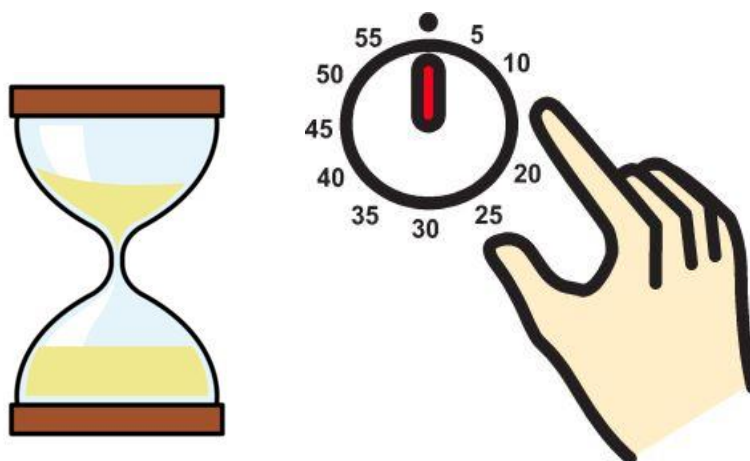




**StoCKK**

Stockholm Center för Kommunikativt och Kognitivt stöd

# Tips på timer-appar



Appar som hjälper dig  
hålla koll på tiden

# Timer-appar

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 de.

# 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. Visningssättet kan jämföras med hjälpmedlet Timstocken. Appen har fyra "sidor". På varje sida finns 4 knappar i olika färg med olika tidsperiod. På sida 1 finns 1, 2, 3, 4 min; sida 2: 5, 10, 15, 20 min; sida 3 40, 60, 80, 100 min. På sida 4 kan man ställa knapparna på valfria tidsperioder. Timern fortsätter att fungera även om man stängt appen (men inte nollställt). 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><b>Kommentar:</b> 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><b>Version:</b> <b>Pris:</b> <b>Fungerar till:</b></p>	<p>1.7 10:- iOS 5.0 iPhone &amp; iPad</p>	 App Store
Tim(mer) Stock		
	<p>Visuell timer med steglös nedräkning av tid. Tid kvar visas som en ljusstapel som slocknar allt allteftersom tiden går. När tiden är slut ljuder en signal. Det finns fyra knappar i olika färg med olika tidsperiod. Som standard är det 5, 10, 15, 20 min. Knapparnas tid kan ställas om. Allt över 20 minuter ser likadant ut. Timern fortsätter att fungera även om man stängt appen (men inte nollställt). Få inställningar kan göras: ändra tidsintervall på knapparna och ta bort ljudsignal. Timertiden avbryts genom att man aktiverar Inställningsläget och väljer <i>Återställ nedräkning</i>.</p> <p><b>Kommentar:</b> Enkel och avskalad visuell timer. Valet av tidsintervall ser ut som på produkten Timstocken men visningssättet är annorlunda. Kan vara en fördel att inställningsläget är dolt.</p>	
<p><b>Version:</b> <b>Pris:</b> <b>Fungerar till:</b></p>	<p>1.0.1 GRATIS Android 2.2 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.



**Version:**

2.1

**Pris:**

30:-









**Fungerar till:**

iOS 7.0 iPhone & iPad



App Store

# Grafisk visning med urtavla

Time Timer		
	<p>Visuell timer med steglös nedräkning av tid. Tid kvar visas på en urtavla som en färgad tårtbit som minskar i storlek medsols. När tiden är slut ljuder en svag signal. Urtavlan kan vara med eller utan siffror och med 0- 55 min visning eller 1-12 visning. Timern fortsätter att fungera även om man stängt appen (men inte nollställt). Tiden kan ställas på två sätt: genom att man drar "tårtbiten" till önskad timertid eller att man väljer en förinställd timertid. Upp till fyra förinställda timertider kan visas samtidigt. Få inställningar kan göras t ex färg på "tårtbiten", ljud eller ej, vibration eller ej. Finns även som datorprogram.</p> <p><b>Kommentar:</b> Gränssnittet är något rörigt. Instruktioner är på engelska. Det finns för- och nackdelar med att visningen kan se olika ut och att tidsinställningen kan göras flexibelt. En fördel är att tiden räknas ner åt samma håll som produkten Time Timer.</p>	 iOS  Android
<p><b>Version:</b> <b>Pris:</b> <b>Fungerar till:</b></p>	<p>3.1.2 30:- iOS 8 iPhone &amp; iPad</p>  <p>App Store</p>	<p>2.2.6 7:04 sek Android 3.0</p>  <p>Google Play</p>
Kids Timer		
	<p>Visuell timer med steglös nedräkning av tid. Tid kvar visas på en urtavla som en färgad tårtbit som minskar i storlek motsols. När tiden är slut ljuder en svag signal. Det finns två förinställda timertider: 12 minuter (blå urtavla) och en timme (röd urtavla). När en förinställd tid valts kan man dra tårtbiten till önskad tid. Timern slutar att räkna ner om man stängt ner appen = man får börja från början. I gratisversionen kan inga inställningar göras.</p> <p><b>Kommentar:</b> Reklamen är störande och kan dra uppmärksamheten åt fel håll. Knapparna med val Start, 12 min och 1h är på engelska. Det är svårt att ställa in en exakt tid. En nackdel kan vara att tiden minskar motsols vilket kan bli rörigt för personer som är vana vid t ex hjälpmedlet Time Timer.</p>	
<p><b>Version:</b> <b>Pris:</b> <b>Fungerar till:</b></p>	<p>2.1 GRATIS/11:50 Android 2.3</p>	 <p>Google Play</p>

## Activity Timer – Productivity



Visuell timer. Nedräkning av aktiviteter upp till 24 timmar. När det är 2/3 av tiden kvar byter den färg till gult och när det är 1/3 kvar av tiden så byter den färg till rött. Tiden minskar motsols.

**Kommentar:**

En fördel med denna timer är att olika förinställda timertider kan förberedas och visas som en lista med text. En nackdel kan vara att tiden minskar motsols vilket kan bli rörigt för personer som är vana vid t.ex. Time Timer.



**Version:**

2.21

**Pris:**

13:88

**Fungerar till:**

Android 2.2



Google Play

## Lotus



Visuell timer med steglös nedräkning av tid. Tid kvar visas på en urtavla som en grön tårtbit som minskar i storlek motsols. När tiden är slut ljuder en svag signal. Timertiden ställs in genom att man drar "tårtbiten" till önskad tid. Tiden visas samtidigt med siffror. När tiden är slut ljuder en signal – tills man stänger av appen. Timern slutar att räkna ner om man stängt ner appen.

**Kommentar:**

Enkel och ren timer. Ingen möjlighet att använda förinställda timertider. Inga inställningsmöjligheter.



**Version:**

1.0

**Pris:**

10:-





**Fungerar till:**

iOS 3.1.2 iPhone & iPad









App Store

# Visning kopplad till specifik aktivitet

Toothbrush Timer		
	<p>Timer för tandborstning med engelsk text. Hjälper barnet att borsta samtliga tänder och kan hjälpa till att hålla koll på när det är dags att byta tandborste. Piper vid byte av borstad tandrad.</p> <p><b>Kommentar:</b> Lite otydlig bild på munnen. Kan vara svår att tolkas av yngre barn.</p>	
<p><b>Version:</b> <b>Pris:</b> <b>Fungerar till:</b></p>	<p>1.2 GRATIS iOS 4.2 iPhone &amp; iPad</p>	 App Store
Brushy – Teeth brushing timer		
	<p>Timer för tandborstning.</p> <p>Visar med ett foto var man ska borsta och hur lång tid som är kvar. Munnen delas upp i fyra delar, varav den del som är aktuell att borsta i "lyses upp". Timern avstannar när man går ur programmet.</p> <p><b>Kommentar:</b> Kan upplevas som konstigt att munnen presenteras i en "uppläkt" läge.</p>	
<p><b>Version:</b> <b>Pris:</b> <b>Fungerar till:</b></p>	<p>1.3 GRATIS Android 1.5</p>	 Google Play
Child Silence Timer		
	<p>Timer i form av ett spel där man tränar på att vara tyst för att inte väcka en hund som sover. Går ut på att förälder och barn sitter tysta tillsammans. Utvecklat som ett alternativ till verbal tillsägelse för utagerande barn i till exempel sociala situationer</p> <p><b>Kommentar:</b> Ej att rekommendera för barn med hundrädsla, då en ilsken hund skäller.</p>	
<p><b>Version:</b> <b>Pris:</b> <b>Fungerar till:</b></p>	<p>1.2.1 20:- iOS 6.0 iPhone &amp; iPad</p>	 App Store

# Övriga tydliga eller roliga timers

Timer +		
	<p>Enkel "vanlig" timer med möjlighet att välja förinställda timertider kopplade till en aktivitet t ex koka ägg. Valen visas i text. Timern pausar när man går ur programmet och fortsätter när man går in igen.</p> <p><b>Kommentar:</b> Det kan vara en fördel att flera timrar kan ställas samtidigt. Reklam i nederkanten kan upplevas som störande.</p>	
<p><b>Version:</b> <b>Pris:</b> <b>Fungerar till:</b></p>	<p>2.3 GRATIS iOS 7.0 iPhone &amp; iPad</p>	 App Store
Bomb Timer		
	<p>Enkel timer med visuell och auditiv feedback. När tiden ställts in aktiveras eld på stubinträden och bomben exploderar när den aktuella tiden nåtts.</p> <p><b>Kommentar:</b> Passar bäst för kortare tidsintervaller, under 5 minuter för att tidens gång ska bli synlig. Reklam i nederkanten kan upplevas störande.</p>	
<p><b>Version:</b> <b>Pris:</b> <b>Fungerar till:</b></p>	<p>1.3 GRATIS iOS 4.0 iPhone &amp; iPad</p>	 App Store



## 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 StoCKK 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/stockk](http://www.habilitering.se/stockk)



**StoCKK**

Stockholm Center för Kommunikativt och Kognitivt stöd