



Bruerveiledning til Mobilize Me

Oktober 2017

Logg in:

Start med å åpne Mobilize Me på smarttelefonen, nettbrettet eller datamaskinen, og skriv inn brukernavnet og passordet som du har mottatt fra Cognita.

Hvis du ønsker å bruke PC eller Mac, skriver du følgende inn i nettleseren: www.mobilize.arosii.com

Hvis du ikke har fått opplysninger om brukernavn og passord, kan du kontakte Cognita på info@cognita.no for å få en prøvelisens eller kjøpe en full lisens.

Plattformer

Mobilize Me består av to deler - en for brukere, hvor man kan se og interagere med dagsplanen sin, og en for planleggere, hvor planen blir skrevet.

I denne tabellen kan du se hvilke plattformer man kan bruke Mobilize Me på.

Plattform	Bruker	Planlegging
iPad 3 og nyere	✓	✓
iPhone	✓	x
Android nettbrett	✓	x
Android smarttelefon	✓	x
PC & Mac	✓	✓

Brukerroller i Mobilize Me

I Mobilize Me kan du være planlegger, bruker eller begge deler. Hvilke(n) rolle(r) du har, avgjør hvilke moduler som er synlige for deg.

Bruker

Brukes av personen som har bruk for ekstra støtte i hverdagen og som skal bruke planen.

Planlegging

Brukes av støttepersoner som lager og vedlikeholder planer for brukeren. Dette kan være en foresatt, pårørende, pedagog eller andre støttepersoner. Det kan også være brukeren selv.

YouTube

Hvis du skulle få bruk for mer hjelp enn du finner i denne guiden, kan du besøke vår YouTube-kanal, der du finner en rekke videoguider, som viser deg de forskjellige funksjonene.

Vi oppdaterer listen etterhvert som det kommer nye videoer.

www.youtube.com/user/mobilizem

Planlegging

Tenk planen gjennom:

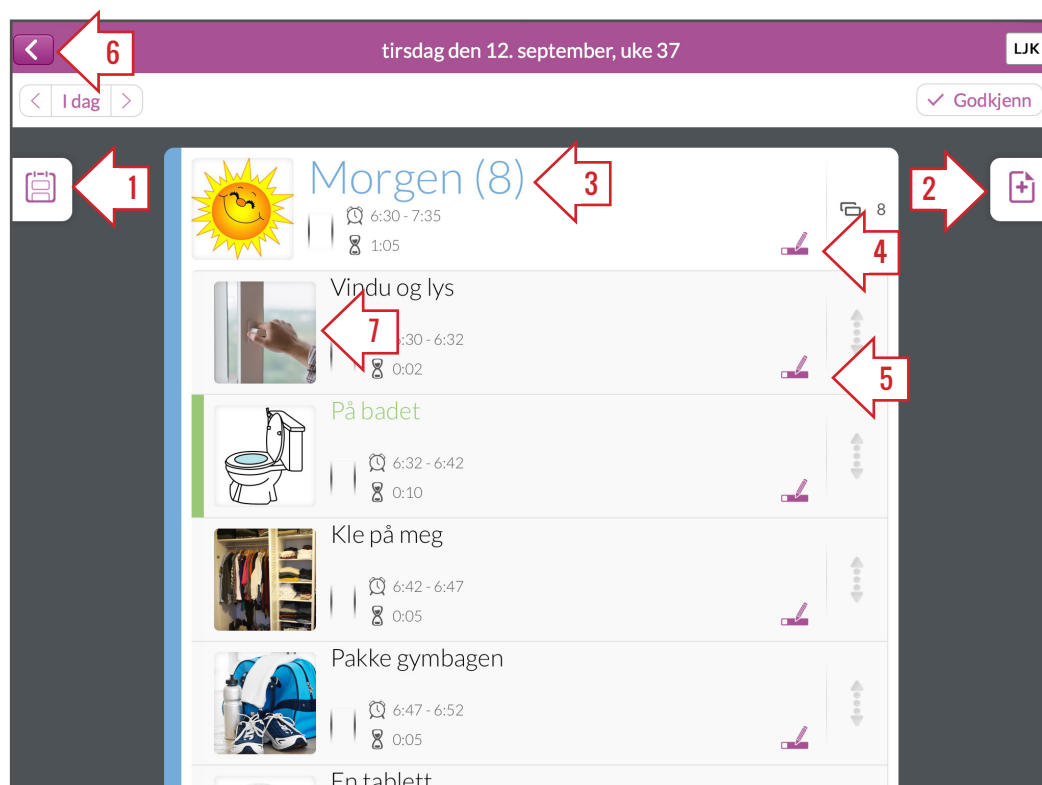
Når du planlegger for en bruker, er det viktig å fokusere på hva brukeren har behov for, så de kan få så god støtte som mulig. Mobilize Me har mange funksjoner, men brukeren har ikke nødvendigvis glede og effekt av dem alle sammen.

Snakk med brukeren om hva som gir mening for henne/ham, og vær oppmerksom på om planen hjelper brukeren med det de har bruk for støtte til, og at den tar hensyn til brukerens spesifikke utfordringer.

Struktur og planlegging

Når du skal lage en plan, starter du med å logge inn i planleggingsdelen.

Her er de viktigste planleggingsfunksjonene i Mobilize Me:



- 1 Dagsoversikt 
- 2 Maler 
- 3 Hovedaktivitetens tittel og antall underaktiviteter

- 4 Rediger hovedaktivitet 
- 5 Rediger underaktivitet 
- 6 Tilbake til ukeoversikt 
- 7 Bildevelger

Hovedaktivitet

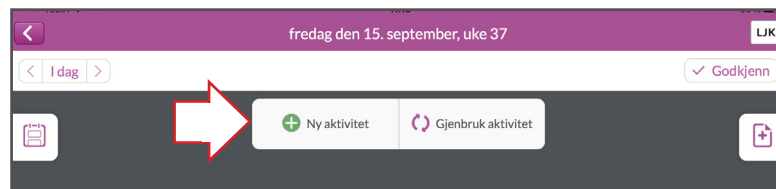
De første elementene du oppretter i Mobilize Me er hovedaktiviteter.

Hovedaktivitetene fungerer som overskrifter, som beskriver dagens hendelser. De hjelper med å gi et raskt overblikk av hva brukerens dag inneholder, sånn at dagen føles overskuelig.

Eksempler på hovedaktiviteter:

- Måltider (f.eks. Frokost, Lunch)
- Rutiner (f.eks. På badet, Kle på seg, Ta bussen)
- Idrett eller andre fritidsaktiviteter
- Skolefag

For å lage en hovedaktivitet, skal du være logget inn i planleggingsdelen. Du vil se en startside, som ser sånn ut:



Trykk på "Ny aktivitet" for å lage en ny hovedaktivitet.

Fyll inn detaljer

Tittel

Start med å gi hovedaktiviteten en beskrivende tittel.

Tidsfunksjon

Velg hvilken tidsfunksjon du foretrekker.

Hvis hovedaktiviteten ikke inneholder underaktiviteter, vil timeren vise varigheten av hovedaktiviteten. Dette er ikke tilfellet hvis du bruker tidsfunksjonen "Slutt til tiden".

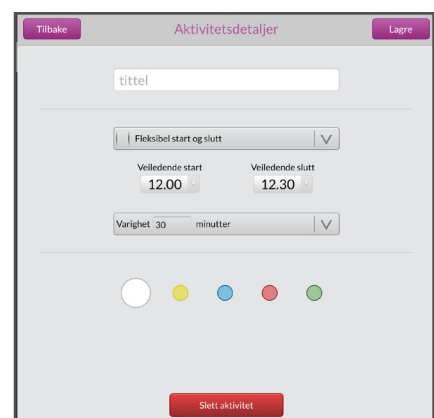
NB: Hvis du tilføyer underaktiviteter til en hovedaktivitet, velger du typisk tidsfunksjonen når du lager underaktivitetene.

Farge:

Du kan tilføye forskjellige farger til aktivitetene. Du kan velge mellom 5 forskjellige farger.

Lagre

Når du er ferdig med å lage aktiviteten, trykk på "Lagre" øverst til høyre i boksen.



Underaktiviteter

Hvis det er nødvendig å planlegge mer detaljert (f.eks. med mange tidsangivelser), kan hver hovedaktivitet inneholde et ubegrenset antall underaktiviteter.

For hver underaktivitet kan du tilføye en tidsangivelse og opp til 10 bilder.

I dette eksempelet, har hovedaktiviteten "Morgen" 8 underaktiviteter:

Eksempel:

Hovedaktivitet: Morgen

Underaktivitet 1: Vindu og lys
(Tidsangivelse: 2 min)

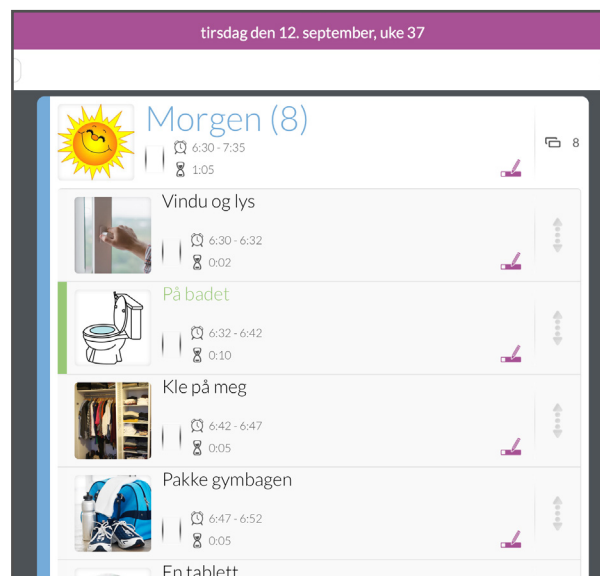
Bilder:

- Lukk vindu
- Skru av lyset

Underaktivitet 2: På badet
(Tidsangivelse: 10 min)

Bilder:

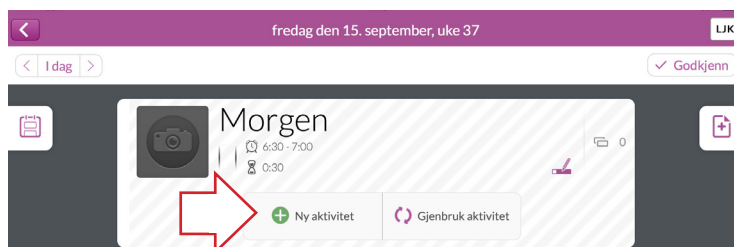
- Toalett
- Pusse tenner
- Deodorant
- Hårvoks



Tilføye underaktiviteter

Før du kan lage en underaktivitet, må du åpne den relevante hovedaktiviteten.

Dette gjør du ved å trykke på aktivitetstittelen



Du kan alltid gå tilbake og redigere aktiviteten ved å trykke på "Rediger". 

Du kan se at hovedaktiviteten er åpen på at knappene "Ny aktivitet" og "Gjenbruk aktivitet" er synlige i aktivitetsboksen.

Trykk på "Ny Aktivitet" for å opprette en underaktivitet.

Dette åpner en ny boks, som ligner på den man kan se når man skal opprette en hovedaktivitet. Den eneste forskjellen er at du ikke kan velge en start-/sluttid i en underaktivitet.

Gi underaktiviteten en tittel og velg tidsfunksjonen. Det er viktig å være oppmerksom på at varigheten styrer tidsangivelsen for brukeren.

Lagre

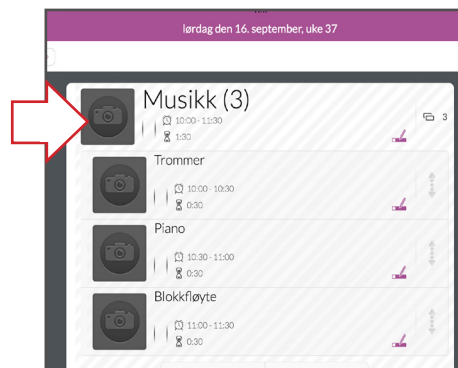
Når du er ferdig med å lage aktiviteten, trykk på "Lagre"-knappen øverst til høyre.

Bilder

Visuell støtte er essensielt for trivselen og utviklingen for mange brukere. I Mobilize Me er det lett å tilføye piktogrammer eller bilder til aktiviteter.

Når du lager en hoved- eller underaktivitet, trykk på bildevelgeren (kameraikonet). Dette åpner en ny meny, hvor du kan velge om du vil:

- Søke blant omtrent 20.000 piktogrammer i Mobilize Me's interne database
- Bruke den innebyggede Google-bildesøkningen
- Bruke tidligere brukte bilder (Favoritter)
- Legge til egne bilder



Maler

Hverdagens liv består av mange rutiner som gjentas. I disse tilfellene kan du spare mye tid på å bruke maler.

Hver mal kan inneholde så mange aktiviteter som det er behov for.

Du kan bruke en eller flere maler for å bygge opp en dagsstruktur. F.eks. kan en tirsdag bestå av malene "Skoledager", "Skole - tirsdag", "Fotballtrening" og "Kveld".

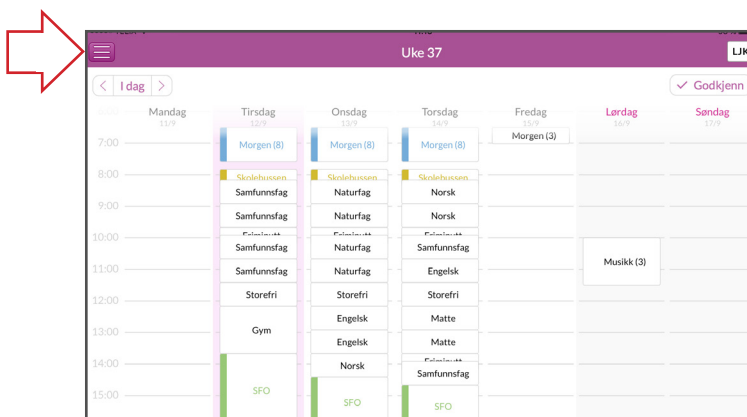
Aktivitetene på de forskjellige malene flettes automatisk sammen. Dette betyr at du kan kombinere en mal med aktiviteter som skjer hver dag (f.eks. Ta pille, Frokost, Skolebuss osv.) med en mal med aktiviteter som er spesifikke for tirsdager (Skole - tirsdag, Fotballtrening osv.).

Hvis det er endringer i løpet av dagen (f.eks. et tannlegebesøk), er det lett å endre dette senere.

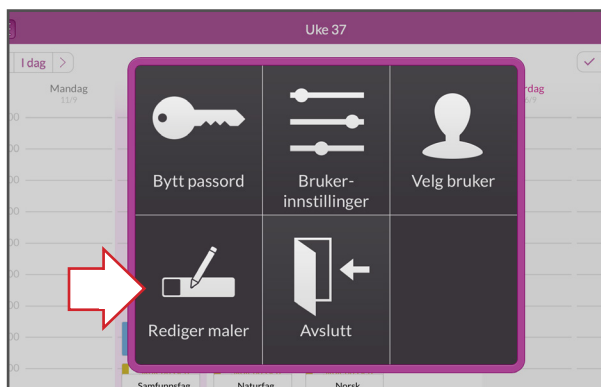
Oprette ny mal

For å opprette en ny mal, trykker du øverst i venstre hjørne av ukeoversikten:

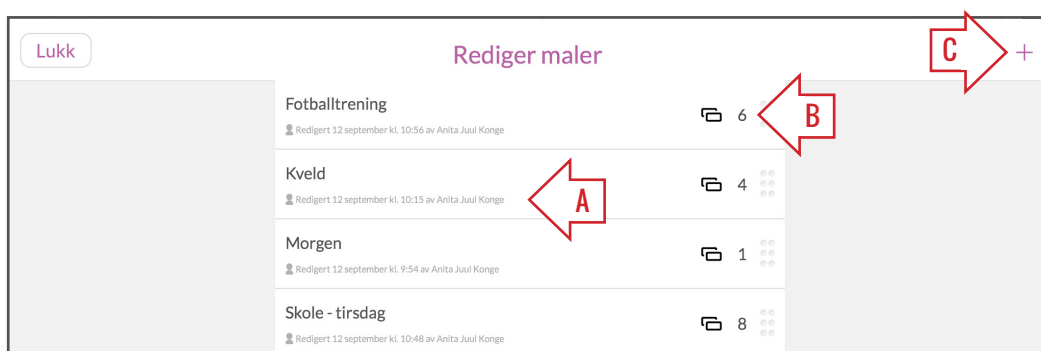
Hvis du ikke husker hvor du kan finne ukeoversikten, kan du se på bildet på side 2.



Denne menyen kommer frem:



Trykk "Rediger maler" for å opprette en ny mal.



I menyen som åpnes får du et overblikk over de eksisterende malene i alfabetisk rekkefølge.

Du kan se hvem som sist har redigert dem og når det skjedde (A).

Du kan også se hvor mange hovedaktiviteter hver enkelt mal inneholder (B).

Hvis du vil lage en ny mal, trykker du på den **lilla pluss-knappen** (C). Du kan justere detaljer i malen på samme måte som når du lager en hovedaktivitet.

Når du lukker malen, blir den lagret og kan brukes i planleggingen.

Bruke en mal

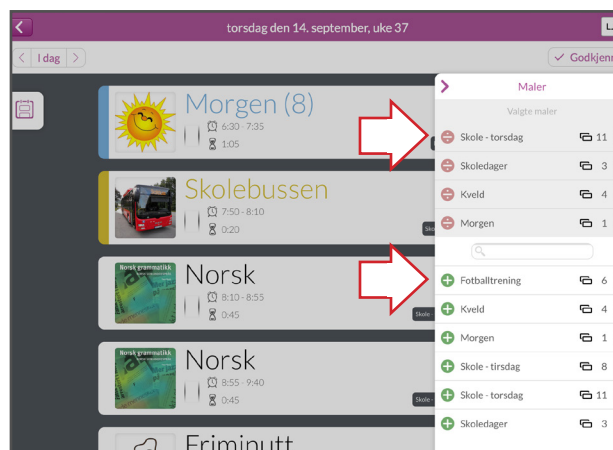
Når du åpner menyen "Maler", kan du se hvilke(n) mal(er) som er brukt på den valgte dagen.

Hvis du ikke husker hvor du kan finne ukeoversikten, kan du se på bildet på side 2.

I dette eksempelet er malene "Skole - torsdag", "Skoledager", "Morgen" og "Kveld" brukt.

Hvis du ikke lenger ønsker å bruke malen på den valgte dagen, trykk på det **røde minustegnet** ved siden av malens tittel.

Du tilføyer maler ved å trykke på det **grønne plusstegnet**.

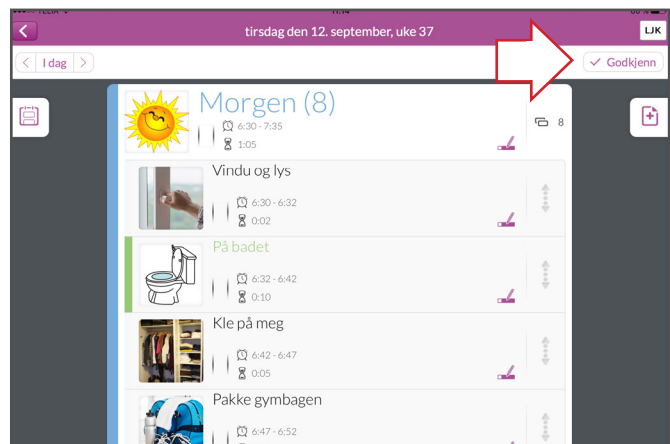


Godkjenn dag eller uke

Hver gang du planlegger, må du godkjenne planen før den kan ses av brukeren ved å trykke på **"Godkjenn"**-knappen øverst i høyre hjørne. Før planen er godkjent, har aktivitetene grå striper i planleggingsdelen.

Når du redigerer i en allerede godkjent aktivitet, vises endringene direkte for brukeren - uten å godkjenne igjen.

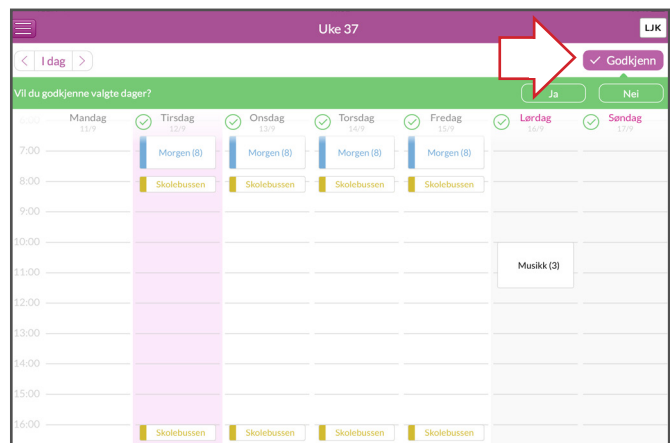
Hvis du tilføyer nye aktiviteter, må du godkjenne dagen på nytt.



Godkjenn en hel uke

Når du planlegger for flere dager om gangen, trenger du ikke å godkjenne hver dag manuelt.

Når du har planlagt for de ønskede dagene, kan du godkjenne hele uken.



Brukerdelen

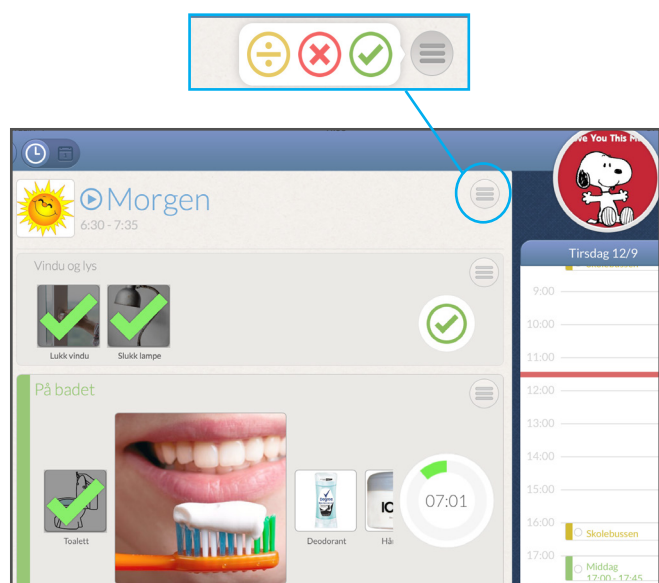
Her er et eksempel på hvordan brukermodus viser brukerens plan. I dette eksempelet kan du se hovedaktiviteten "Morgen", med bilder og en timer.

Brukeren kan krysse av aktivitetene ved å trykke på dem.

Når brukeren har gjort alle elementene ferdig, blir bildene krysset ut, så brukeren kan se at aktiviteten er gjennomført.

Start forfra

Hvis du har bruk for å starte en aktivitet forfra, eller annullere den på farten, kan du gjøre det i menyen vist på bildet.



Hvis du har bruk for mer hjelp, kan du kontakte Cognita på support@cognita.no

Du er selvfølgelig også velkommen til å kontakte oss via hjemmesiden vår www.mobilize-me.com
Her kan du også få gode råd og vejledning.
