# För dig som ser eller hör illa!

Seniornet Södermalm

# Stöd och hjälpmedel för dig som ser eller hör illa!

Dagens agenda

13:30 Roshanak Kiani, Audionom AB SUAVIS Solna

Varför får vi nedsatt hörsel?

I vilka situationer blir nedsatt hörsel ett problem

Vilka hjälpmedel kan minska problemen och förbättra situationen

Frågor

- 14:15 Kaffe
- 15:15 Siw Andersson Syn och hörselinstruktör Stockholms stad
   Vad kan Stockholms stad hjälpa till med?
   Frågor
- 15:30 Avslutning

# Frivilligorganisationer

• Hörselskadades Riksförbund - HRF.SE

•HRF rådgivning 0771 – 888 000 –Hörsellinjen – https://horsellinjen.se

•Synskadades Riksförbund SRF.nu



# Suavis Hörsel

# PÅ UPPDRAG AV REGION STOCKHOLM

www.suavis.se



## Statistik i Sverige

- 9,5 M invånare i Sverige
- 1.35 M personer med hörselnedsättning (17%)
- 0,45 M använder hörapparat
- 54% av dem är i yrkesverksam ålder (16-64 år)

# Vårdval

- Infördes 2010
- Egen avgift 600 kr
- Hörapparat via Landstingets upphandlade sortiment
- Auktorisation
- Att välja vårdgivare.
- Fri service och reparation i 4 år via Komsyn
- Från 3 måttagningar till idag närmare 30 mottagningar i Stockholm

## Frittval

- Infördes 2011
- Att välja hörapparat. Bidrag på 3040 kr per hörapp
- Egen avgift på 600 kr eller tillägg för mer avancerade hörapparater
- Fri service och reparationer i 4 år via service avtal via auktoriserade mottagning.



## Suavis tjänster och produkter

1- Hörapparatutprovning( Inom avtal med Stockholmsläns Landsting)

- Behovsbedömning
- Hörapparatutprovning
- Uppföljning

2- Arbetsplatsanpassning(Rikstäckande över hela Sverige)

- Utredning
- Hjälp med administration
- Lösning och utprovning
- Uppföljning

3- Individuella hörselskydd (Riks täckande över hela Sverige)

- Avtryckstagning
- Utprovning
- Uppföljning



Åldern har minskat för förstagångs användare av hörapparater.

- Stigmatiseringen har minskat
- Hörapparaterna blivit diskreta och smidigare
- Tekniken har blivit betydlig bättre
- Medvetenheten har ökat
- Tillgängligheten har ökat
- Forskning har visat att hörselnedsättning påverkar minnet negativt.
- Även lätta och måttliga hörselnedsättningar kan vara avgörande för en aktiv person och motiveras för att testa hörapparater.



## Statistik i Sverige

- 9,5 M invånare i Sverige
- 1.35 M personer med hörselnedsättning (17%)
- 0,45 M använder hörapparat
- 54% av dem är i yrkesverksam ålder (16-64 år)



## Finansiering

## 1- Hörapparater

- Kostnadsfritt hörseltest och rådgivning
- Egen avgift på 600 kr vid utprovning av hörapparat

## 2- Arbetsplatsanpassning

 Försäkringskassan/Arbetsförmedlingen finansierar all kostnad för hörselhjälpmedel på arbetet när behovet motiveras

## 3- Hörselskydd

• I vissa fall betalar arbetsgivaren hörselskydden annars är det individen själv som får betalar



Källa: Karolinska universitetssjukhuset, Hörselkliniken Rosenlund.



## Olika typer av hörapparater

# Bakom örat Rite Allt i örat



## Olika typer av hörapparater









## När fungerar hörapparaten som bäst?

• Riktmikrofoner fungerar som bäst i närområdet, vid samtal mellan två personer på ett avstånd upp till 1,5 m.



## Kompletteringar för en optimal hörsel

- Hörselslinga till tv
- Hörselslinga i offentliga lokaler
- Streamer till mobil för samtal och andra ljudöverföring från mobil
- Extra mikrofon









Windows 10 Hjälpmedel



#### Inställningar

යි. Hem	Bildskärm
Sök efter en inställning	Verkställ
Hjälpmedel	
	Gör allt större
Syn	Ändra storleken för appar och text på den primära skärme
🔍 Bildskärm	125%
	Andra storleken för appar och text på andra bildskärmar
3 Markör & pekare	Ändra färg och storlek på markören och muspekaren.
Q. Förstoringsglaset	
Färgfilter	Gör allt ljusare
	Ändra ljusstyrkan för den inbyggda bildskärmen
券 Högkontrast	* 86 %
Skärmläsaren	Justera ljusstyrkan automatiskt eller använd nattläge
Hörsel	Gör Windows enklare att använda och mer personlig
40 Ljud	Visa animetingar i Windows
E3 Undertexter	På
	Visa genomskinlighet i Windows
Interaktion	På
🖟 Tal	Dölj rullningslister automatiskt i Windows
Tangentbord	På

Inställningar > Bildskärm

Ändra storlek på appar och text

Ändra ljusstyrkan på skärmen



Inställningar > Markör & pekare

Ändra pekarens storlek och färg

Ändra markörens tjocklek

Om touchskärm - Visa visuell återkoppling

ය Hem	Förstoringsglaset
Sök efter en inställning Hiälomedel	Använd Förstoringsglaset för att zooma in saker på skärmen. Di kan köra Förstoringsglaset i helskärmsläge, i ett separat fönster eller som en lins som följer muspekaren på skärmen.
Syn	Använd Förstoringsglaset
🖵 Bildskärm	Aktivera Förstoringsglaset
Narkör & pekare	Tryck på Windows-tangenten 🛤 + plus (+) för att aktivera Förstoringsglaset.
R Förstoringsglaset	Tryck på Windows-tangenten 🛤 + Esc för att stänga Förstoringsglaset.
Färgfilter	Gör allt på min dator större
* Högkontrast	Ändra zoomnivå
C Skärmläsaren	Andra zoomstegen
Hörsel	100% (standard)
¢⊛ Ljud	Tryck på Windows-tangenten # + plus (+) eller minus (-) för att zooma in eller ut. Eller hål ned Ctd + Alt och skrolla med mushiulet för att zooma
C Undertexter	elier ut.
Interaktion	Starta Förstoringsglaset efter inloggning Starta Förstoringsglaset före inloggning <u>för alla användare</u>
🖟 Tal	Minimera förstret för Förstoringsglaset till ett flytande
Tangentbord	aenomskinligt förstoringsglaser all ett nytalide

Inställningar > Hjälpmedel > Förstoringsglaset

Använda förstoringsglas

W och + W och Esc

#### 命 Hem

Sök efter en inställning

Hjälpmedel

🖵 Bildskärm

Narkör & pekare

Q Förstoringsglaset

Färgfilter

\* Högkontrast

😂 Skärmläsaren

Härsel

40 Ljud

KG Undertexter

interaktion

🖟 Tal

Tangentbord

Välj ett färgfilter för att bättre se element på skärmen O Inverterad (invertera färger på skärmen)

🖲 Gräskala

Färgfilter

🔘 Gráskala inverterad

Eller välj ett filter för färgblindhet om du vill göra de nio färgerna på hjulet enklare att urskilja.

Röd-grön (grön-svaghet, deuteranopi)

O Röd-grön (röd-svaghet, protanopi)

O Blå-gul (tritanopi)

Windows 10 Inställningar > Hjälpmedel > Färgfilter

Välja gråfilter på skärmen

Välja färginställningar för färgblinda

බ Hem	Högkontrast
Sök efter en inställning	Aktivera högkontrast
Hjälpmedel	Av Av
	Tryck på vänster Alt + vänster Skift + PrtScn för att aktivera eller inaktivera högkontrast.
Syn	Välj ett tema
🖵 Bildskärm	Högkontrast svart 🗸 🗸 🗸
🍋 Markör & pekare	Välj en färgad rektangel för att anpassa högkontrastfärgerna
Q Förstoringsglaset	Text
Fårgfilter	
* Högkontrast	Hyperlänkar
Skärmläsaren	Inaktiv text
Hörsel	Markerad text
40 Ljud	Knapplext
ES Undertexter	
Interaktion	Bakgrund
🗘 Tal	Verkställ Avbryt
Tangentbord	

Inställningar > Hjälpmedel > Högkontrast

#### Styr Högkontrast på skärmen Vänster Alt + vänster Skift + PrtScn

Windows 10



Inställningar > Hjälpmedel > Skärmläsaren

Windows 10

Berättar vad som står på skärmen

#### Du kan välja RÖST , RÖSTHASTIGHET, RÖSTTONHÖJD, RÖSTVOLYM



Inställningar > Ljud

Ändra volymen på ljudet

Välj mellan stereo och mono ljud

Välj visuell avisering av meddelanden

G Hem		
Sök efter en inställning 🔗		
Hjälpmedel	Undertexter ser ut så har	
	Ändra teckensnitt för textning	
<ol> <li>Förstoringsglaset</li> </ol>	Textfärg	
	Standard 🗸	
Pargfilter		
* Hógkontrast	Texttransparens	
	Standard	
🖒 Skärmläsaren	Textstil	
Hörsel	Standard	
40 Ljud	Textstoriek	
221 Undertexter	Standard 🗸	
	Texteffekter	
Interaction	Standard	
🖟 Tal		
Tangentbord	Ändra bakgrund för textning	
() Mus	Lägg till en textbakgrund för att förbättra kontrasten och göra text Jättare att läsa.	
G Ogonstyming	Bakgrundsfärg för textning	

Inställningar > Hjälpmedel > Undertexter

Styr hur UNDERTEXTER skall se ut på skärmen

### Snabbkommandon

På

- Virtuellt tangentbord
- Förstoringsglas
- Av



# Android 8 Hjälpmedel

Seniornet Södermalm

Instä	allningar	Q
-	Teman, bakgrunder	
•	Appar och aviseringar Appbehörigheter, standardappar	
٥	<b>Batteri</b> 92 % – cirka 2 dagar återstår	
0	<b>Skärm</b> Ljusstyrka, viloläge, teckenstorlel	ĸ
	<b>Ljud</b> Ljud, Ringsignal, Stör ej	
	<b>Lagring</b> 73 % används – 8,69 GB ledigt	
8	Låsskärm och säkerhet Fingeravtryckshanteraren, Plats	
	Användare och konton	

#### Android 8.0

#### Inställningar

Skärm

reglera bakgrundsljusstyrkan (Tryck på <mark>Ljusstyrka</mark> )

ändra teckenstorlek på text (Tryck på Teckenstorlek)

ändra visningsstorlek av ikoner ( Tryck på <mark>Visningsstorlek</mark> )

Ljud

reglera ljudinställningar ( Tryck på Ljudinställningar )

reglera tillbehör ( Tryck på Tillbehörsinställningar )



← Skärm

Inställningar > Skärm

Teckenstorlek

Visningsstorlek

Systemikoner

Teckenstorlek

Standardinställning

Visningsstorlek Standardinställning

X-Reality for mobile

Välj vilka systemikoner som ska visas i statusfältet

#### Skärmsläckare

Färger

#### Interaktion

#### När enheten roterar

Rotera skärmens innehåll

Android 8.0

#### Android 8.0

#### Teckenstorlek

#### Exempeltext

4

#### Den fantastiska trollkarlen från Oz

Kapitel 11: Den underbara Smaragdstaden i Oz

Trots att deras ögon skyddades av de gröna glasögonen blev Dorothy och hennes vänner först bländade av den underbara stadens glans. Gatorna kantades av underbara hus som alla var byggda av grön marmor och översållade med gnistrande smaragder. De gick på stenläggning av samma slags gröna marmor och där stenarna gränsade till varandra fanns rader av smaragder som låg tätt tillsammans och blixtrade i solskenet. Fönsterrutorna var av grönt glas, till och med himlen över staden var grönaktig och solstrålarna

#### Förhandsgranskning



Gör texten på skärmen större eller mindre.



Inställningar > Skärm >Teckenstorlek

Teckenstorleken kan justeras med skjutreglaget under Exempeltexten.



Inställningar > Skärm > Visningsstorlek

Android 8.0

Visningsstorlek styr ikoner och bubblor på skärmen.

Den justeras med skjutreglaget under rutan för Förhandsgranskning

(små, standard, stor)

□ □ ③ ♦ < < </td>... \$ ♥ ... 92 % ■ 00:02

Android 8.0

#### ← Systemikoner

Ó	Alarm	
	Batteri	
%	Batteriprocent	
*	Bluetooth	
ß	Tid	
(1:	Wi-Fi	
9	Plats	

Inställningar > Skärm > Systemikoner

Här kan man styra vilka ikoner som skall visas i Statusfältet



Inställningar > Ljud

Ljudinställningar

Tillbehörsinställningar

Medievolym

Alarmvolym

Ringvolym

Vibrera också vid samtal

Android 8.0

# Hjälpmedel i IOS13

Seniornet Södermalm



iOS 13.1.3

#### Hjälpmedelsgenväg

iOS 13.1.3





#### iOS 13.1.3

#### Inställningar >Hjälpmedel

••• 3 Wi	Fi-samtal 奈	00:19	🕫 100 % 🛄
< Tillb	aka H	jälpmedel	
Hjälpn iPhone	edelsfunktio för dina sär	oner hjälper di skilda behov.	g att anpassa
SYN			
•	VoiceOve	er	Av >
٢	Zooma		Av >
0	Förstorar	e	Av >
AA	Skärm oc	ch textstorl	ek >
0	Rörelse		>
<b>B</b>	Talat inne	ehåll	>
90	Syntolkni	ing	Av >
FYSIK	осн рёрци	SHET	
- TSIK	OCHROREN		
Ann	Truck		

IOS 13.1.3 Inställningar > Hjälpmedel

Under SYN kan du välja att få en röst som berättar texten som man pekar på.

VoiceOver talar om vilket objekt man pekat på. Aktiveras med <u>ETT</u> tryck

Man kan ZOOMA. Tryck snabbt med <u>TRE</u> fingrar på skärmen

Använda förstoraren – kameran visar en förstorad bild av kamerabilden. Tryck 3 ggr på Hemknappen när funktionen är aktiverad

Styra hur SKÄRM och TEXT skall se ut

Hur rörelse skall ske på skärmen Spela upp SYNTOLKNING om det finns



Inställningar > Hjälpmedel

FYSIK OCH RÖRLIGHET Under denna rubrik kan du styra vad som menas med TRYCK på skärmen

Hur reglage och Röst skall uppföra sig

Styra funktioen hos HEMKNAPPEN

Tangentbordet utseende



Inställningar > Hjälpmedel

IOS 13.1.3

Under HÖRSEL kan du styra

Hörapparater

Styra Ljud/bild och

Undertext och dold textning

Hjälpmedelsgenväg

📲 3 WiFi-samtal 🗢 00:21

🔊 100 % 🗖

#### Tillbaka Hörapparater

#### MFI-HÖRAPPARATER

#### Söker...

Parkoppla "Made for iPhone"-märkta hörapparater och ljudprocessorer. Andra hörapparater parkopplas i Bluetoothinställningar.

#### HÖRAPPARATSKOMPATIBILITET

#### Hörapparatskompatibilitet



Inställningar > Hörapparater

MFI HÖRAPPARATER

#### HÖRAPPARATSKOMPABILITET

#### IOS 13.1.3



#### IOS 13.1.3

Inställningar > Hjälpmedel > Ljud/bild

Ställer in att man vill ha MONO-LJUD

Reducera omgivningens ljud vid telefonsamtal

Justera balansen på ljudvolymen mellan höger och vänster via ett skjutreglage

Styra ifall en blixt skall uppmärksamma på handelser

📶 3 WiFi-samtal 奈	00:23	🔊 100 % 🥅
Tillbaka	Stil	
Indetter	tor oor ut o	a 687
Undenex	uer ser uts	el nels
Genomskinlig b	akgrund	
Stor text		
Klassisk		
Konturerad text		
Stil 1		×
Skapa ny stil		>

IOS 13.1.3 Inställningar > Hjälpmedel > Undertext och dold textning

Ändrar hur text för hörselskadade skall visas mot bakgrunden

STIL ändrar hur stor texten skall se ut



#### IOS 13.1.3

Inställningar > Hjälpmedelsgenväg

Styr vad som skall hända när man trycker <u>tre</u> ggr på Hemknappen



IOS 13 Inställningar > Visning och ljusstyrka

Textstorlek kan väljas

Fet text kan väljas

∎∎ 3 WiF	i-samtal 奈 🛛	05:01 7 59 %	
<	Visning o	ch ljusstyrka	
UTSEE	NDE		
	09:41	09:41	
	Liust	Mörkt	
	0		
Auton	antinkt		
Auton	natiskt		
LJUSST	TYRKA		
* -			6
N.C. 1.	01:01	20100 111 07 02	
Night	Shift	22:00 till 07:00	2

IOS 13 Inställningar > Visning och ljusstyrka

Här kan man välja mellan ljus och mörk bakgrund

Ljusstyrkan kan styras med skjutreglaget

Nattläge kan ställas in med klockslag

# Nästa dataträff 21 nov

•Det digitala hemmet!

•Våra prylar hemma blir allt mer hjälpsamma. Men, övervakar de oss också?

•Mattias Inghe, testredaktör på PC för Alla