



Handi
For at livet skal fungere



ABILIA



Handi er et hjelpemiddel for kognitiv støtte i hverdagen. Handi hjelper deg å få struktur på dagen og på dine rutiner.

Handi er et hjelpemiddel for deg som trenger hjelp med tid og planlegging. Kanskje går du glipp av viktige ting fordi du glemmer hva du skal gjøre, eller fordi du er opptatt med noe annet. Kanskje planlegger du for mye eller for lite, fordi du feilvurderer hvor mye tid du har til disposisjon. Du syns kanskje det er vanskelig å bruke en vanlig klokke eller at det er slitsomt å lese. Hvis du kjenner deg igjen i noe av dette, kan Handi hjelpe deg å gjøre livet litt enklere.

I denne brosjyren kan du lese mer om hva som inngår i Handi.



PLANLEGG DIN TID

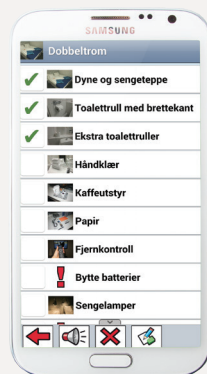
Med kalenderen får du oversikt over dagen, uken og måneden din. Du får alarm ved aktivitetenes start og sluttidspunkt. Det er enkelt å legge inn aktiviteter i Handi. Hvis du ønsker det, kan du bruke bilder og få tekst opplest med talesyntese.

Du kan koble snarveier til aktivitetene, for eksempel en instruksjonsvideo, en veibeskrivelse eller et telefonnummer. På denne måten får du informasjonen du trenger direkte når aktiviteten starter, og du slipper å lete. Kalenderen er sentral i Handi og hjelper deg å holde oversikt over din hverdag.

STRUKTURERE DINE AKTIVITETER

Sjekklister brukes av mange for å strukturere og få oversikt over hva som skal gjøres. I tillegg til å være en hukommelsesstøtte, kan de også bidra til økt mestring og motivasjonen, det føles godt å kunne krysse av det man har gjort.

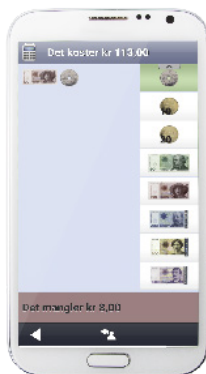
Å bruke sjekklister i Handi er enkelt og oversiktlig. Du kan bruke bilder fra bildearkivet, legge inn dine egne bilder eller bare bruke tekst. Du kan få teksten opplest med talesyntese og du kan koble sjekklister direkte til aktiviteter i kalenderen.



HOLD ORDEN PÅ PENGENE

Noen ganger kan det være vanskelig å holde kontroll på pengene når man er ute og handler. Prisregneren viser tydelig hvilke sedler og mynter du kan bruke, hvor mange av hver du behøver og den regner ut summen for deg imens du er i butikken. Du får svar på spørsmål som "Har jeg nok penger med meg?" og "Hvor mye skal jeg få tilbake?"

En tydelig guide, talestøtte og bilder på mynter og sedler gjør det enkelt bruke Prisregneren. Ved for eksempel en utenlandsreise kan du endre dette til andre valutaer.





FOR AT DU SKAL FØLE DEG TRYGG

Kriseplan er en trygghetsfunksjon for den som risikerer å bli akutt syk eller komme i en situasjon som oppleves som vanskelig. Med kriseplan får du umiddelbart råd om hva du skal gjøre og hvem du skal kontakte.

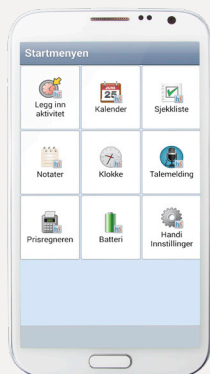
Med kriseknappen kan du sende en krise SMS. Den kan også inneholde en kartlink som viser hvor du er, slik at det blir enklere å finne deg. Du kan ha alternative kriseplaner avhengig av dag og tid, og hvilken hjelp som er tilgjengelig i dine omgivelser.

Kriseplan er en ekstra trygghet når du trenger hjelp.

VERKTØY TIL SELVHJELP

Skjema er et verktøy for selvhjelp. Kanskje ønsker du å sjekke om du har stresssymptomer og i så fall få råd om hvordan du kan minske stresset. Kanskje vil du trene på å spise regelmessig og blir motivert av å følge med på hvordan det går. Kanskje trenger du hjelp med å ta initiativ til flere sosiale aktiviteter.

Med Skjema kan du lage dine egne spørreskjema og få hjelp til å ta en beslutning. I Skjemasvar ligger dine svar tilgjengelig også i etterkant.



ØVRIG STØTTE

Det finnes mange flere funksjoner i Handi enn de som er beskrevet ovenfor. Det enkle Handi grensesnittet gjør at du kjenner deg igjen og kommer lettere igang.

- Handi Startmeny: Innebygd startskjerm som forenkler og avgrenser slik at du bare har tilgang til det du trenger.
- Album: Steg-for-steg instruksjoner med bilde, tekst og talestøtte.
- Notater og Talemeldinger: Lett å taste eller lese inn
- Prisregneren: Konkretiserer hva du skal betale og få igjen
- Musikk og Spill
- Kalkulator, Telefon, Kontakter, SMS og MMS.



MYABILIA

myAbilia er en webtjeneste for personer som bruker Handi, og som gjør det mulig å håndtere Handi fra datamaskinen. Du kan gjøre det på egen hånd eller få hjelp av utvalgte støttepersoner. Med myAbilia kan du håndtere kalender, bilder og sjekklister. Du kan også lage maler for aktiviteter og tidsangivelser slik at det blir enda enklere og raskere å legge dem direkte inn i Handi.

Du må ha internettilkobling for å kunne synkronisere Handiapparatet med din myAbiliakonto. Det får du via din mobilabonnement eller wifi. Ettersom myAbilia er utviklet med moderne teknologi er det kun en liten mengde data som trenger å oppdateres, og da kun ved behov.

Handi fungerer selv om den ikke er koblet til internett.



KALENDERAPPLIKASJON

HandiKalender er en applikasjon for installasjon i egen iOS eller Android enhet.

Etter installasjonen har du en lett anvendelig kalender med en god tidsstøtte og talesyntese. Kalenderen ligger på din vanlige hjemskjerm sammen med andre apper.

Hvis du har en iOS enhet kan du se aktivitetene dine i en Apple Watch også når du ikke har mobiltelefonen tilgjengelig, for eksempel når du trener, har undervisning eller er i møte. På den måten har du alltid oversikt over dagen din og kommende aktiviteter.

Demoversjon kan lastes ned fra AppStore og Google Play, men du må ha en myAbiliakonto for å kunne logge inn. For å få dette, gå til www.myabilia.com.

Merk at HandiKalender bare inneholder kalender, ikke andre Handi-funksjoner som Album, Skjema m. fl.



"Før var alt så vanskelig, men med min Handi har jeg mye bedre kontroll."



HANDI5

Handi One er en håndholdt enhet med programvaren Handi5 installert og er for deg som behøver hjelp med struktur, tid og planlegging. Handi One er tilpasset slik at bare Handifunksjoner kan brukes. Telefoni, SMS, internett surfing og andre funksjoner er utelatt for å gjøre den enkel å bruke.

Handi5 SW er en programvare med Handi-funksjoner. Handi5 SW installeres i din egen Android-enhet. Etter installasjonen kan telefonen fungere som en komplett Handi, med startmenyen som et beskyttende skall.



OM OSS

Abilia gir mennesker med spesifikke behov muligheten til å øke sin selvstendighet og ta kontroll over livene sine. Med over 40 års erfaring og støtte av forskning, vet vi at våre hjelpemidler støtter folk til å strukturere hverdagen sin, kommunisere med sine omgivelser, kontrollfunksjoner i hjemmet eller ringe etter hjelp om nødvendig. Alle mennesker skal ha like muligheter til å delta i samfunnet på egne premisser, og vi er opptatt av å skape muligheter for alle til å leve et mer selvstendig liv.

VIL DU VITE MER?

Vi arrangerer kurs, workshops og presentasjoner i hele Norge. På abilia.no kan du lese mere. Her vil du også finne informasjon om våre Handikurser hvor vi lærer om våre Handiprodukter gjennom livevisning, tilpasningsmuligheter, bruker eksempler og praktiske øvelser.

Abilia er på Facebook, www.facebook.com/AbiliaNorge
Kontakt oss på telefon: 23 28 94 00 eller e-post: info@abilia.no

Du finner mer informasjon, bilder og filmer på vår hjemmeside www.abilia.no