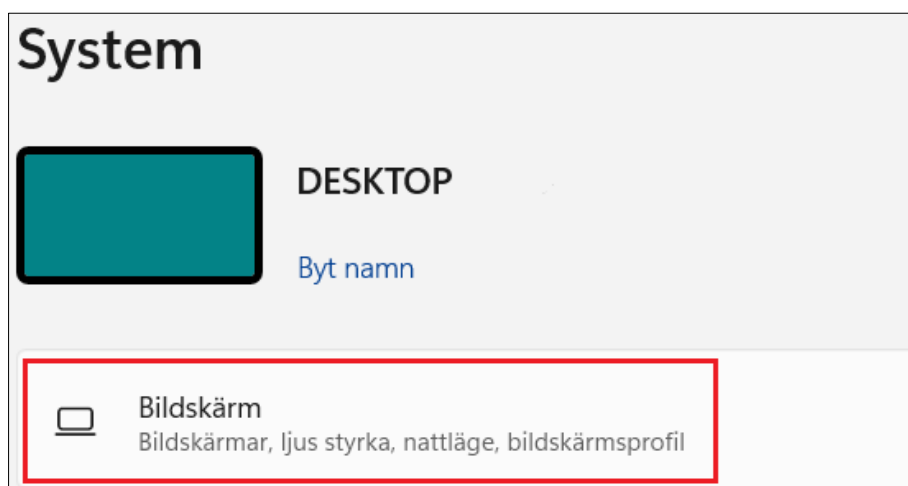
Rekommenderade färger



Välj en annan färg

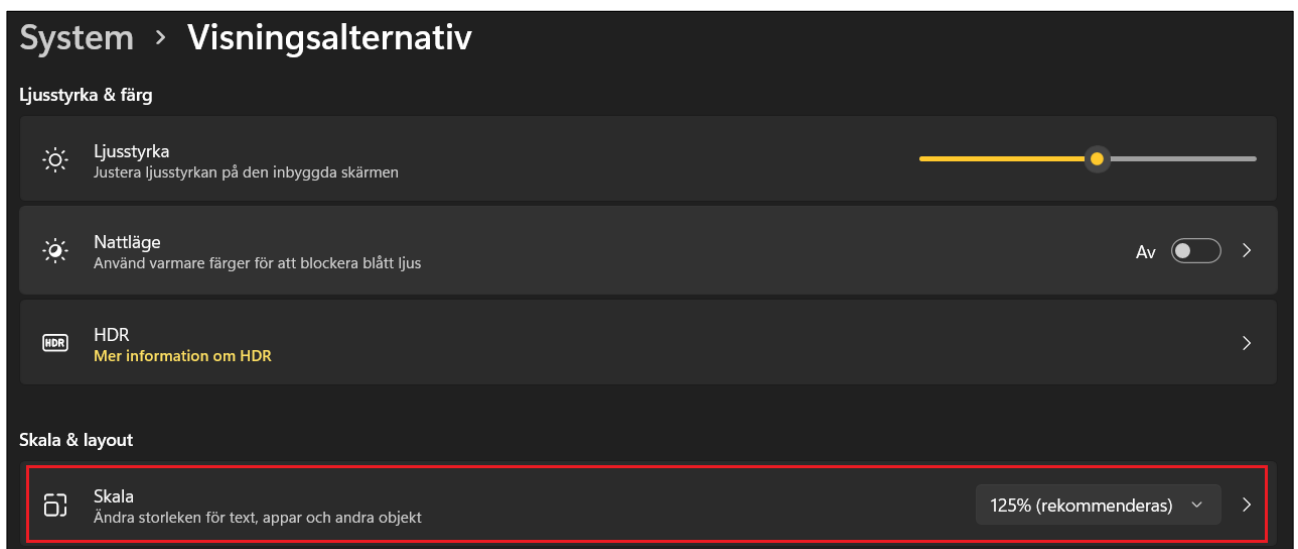
Skala – gör allt större på bildskärmen

1. Att ändra skalan, eller bildskalningen som ofta sägs, är inte samma sak och att ändra upplösningen på skärmen. Fördelen med att ändra bildskalningen är att då kan vi göra ikoner och text större utan att de blir suddigare. För att prova dessa inställningar trycker vi på **WINDOWS-tangenten och I** för att få fram fönstret **System**. I listan nedanför väljer vi: **Bildskärm**: Bildskärmar, ljusstyrka, nattläge....



2. I alternativet **Skala** står redan vad Windows rekommenderar för just din dator. Om vi klickar med musen på detta alternativ får vi fram en lista med några alternativ.

Om du väljer att använda **175%** inställningen då är viktigt att du säkerställer att alla program stödjer inställningen. Om ett program inte stödjer så pass hög bildskalning då kan vissa delar av fönstret inte vara tillgängliga, t.ex. en OK knapp. Risken av att detta kan hända minskar en hel del om vi väljer att hålla oss till **150%** eller mindre.

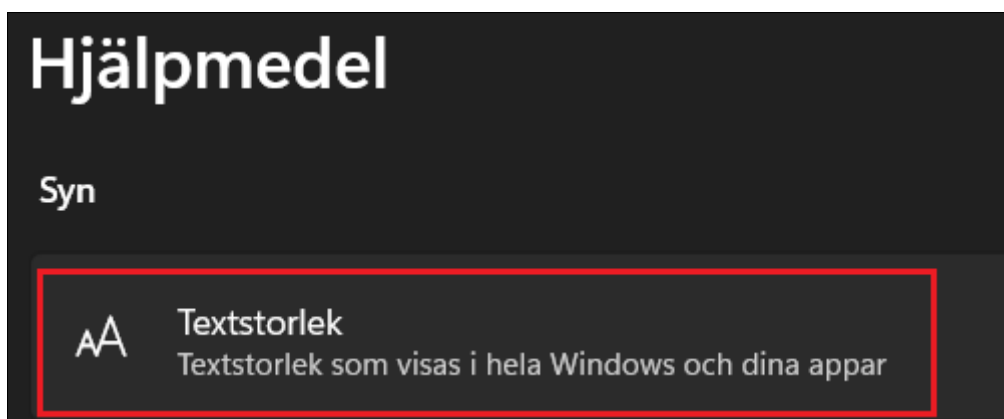


Eftersom det finns också möjlighet för att justera endast textstorleken i Windows, se nästa punkt, då brukar räcka att gå upp till **150%**.

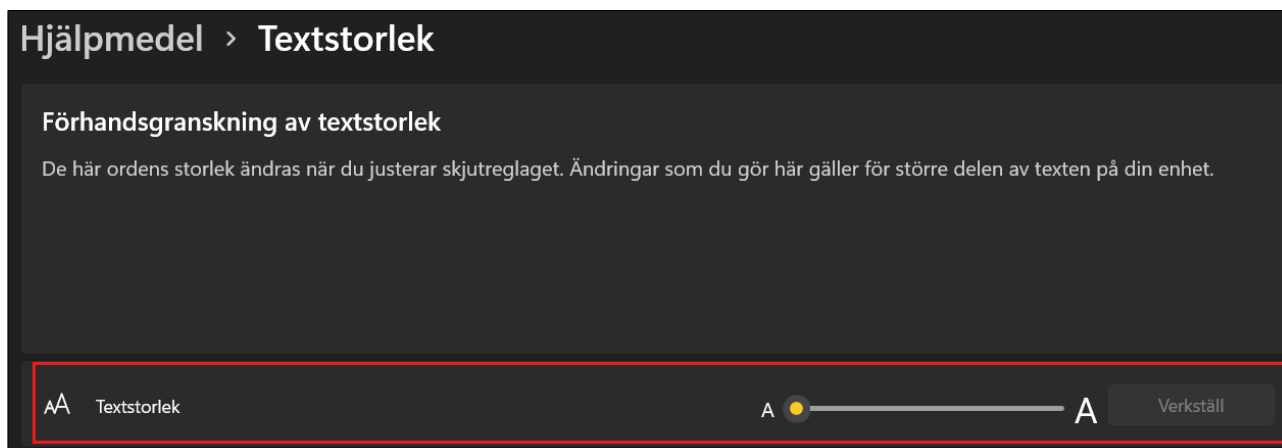
Textstorlek i Windows 11

I Windows 11 kan du välja att reglera textstorleken i menyer och fönster utan att ändra själva bildskalningen. Detta kan ofta vara ett mer passande alternativ när vi endast behöver få själva texten lite större. Om du väljer ändå att justera bildskalningen då rekommenderas att du undersöker också om reglering av textstorleken kan vara behjälplig.

1. Tryck **WINDOWS** och **U** för att ta fram **Hjälpmedel** fönstret, där väljer vi: **Textstorlek**.



2. Nu visas fönstret **Hjälpmedel > Textstorlek**. Här drar vi reglaget för att justera storlek av texten i Windows. Överst på skärmen kan vi förhandsgranska resultat, avsluta med att välja: **Verkställ** knappen.



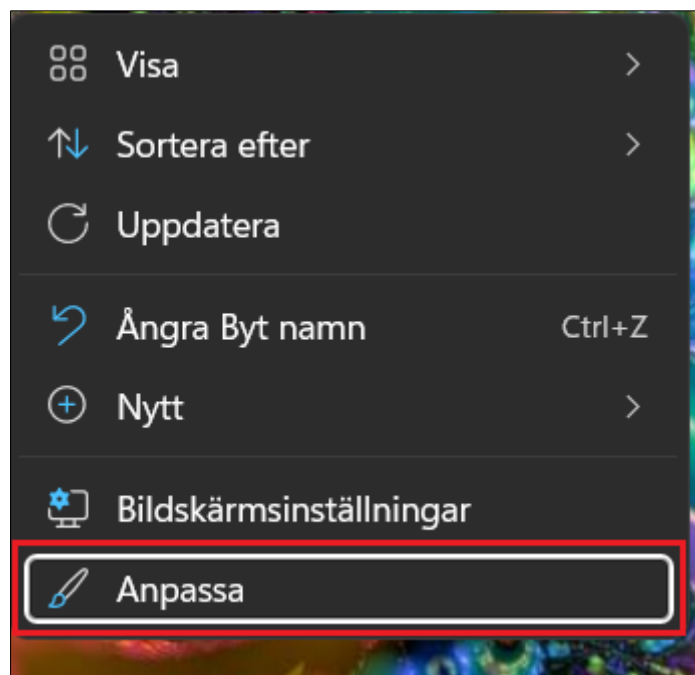
Bakgrund: använd enfärgad bakgrund

Det kan vara svårt att hitta ikoner och läsa ikontext om du använder en färgglad bakgrundsbild (se nedanstående exempel).

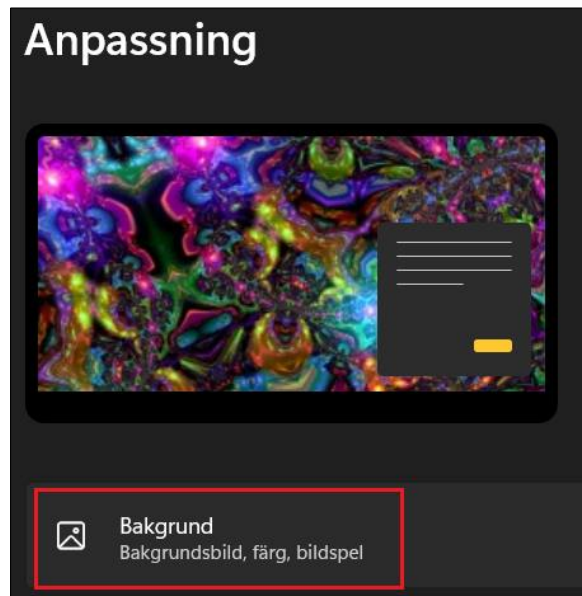


Istället rekommenderas att använda en färg på skrivbordet. För att ändra detta gör du följande:

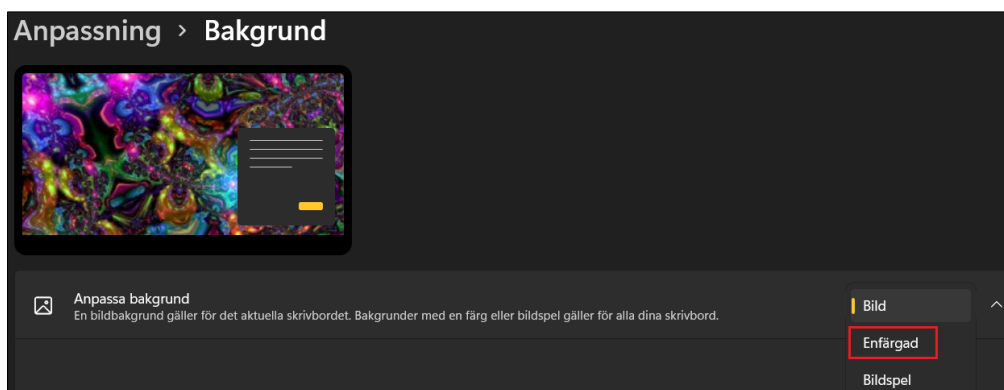
1. Höger klicka på Skrivbordet, i listan som visas väljer vi: **Anpassa**.



2. Nu öppnas fönstret **Anpassning**, här väljer vi alternativet: **Bakgrund, bakgrundsbild, färg ...**



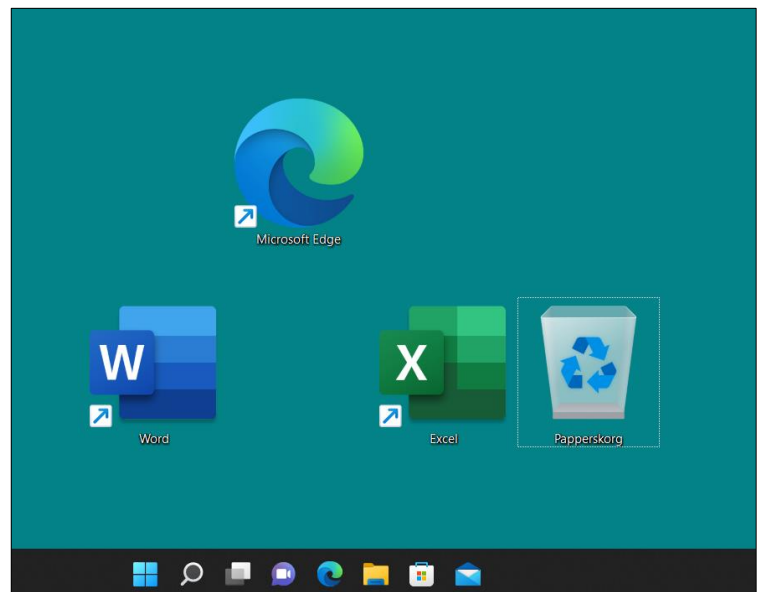
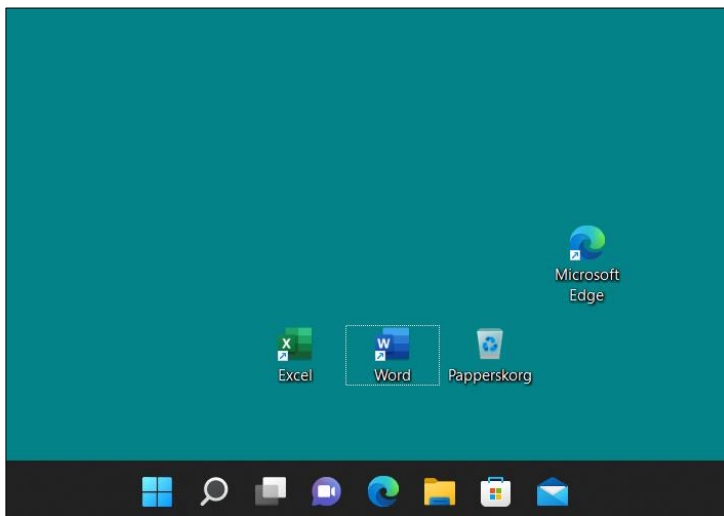
3. I detta fönster väljer vi **"Anpassa Bakgrund"** i listrutan och ändrar inställningen från Bild till Enfärgad:



En mörk bakgrund rekommenderas eftersom det kan vara lugnare för ögonen och även skapar tydligare kontrast. När bakgrunden är ändrad så är den sparad.



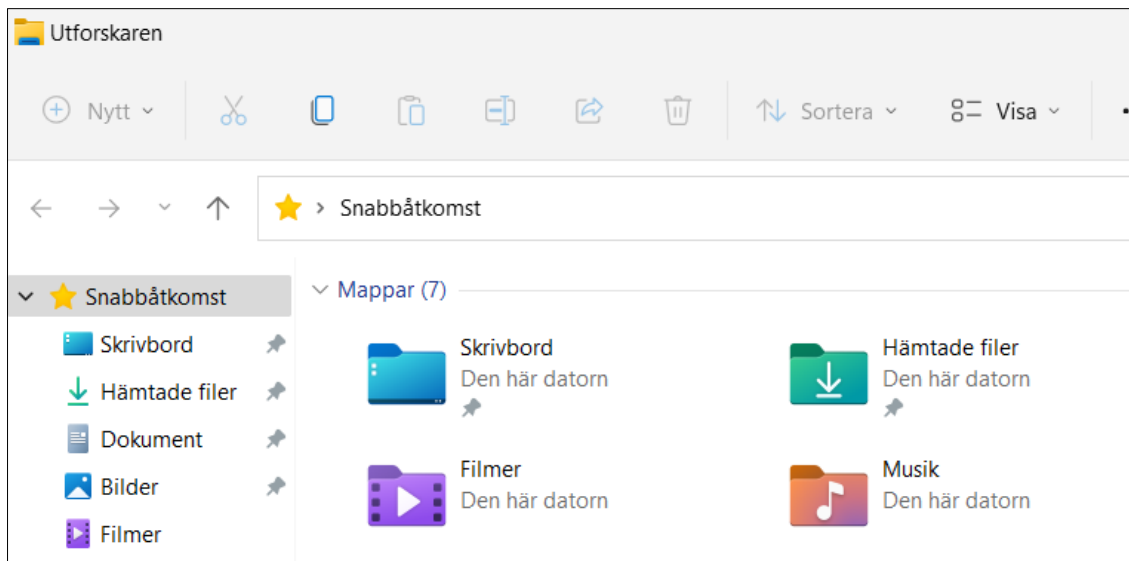
Ikoner



För att justera storleken av ikoner på skrivbordet:
Vänster klicka med musen på skrivbordet följt med
CTRL och rulla upp/ned på mushjulet.

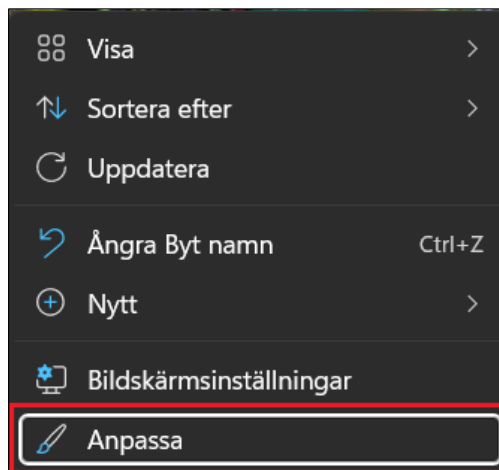
Färg och ljusstyrka

Ljust / Mörkt läge

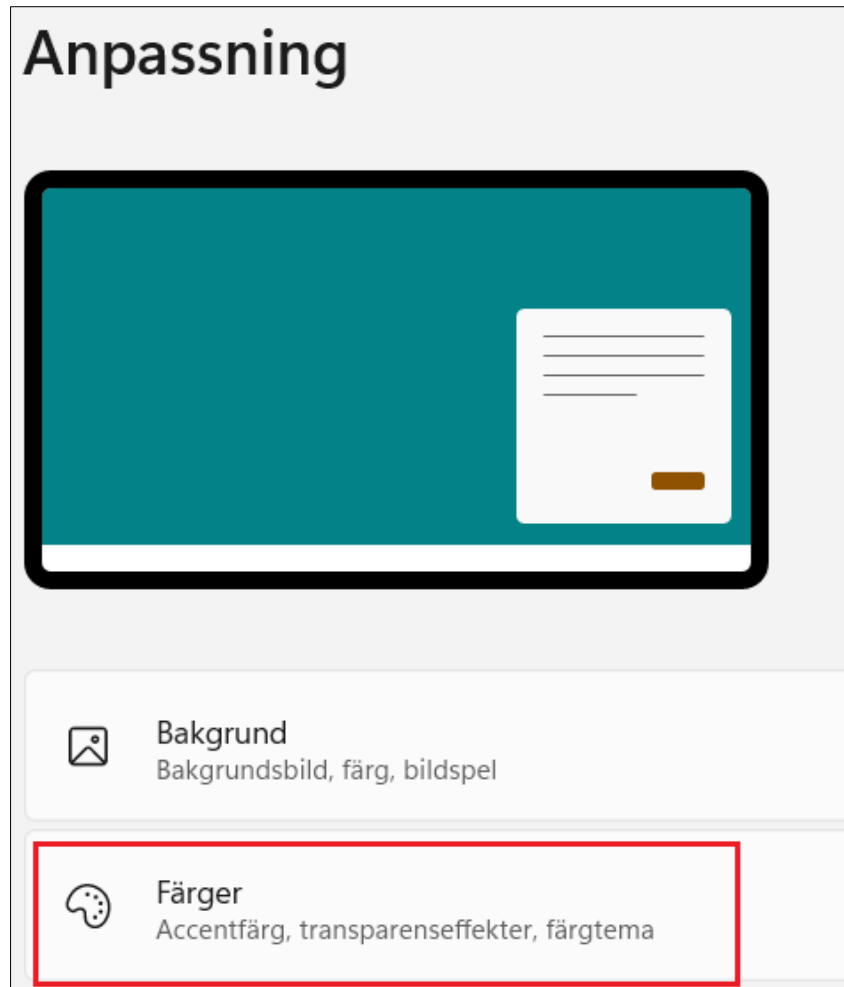


Standardinställning i Windows är ljus bakgrund och svart text. En del upplever att det är lugnare för ögonen med svart bakgrund och vit text istället för standardinställningen. För att ändra denna inställning gör följande:

1. Höger klicka på Skrivbordet med musen och välj: **Anpassa:**



2. I listan nedanför välj: **Färger**:



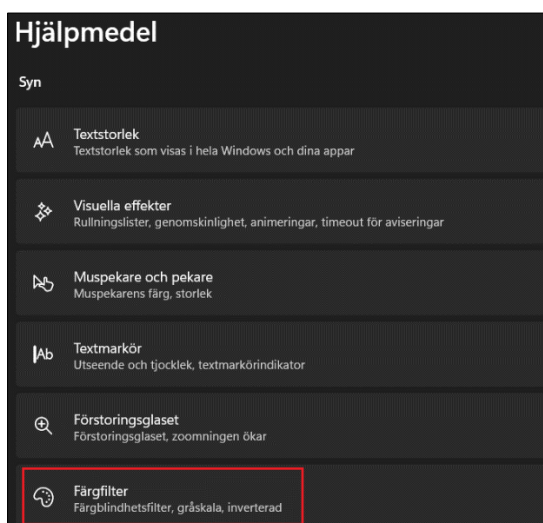
3. I fönstret "**Anpassning > Färger**" finns kombinationsrutan **Välj läge** där du klickar för att välja mellan "**Ljust**" eller "**Mörkt**" läge.



Färgändring med kortkommandon

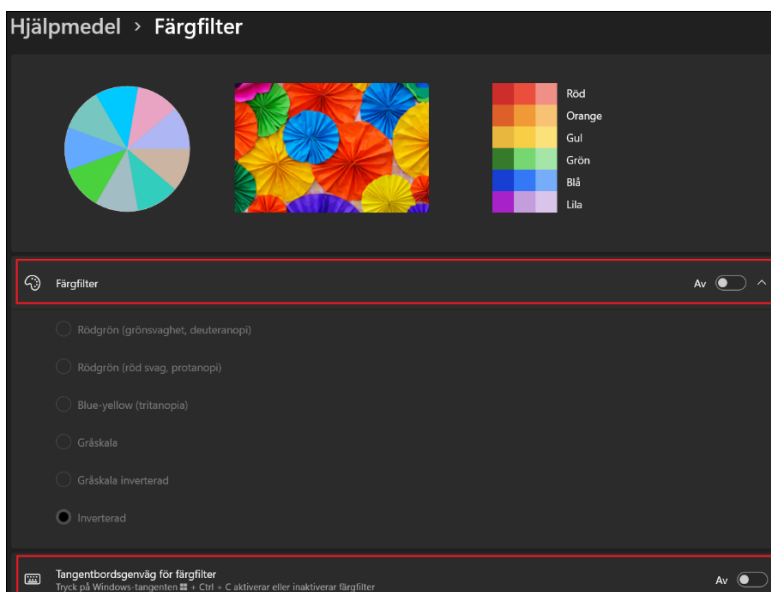
Du kan också ändra färgåtergivning i Windows med kortkommandon. Fördelen med kortkommandon är att du snabbt och enkelt kan aktivera färgändring i Windows gränssnittet vid behov. För att aktivera/avaktivera funktionen med kortkommandon gör följande:

1. Tryck: **WINDOWS-tangenten och U** för att få fram fönstret **Hjälpmedel**. Välj: **Färgfilter**.



2. Slå på **Färgfilter** och välj alternativet: **Inverterad**. Därefter slå på på **Tangentbordsgenväg för färgfilter**. Därmed är möjligt att invertera färger i Windows med kortkommandon:

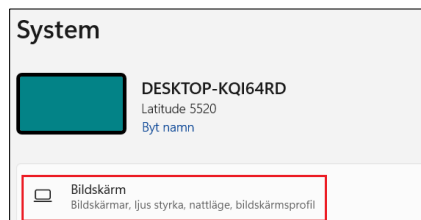
CTRL + WINDOWS + C



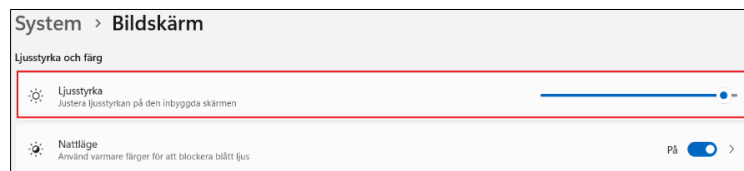
Ljusstyrka / Nattläge

Windows 11 erbjuder möjlighet för att justera ljusstyrkan på skärmen och även funktion som kallas: Nattläge. Nattläge används för att minska blåa ljusstyrkan på skärmen. För användare som är ljuskänsliga kan denna inställning passa bättre jämfört med att endast dra ner ljusstyrkan. Du kan prova vilken inställning passar dig med att göra följande:

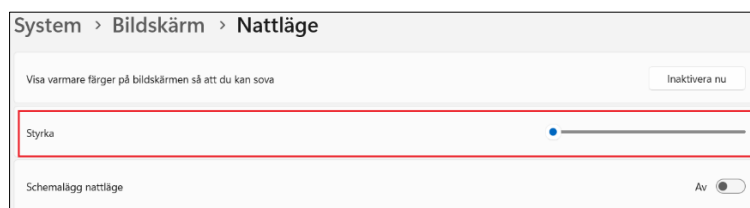
1. Tryck: **WINDOWS-tangenten och I**, för att ta fram fönstret, System. Klicka på: "Bildskärm".



2. Överst i listan hittar du alternativet ljusstyrka, med att dra i reglaget kan du reglera ljusstyrkan på skärmen.



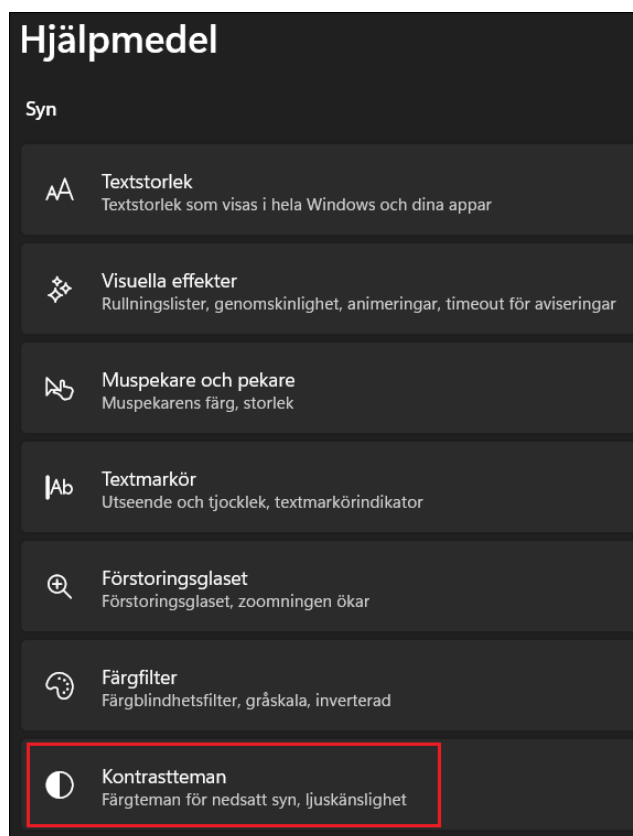
3. För att använda "Nattläge" då börjar vi med att klicka på "På/Av" knappen så att funktionen är aktiverat. Därefter klickar vi själva texten "Nattläge" i listan för att komma till undermenyn var du kan reglera styrkan för "Nattläge".



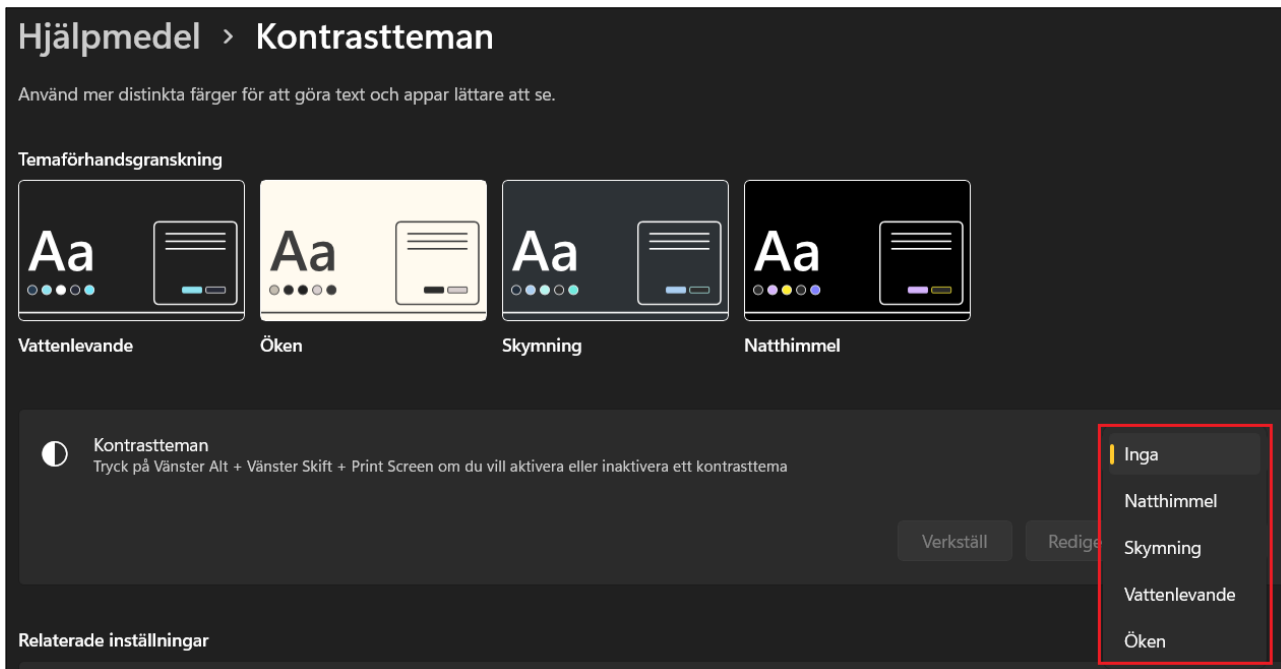
Kontrastteman

Det som tidigare kallades Hög-kontrasttema i föregående Windows versioner kallas **Kontrastteman** i Windows 11. Syftet med denna inställning är att underlätta avläsning av skärmen med användning av mer distinkta färger. Det finns 4 förinställda teman (Natthimmel, Skymning, Vattenlevande, Öken) men du kan även redigera ett tema så att det bättre möter dina behov.

1. Tryck på: **WINDOWS-tangenten och U** för att få fram fönstret **Hjälpmedel**.
2. Välj: **Kontrastteman**:



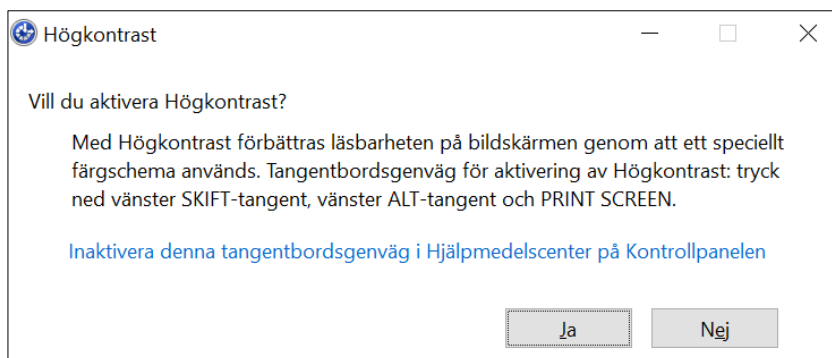
3. Välj tema från menyn **Kontrastteman**. Du kan anpassa teman med att välja **Redigera knappen**. När du är klar trycker du på **Verkställ**.



4. Om du vill aktivera eller inaktivera högkontrastläge på inloggningskärmen väljer du **Hjälpmedel** i det nedre högra hörnet och aktiverar sedan växlingsknappen **Högkontrast**.

5. Du kan aktivera eller inaktivera Kontrastteman från tangentbordet genom att använda kortkommandon

Vänster ALT vänster SHIFT och PRINT SCREEN. När du trycker på kortkommandon visas följande dialogruta:



Här kan du trycka på Enter tangenten eller klicka med musen på "Ja" knappen för att aktivera funktionen.

OBS! Det är inte lämpligt att använda samtidigt Kontrastteman och färgändringsfunktionen som beskrevs på sida 20.

Förstora text: hemsidor, Word dokument eller e-post

I vissa situationer kan det vara tillräckligt att enbart öka storleken på text och grafik lite för att kunna göra den läsbar. Till exempel använder vissa hemsidor ganska liten text och ibland kan du få e-postmeddelande där avsändaren har valt att använda små teckensnitt.

Detta kan du hantera med att öka "zoom"/förstoringsnivån i fönstret. Du gör det på samma sätt i alla lägen var denna funktion är tillgänglig:

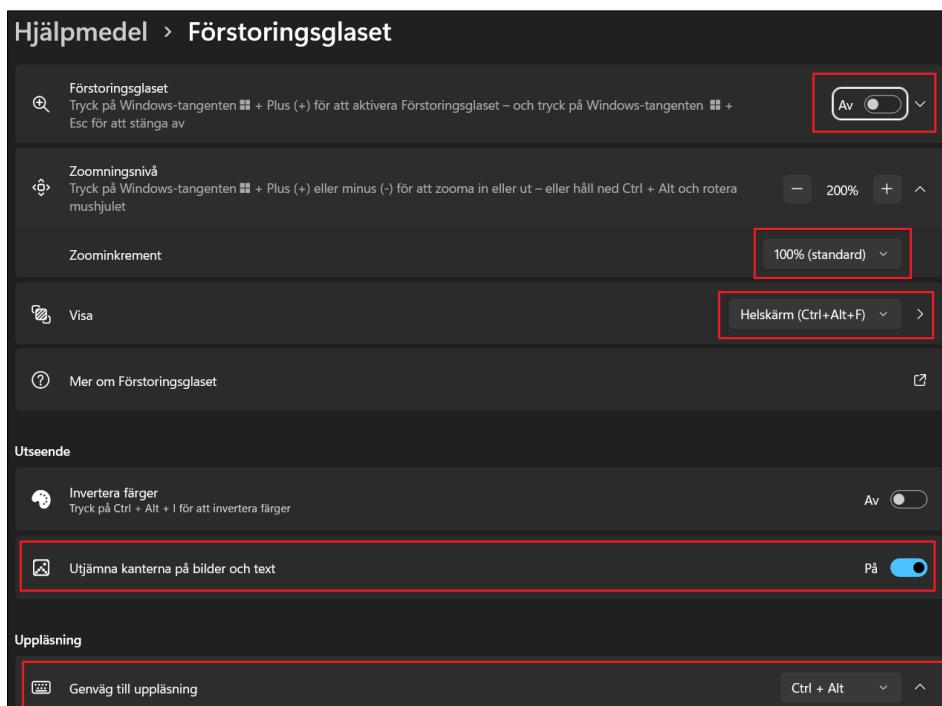
CTRL + skrolla med mushjulet

Förstoringsglaset

Windows Förstoringsglaset förstorar allt som är synligt på bildskärmen. Detta innebär att om visuella anpassningar inte räcker till för dig (bildskalning och ökat textstorlek som tidigare har beskrivits) så kommer du att kunna komplettera med Förstoringsglaset för att lättare hantera din dator. För att komma till inställningar för Windows Förstoringsglaset tryck

CTRL + WINDOWS + M

I Förstoringsglaset fönstret är möjligt justera följande inställningar:



Aktivera eller inaktivera Förstoringsglaset

Om du vill starta Förstoringsglaset med kortkommando, tryck samtidigt **WINDOWS-tangenten och Plus (+)** Tryck samtidigt **WINDOWS-tangenten och ESC** för att stänga det.

Förstoringsnivå

Minska eller öka förstoringsnivån med:

WINDOWS-tangenten och Plus (+) eller
WINDOWS-tangenten och Minus (-).

Du kan också zooma in och ut med musen genom att trycka på **CTRL och ALT** samtidigt och använda mushjulet.

Ändra inställningarna på Förstoringsglaset

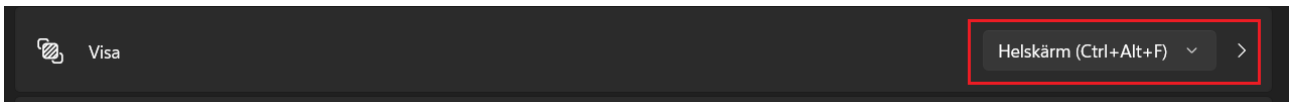
Tryck samtidigt på **WINDOWS-tangenten, CTRL och M** för att komma till Förstoringsglaset's inställningar.

De här sakerna kan du ändra i Inställningar:

- **Zoomningsnivå:** Ändrar förstoringsgraden. När du sätter igång Förstoringsglaset första gången då är zoomnivån inställd på 200%.
- **Zoominkrement:** Ändra värden mellan steg på förstoringsgrad när du ökar eller minskar förstoringen. 100% är standardinställningen, detta innebär att förstoringsnivån hoppar från 2 gångs förstoring till 3 gångs förstoring, osv. Många tycker att detta är lite för stort hopp, 25% - 50% brukar vara lättare att hantera.

Om klickar med musen på översta listalternativet: Förstoringsglaset, då visas två kryssrutor:

- **Starta Förstoringsglaset före inloggning:** Förstoringsglaset startar före inloggning på datorn.
- **Starta Förstoringsglaset efter inloggning:** Förstoringsglaset aktiveras automatiskt när du har loggat in på datorn.
- **Utjämna kanterna på bilder och text.** Gör att kanterna på förstorad text ser mjukare ut när du zoomar in.
- **Visa:** Välj den standardvy som Förstoringsglaset använder när du aktiverar det.



- Om du väljer **Helskärm** alternativet då förstoras hela skärmen vilket innebär att vi inte har samma överblick över hela skärmytan. Helskärm alternativet är ändå det som flesta väljer.
 - Om du väljer **Lins** alternativet visar förstorat rektangel på skärmen, storleken kan vi sedan reglera.
- **Låt förstoringsglaset följa:** här är möjligt att kryssa i följande alternativ: Muspekare, Tangentbordsfokus, Textmarkör och Skärmläsarmarkören. Dessa alternativ är praktiskt att kryssa i för att då följer förstoringen med när du arbetar i olika miljö.
 - **Behåll muspekaren:** Välj mellan att ha muspekaren centrerat på skärmen eller inom kanterna på skärmen.
 - **Behåll textmarkören:** Välj mellan att ha textmarkören centrerat på skärmen eller inom kanterna på skärmen.

Talstöd

Svenska rösten "Bengt"

I Windows 11 finns en talsyntes med svensk röst som heter: "Bengt". Denna talsyntes kan användas på några olika sätt. Till exempel:

- Tillsammans med Windows Skärmläsaren.
- För uppläsning av text när Förstoringsglaset är på.

Om din Windows version är på svenska så kommer rösten "Bengt" vara standard-rösten som används när du aktiverar talstöd eller Windows Skärmläsaren.

I Windows 11 har du också möjligheten till att installera flertals olika röster på andra språk. Detta är enklast att göra med att trycka på:

CTRL + WINDOWS + N

för att komma till **Hjälpmedel > Skärmläsaren** och i det fönstret väljer vi **Lägg till röster**.

Uppläsning när du använder Förstoringsglaset

I Windows 11 är det möjligt att aktivera uppläsning av text med kortkommandon och musklick när Förstoringsglaset är påslaget. Användaren får då hålla kortkommandon nedtryckt och vänster-klicka med musen på ordet var läsningen ska börja. Med denna metod kan du få text uppläst på hemsidor, i textdokument eller när du läser e-post. Standard kortkommandon är: **CTRL + ALT** men detta är möjligt att ändra på följande sätt:

Tryck **CTRL + WINDOWS + M** för att komma till **Hjälpmedel > Förstoringsglaset**. Vid alternativet **Genväg till uppläsning** kan du välja från listan andra tangenter, CAPSLOCK och/eller INSERT.

Följande kortkommandon kan användas för att styra uppläsningen:

- **Läs upp från muspekaren: Kortkommandon + vänster musklick på ordet**
- **Starta, pausa och återuppta uppläsning: Kortkommandon + Enter**
- **Avbryt uppläsning: Valfri tangent**
- **Läs upp föregående mening: Kortkommandon + H**
- **Läs upp nästa mening: Kortkommandon + K**

Reglera talhastighet:

1. Aktivera Förstoringsglaset med **WINDOWS och +**
2. Klicka på kugghjulet längst till höger i Förstoringsglasets kontrollpanel.
3. Nu visas en meny var du kan dra reglaget under rubriken Hastighet.

Röstinmatning (diktering)

Från och med v23H2 är nu möjligt att diktera text på svenska i textfält.

För att aktivera röstinmatning, tryck: **WINDOWS + H**

För att stoppa röstinmatningen, tryck: **ESC**

Röstinmatningen fungerar i alla Microsoft programvaror, till exempel i E-post appen och Office. Detta innebär att nu är möjligt att diktera ditt e-postmeddelande i stället för att behöva skriva det.

Microsoft Edge webbläsaren

Microsoft Edge webbläsaren är baserad på Chrome webbläsaren från Google och innehåller många liknande funktioner som Google Chrome webbläsaren erbjuder. Denna webbläsare rekommenderas på grund av att den stödjer både inbyggda hjälpmedel i Windows och dem datorhjälpmedel som förskrivs av Syncentralen.

Kortkommandon

System	WINDOWS + I
Hjälpmedel.....	WINDOWS + U
Justera storlek av ikoner/text	CTRL + skrolla
Färgfilter av/på.....	CTRL + WINDOWS + C
Kontrastteman	Vänster ALT + Vänster SHIFT + PRTSCR
Förstoringsglas på	WINDOWS + Num plustangent
Förstoringsglas av	WINDOWS + ESC
Förstoring – öka	WINDOWS + Num plus.
Förstoring – minska	WINDOWS + Num minus.
Förstoring – öka/minska	CTRL + ALT + skrolla
Hjälpmedel > Förstoringsglaset	WINDOWS + CTRL + M
Läs med muspekaren.....	CTRL + ALT + V-musklick
Starta/Pausa uppl.....	CTRL + ALT + ENTER
Avbryt uppläsning.....	Valfri tangent
Föregående mening.....	CTRL + ALT + H
Nästa mening.....	CTRL + ALT + K
Röstinmatning	WINDOWS + H
Stoppa röstinmatning.....	ESC

Senast uppdaterat 2025-05.