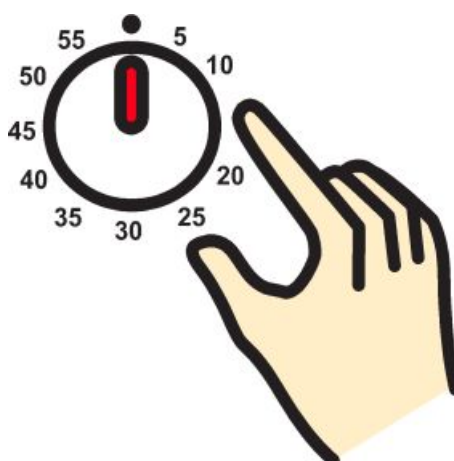




Tips på timer-appar



Appar som hjälper dig att
hålla koll på tiden

Innehåll

Vad är en timer-app?	2
Grafisk visning med punkter eller stapel	3
Grafisk visning med urtavla	5
Visning kopplad till specifik aktivitet.....	7
Övriga tydliga eller roliga timers	8
Guidad åtkomst	9

Vad är en timer-app?

Många människor, både vuxna och barn, personer med eller utan funktionsnedsättningar, använder sig av appar för att underlätta vardagen. I din hand har du ett urval av konsument-appar. Dessa appar kan vara ett särskilt stöd för att förstå och förhålla sig till tid genom att visa att tiden går.

Vad är det här?



Rutan med svart och vitt mönster här ovan är en QR-kod. QR-koder är ett sätt att hitta till en specifik webbsida. QR-koden innehåller helt enkelt webbadressen och du slipper söka i Appstore, Google Play eller skriva in en lång webbadress. Vi har lagt in sådana i broschyren för att det ska vara lätt att hitta till rätt app.

För att kunna använda dig av QR-koderna måste du först ladda ner en QR-kodsläsare (en app för att läsa QR-koder). När du har gjort det startar du QR-kodsläsaren i din surfplatta/ smartphone och riktar kameran mot QR-koden i broschyren och då öppnas Appstore/ Google Play och du dirigeras till rätt app där. Observera att du inte gör något köp i och med att du scannar QR-koden, du bara öppnar rätt sida i Appstore/Google Play där du kan läsa mer om appen. För att köpa appen måste du aktivt genomföra köpet i Appstore/Google Play.

Tips på appar för att läsa QR-koder

QR Reader for iPhone (finns gratisversion) QR Code Reader (Android) (gratis)



Vilken version av operativsystem fungerar appen med?

När vi anger vilken version av operativsystemet (iOS, Android eller Windows) som appen fungerar med är det oftast den eller senare versioner. Om något annat gäller, t ex att appen inte fungerar med nyare operativsystemsversioner, anges det.

Grafisk visning med punkter eller stapel

Timstock		
	<p>Visuell timer med stegvis nedräkning av tid. Tid kvar visas som en mängd ljusprickar som slocknar allteftersom tiden går. När inställd tid är slut ljuder en signal. Visnings sättet kan jämföras med hjälpmedlet Timstock. Appen har fyra "sidor". På varje sida finns fyra knappar i olika färg med olika tidsinställning. På den första sidan finns en, två, tre och fyra minuter; på andra sidan fem, tio, femton och tjugo minuter; på tredje sidan 40, 60, 80 och 100 min. På den fjärde sidan kan man ställa knapparna på valfria tidsperioder. Vissa inställningar kan göras, t ex visa digital klocka eller ej, ändra/ta bort ljudsignal, vibrera eller ej. Timertiden avbryts genom att man trycker på två knappar samtidigt.</p> <p>Kommentar: Enkel avskalad visuell timer. Kan vara bra som komplement till den som använder produkten Timstock. För- och nackdelar med att i samma app ge möjlighet till flera olika sidor = tidslängd. En nackdel kan vara att inställningsmöjligheten inte kan döljas.</p>	<p>App store</p> 
<p>Version: Pris: Fungerar till:</p>	<p>1.8 12:- iOS 8.0 iPhone, iPad, iPod touch</p>	 App Store
Visuell timstock		
	<p>Visuell timer med stegvis nedräkning av tid. Tid kvar visas som en mängd ljusprickar som slocknar allteftersom tiden går. När inställd tid är slut ljuder en signal. Det finns fyra knappar i olika färg med olika tidsinställning. Tidsintervallet kan ändras genom att trycka på den grå knappen i mitten.</p> <p>Kommentar: Inställningar som kan göras i gratisversionen är att ändra tidsintervall på knappar. I premiumversionen finns fler inställningar t ex larmljud och byte av färg.</p>	<p>Google Play</p> 
<p>Version: Pris: Fungerar till:</p>		<p>1.0.7 / premium 1.08 Gratis / 34:- Android 2.3.3 och senare</p>
		 Google Play

Autism Timer



Visuell timer med stegvis nedräkning av en förinställd tid. Tid kvar visas som fyllda rader, först visas allt grönt, sedan gult och sist rött. Fälten minskar i antal stegvis. När tiden är slut ljuder en kort signal.

Timern slutar att räkna ner om man stängt ner appen.

Kommentar:

Det krävs flera knapptryckningar för att starta timern.

App store



Version:

2.2

Pris:

35:-

Fungerar till:

iOS 8.0

iPhone, iPad, iPod touch



App Store

Grafisk visning med urtavla

Time Timer			
	<p>Visuell timer med nedräkning av tid. Tid kvar visas på en urtavla som ett färgat tidsfält som minskar i storlek medurs. När tiden är slut ljuder en signal. Urtavlan kan vara med eller utan siffror och med 0-55 min visning eller 1-12 visning. Tiden kan ställas på två sätt: genom att man drar tidsfältet till önskad timertid eller att man väljer en förinställd timertid. Upp till fyra förinställda timertider kan visas samtidigt.</p> <p>Få inställningar kan göras t ex färg på tidsfältet, ljud eller ej, vibration eller ej.</p> <p>Kommentar: Instruktioner är på engelska. Det finns för- och nackdelar med att visningen kan se olika ut och att tidsinställningen kan göras flexibelt. Finns även som datorprogram.</p>	<p>App store</p> 	<p>Google Play</p> 
<p>Version: Pris: Fungerar till:</p>	<p>3.3.6 35:- iOS 10.3 iPhone, iPad, iPod touch</p>	 <p>3.0.3b1024 7:- Android 4.4 och senare</p>	 <p>Google Play</p>
Visual Timer – Countdown			
	<p>Visuell timer med nedräkning av tid. Tid kvar visas på en urtavla som ett färgat tidsfält som minskar i storlek moturs. När tiden är slut ljuder en signal. Nedräkning av aktiviteter upp till 1 timme. Tiden kan ställas på två sätt: genom att man drar tidsfältet till önskad timertid eller att man väljer en förinställd timertid. Går att göra inköp i appen.</p> <p>Kommentar: Inställningar görs på engelska.</p>	<p>Google Play</p> 	 <p>Google Play</p>
<p>Version: Pris: Fungerar till:</p>		<p>2.2 Gratis Android 5.0 och senare</p>	 <p>Google Play</p>

Visual Timer



Visuell timer med steglös nedräkning av tid. Tid kvar visas på en urtavla som ett färgat tidsfält som minskar i storlek, möjlighet att välja medurs eller moturs finns. När tiden är slut ljuder en signal och säger times up. Nedräkning av aktiviteter upp till 1 timme. Tiden kan ställas på två sätt: genom att man drar tidsfältet till önskad timertid eller att man väljer en förinställd timertid.

Kommentar:

Inställningar görs på engelska.

App Store



Google Play



Version:

Pris:

Fungerar till:

1.0.11

Gratis

iOs 10.0

iPhone, iPad, iPod touch



App Store

1.4









Gratis

Android 4.1
och senare








Google Play

Visning kopplad till specifik aktivitet

Happy Kids Timer – Morning & Evening Chores		
	<p>Förvalda 10 min timers kopplad till morgon och kvällsrutin. Belöning i form av stjärna efter varje moment. Timer för tandborstning.</p> <p>Kommentar: Appen är på engelska.</p> <p>Vid köp i app kan inställningar göras, tex ändring av tid på timer.</p>	<p>App Store</p>  <p>Google Play</p> 
<p>Version: Pris: Fungerar till:</p>	<p>2.1.1 Gratis iOS 10.0 Phone, iPad, iPod touch</p>  <p>App Store</p>	<p>2.1.0 Gratis Android 4.4 och senare</p>  <p>Google Play</p>
Brushing and whitening teeth		
	<p>Timer för tandborstning med bildinstruktion. Möjlighet finns att ställa dagliga påminnelser med ljud.</p> <p>Kommentar: Instruktioner är på engelska. Reklam i gratisversionen.</p>	<p>Google Play</p> 
<p>Version: Pris: Fungerar till:</p>		<p>1.10 Gratis / 15:- Android 4.0 och senare</p>  <p>Google Play</p>

Övriga tydliga eller roliga timers

Childrens Countdown Timer – Visual Timer For Kids			
	<p>Visuell timer med nedräkning av en förinställd tid. Tid kvar visas på en urtavla som ett färgat tidsfält som minskar i storlek medurs. När tiden är gått ut visas förvald bild. Valbart auditivt stöd för att tiden går, ges i form av ett tickande ljud.</p> <p>Kommentar: Reklam i gratisversionen.</p>	App Store 	
		Google Play 	
Version: Pris: Fungerar till:	3.4.1 Gratis iOS 9.0 iPhone, iPad, iPod touch	 App Store	3.2 Gratis Android 4.4 och senare  Google Play

Guidad åtkomst

I en läsplatta eller telefon är det lätt att klicka sig till hemskärmen eller att byta app. I alla iPhones och iPads finns en funktion som kallas guidad åtkomst. Med hjälp av den kan du låsa telefonen till en viss app eller en del av en app. Det gör att man "stannar" i appen antingen tills någon låser upp begränsningen eller tills tiden gått ut, om man ställt en specifik tid. När tiden gått ut låser sig telefonen helt tills en slår in koden.

1. Gå till: Allmänt>Hjälpmedel>Guidad åtkomst (ska vara på)
2. Ställ in önskat lösenord.
3. Gå tillbaka till hemskärmen och välj app och tryck snabbt tre gånger på Hemknappen > välj Starta > skriv lösenordet

Om du vill ställa in en begränsad tid då användaren är låst till en viss app klickar du på "alternativ" längst ner till vänster. Du kan då välja hur lång tid begränsningen ska vara aktiverad.

För att avsluta appen: tryck snabbt tre gånger på Hemknappen och skriv in lösenordet> tryck på "Sluta".

Obs!

Denna broschyr innehåller ett **urval** av appar som personal på Habiliteringens resurscenter har sammanställt. Vi ger ingen garanti för att sammanställningen är heltäckande, det går säkert att hitta mer inom området.

Apparnas innehåll, version och pris kan ändras och uppdateras och ibland också sluta fungera. Vi uppdaterar kontinuerligt informationen och senaste versionen av sammanställningen finns att ladda ner från vår webbsida.

www.habilitering.se/resurscenter