

Tips på Appar / Hemsidor inom Äldreomsorgen



= Passar som individuell aktivitet



= Passar som grupp-aktivitet

Pyssel och Spel:



Patiens. Finns en mängd att välja mellan. En del har mycket reklam så man kan prova sig fram vilka som är enklast att använda. Ofta kan man ändra i inställningar om man vill ha en enkel, medel eller svår utmaning. Finns även appar för Bridge, Poker m.m.



Examen. Kunskaps-quiz som utgår från klassiska skolämnena. Lämpar sig för projektor och duk/storbilds-TV.



Hangman. Klassiskt "Hänga-gubbe" spel där man gissar ordet med hjälp av bokstäver.



My Bowling 3D. I gratisversionen spelar man bowling själv. Om man vill kan man uppgradera så kan man spela flera efter varandra.



Pottery. Dreja med hjälp av fingrarna. Bra övning för att röra plattan. Om man vill göra det avancerat kan man "Sälja sina alster på en fiktiv auktion" och få tillgång till färger och mönster till sina krukor/vasar m.m.



Snille. Frågesport i lag som passar till projektor och duk/storbildsTV. Man använder en frågesnurra för att välja kategori och man för digitalt protokoll över hur det går för lagen.



Football Quiz.
Frågesport för fotbollsälskare!



Chess. Finns många appar att välja bland. Spela själv, mot slumpmässig motståndare eller sitt två och två.



Koi Pond. Finns i många olika versioner. Sågs vara skön avkoppling för dementa. När man rör vattnet hör man vattnet skvalpa och man kan skrämman bort fiskarna om man vill!



City-Quiz. Man får se ett vykort från en stad och man skriver stadens namn med hjälp av de bokstäver som finns. Det blir svårare och svårare.



Melodikrysset. OBS! Går ej att ha i en iPad men i en iPhone eller Androidtelefon. Spela nya och gamla kryss tillsammans eller individuellt. Bra instruktioner finns att läsa. Appen Sveriges Radio Play behöver installeras för att kunna lyssna på hela program.



Korsord där man kan välja svårighetsgrad. Man kan avsluta och fortsätta skriva vid annat tillfälle eller om någon annan vill ta vid!
Finns flera varianter. Här är bara ett exempel. Finns även appar för Sudoku.



Taipei. En typ av patiens som går ut på att markera två lika bilder. Det är bara de översta korten i varje hög som går att markera. Man måste alltså ha minst en fri sida...



Wordfeud. Populärt ordspel, som alfapet. Man måste skapa en profil för att kunna spela. Man kan spela mot okända slumpmässiga personer eller så kan man spela mot någon man känner som också har en profil. Ni kanske kan spela mot varandra på avdelningarna?



Krax. En uppslagsbok om svenska fåglar där du kan läsa om, se på bilder och lyssna på fågelkvitter!



Hitta ordet. Man får se 4 bilder och man ska hitta den gemensamma länken, det gemensamma ordet!

Fakta och upplysning:



Google Earth. Fantastiskt app där man kan skriva in adresser, byar, städer & byggnader och sedan se flygbilder/3D-bilder. Sök efter barndomshem, semester mål, gamla arbetsplatser eller platser man aldrig fick möjlighet att besöka!



Eniro. Många saknar den gamla hederliga telefonkatalogen. Här kan man söka privatpersoner, företag, sjukvård och se på karta var det finns. Enkla länkar till företags hemsidor och vägbeskrivning är bra hjälpmedel.



Wikipedia. Uppslagsverk. Sök information inför temaarbete eller ha den på köksbordet och ta reda på fakta utifrån deltagarnas frågor.



Kolla TV. TV-Tablå. Man kan göra egna tablåer med de kanaler som man har/gillar. Man kan välja att bara visa filmer, sport eller serier m.m. Du kan även få info om programmen. Finns många alternativ till denna app som fungerar liknande.



Arlaköket. Sök efter recept och baka eller laga mat tillsammans.



QR Reader. Den här symbolen ser man på många ställen. På mjölkpaketet, i annonser, i veckotidningar, affischer med mera. Med en sån här app kan man skanna av den här koden och automatiskt kommer man till en specifik hemsida med information

Tidningar:



Obs! Hemsida

www.nlt.se. Läs lokala nyheter. Man kommer inte åt allt. Om ni har en prenummeration kan ni aktivera så att ni kan läsa hela tidningen på plattan.

Besök även www.lidkopingsnytt.nu som är en webbtidning för Lidköping.



Aftonbladet. Läs artiklar och se bilder från Aftonbladet.

Böcker & Talböcker:



Bluefire Reader. En app du behöver för att kunna läsa böcker från Lidköpings stadsbibliotek.



Obs! Hemsida!

www.elib.se. Tryck Bibliotek, välj Lidköping, låna böcker som automatiskt öppnas i BlueFire Reader. För att det ska fungera behöver man ha en mailadress och lånekort på bibblan + pinkod till kortet. 'Man får låna 2 böcker/dagar och behålla dem i 28 dagar.

ELIB



Obs! Hemsida!



www.mobil.mediejukeboxen.se Här kan du lyssna på ljudböcker. Obs! Strömmande media = du måste ha internetuppkoppling när du lyssnar. För att det ska fungera behöver du ha ett lånekort på Stadsbiblioteket.

Radio, TV, Film och Musik:



Lyssna på **Sveriges Radio P1**. Man kan exempelvis lyssna på sommarpratarna även på vintern!



Lyssna på **Sveriges Radio P4 Skaraborg** när du vill, var du vill.



SVT Play. Se aktuella program, nyheter, serier m.m. från Sveriges Television.



TV4 Play. Se aktuella program, nyheter, serier m.m. från TV4. En del står det P på, det betyder Premium och då kostar det en månadsavgift för att komma åt materialet.

Www.oppetarkiv.se är en fantastisk skatt från Sveriges Television! Om man gillar Minnenas television kommer man älska detta! Här kan du se hela serier, dokumentärer, revyer och shower som producerats av SVT sedan 50-talet och framåt. Strömmande.



Youtube. Här finner man videoklipp från både företag och privatpersoner. Här kan man söka efter musikvideor, hela filmer, instruktionsfilmer, roliga klipp o.s.v. Strömmande.



Kamera. Här kan du både fotografera och filma. Sparas automatiskt i "mina bilder".



iMovie. Fotografera och filma med kameran i iPaden. Klipp ihop filmer/bildspel här. Lägg till texter. Använd gärna mallar i "Trailers" så går det lätt och blir proffsig!



Spotify®



Spotify. En enorm jukebox! Man måste skapa ett konto för tjänsten. Finns gratisversion med reklam eller så betalar man 49:-/månad. Sök önskelåtar, skapa listor vid ex.vis jul eller tema-träffar.

Sociala medier:



Skype. Ring gratis videosamtal. Man registrerar sig med en mailadress. Fungerar även på dator. Bra sätt att hålla kontakt med anhöriga som inte finns nära. Kan man införa "Skype-besöks-tid"?



Facebook. Facebook i lite skala kan locka många. Var "vän" med barn och barnbarn och få chansen att på enkelt sätt dela foton och filmer.



Instagram. En app där man har ett eget konto och där man kan se andras foton, både privata vänner och offentliga personer.

Motionscykel simulator:

Filma en trevlig cykeltur i Lidköping. Längs med vattnet, ett nybyggt område, centralt via Limtorget, torget och gågatan eller platser som de äldre inte sett på länge.

Gör i ordning ett rum med en duk + projektor. Sätt en motionscykel framför duken och spela upp filmen!

Spa-kväll:

Använd projektor och duk med lugna och harmoniska bilder. Man kan ta bilder från nätet med stränder, vågor, skog solnedgång m.m för att skapa stämning. Hämta stämningsfull musik på Spotify och ha som bakgrundsmusik.

Temakvällar med bilder och musik:

Om ni har ex.vis 60-talstema kan ni göra musiklistor på Spotify med enbart 60-talsmusik (de kan få önska i förväg). Leta efter roliga klipp på Youtube som ni kan visa. Leta fram bilder och skapa ett bildspel som kan rulla som bakgrund på en vägg/TV.

Konstprojekt:

(Idé från äldreboende i Göteborg)

Det började med att de äldre fick välja en känd målning. Exempelvis Mona-Lisa, Den sista måltiden, Grindslanten, Skriet, Skagenmålarna o.s.v. De läste på om dessa målningar på wikipedia m.m för att lära sig mer om dem. Sedan skulle de försöka gestalta dessa målningar och fotograferas. De klädde ut sig och försökte återskapa målningarna. Därefter redigerade man bilderna och la på en effekt på bilderna så de såg målade ut. Bilderna skrevs ut, ramades in och hängdes upp. Sedan bjöd man in på festlig vernissage!

Ta vara på nyfikenheten som finns kring vetgirighet. Drar paralleller till hur man arbetar i förskolan.

På min sons förskola får barnen ställa frågor på sådant de inte förstår/vet. Allt mellan himmel och jord! (Varför poppar popcorn, hur gör man en bra låt, vilken är Sveriges högsta byggnad osv.) **Utifrån frågeställningarna skapar man veckans tema.** Om vi tar "Sveriges högsta byggnad" som exempel:

De sökte fakta på internet och att Turning Torso i Malmö är högsta byggnaden. De tog en promenad till Drömstan där de träffade en snickare som berättade hur de bygger de nya höga husen, de byggde en modell av Turning Torso med hjälp av tomta mjölkpaket, de hjälptes åt att bygga och måla det o.s.v. Barnet som får sin fråga ställd växer i ett sådant projekt!

Inom äldreomsorgen kan det handla om nyheter man inte förstår eller så backar man tillbaka och pratar minnen att söka information kring.

Kanske kan man göra en **Vägghalender** tillsammans av fotografier från året eller mer planerade bilder.

Man kan göra egna **kokböcker**. Börja med att låta de äldre plocka fram sina bästa recept som de minns eller har kvar. Man kan också leta nya recept i Arla-appen t.ex. Inhandla ingredienser, tillaga maten tillsammans, fotografera under matlagning, vackert upplagda tallrikar och under middagen. Kanske kan man söka efter vilken dryck som passar bäst till rätten?

När alla som vill deltaga har fått sin middag tillagad sammanställer man foton och skriver in recepten i en fotobok, ex.vis www.ifolor.se, fujifilm m.fl. kan man beställa en eller flera sådana böcker.

Filma Lidköpingsgator med omgivningarna och skapa ett eget **"På Spåret"**

Via Mediapoolen kan man skaffa ett konto för **Digitala Kulturlådan**. De har olika teman som passar att använda på en iPad eller dator. Besök www.mediapoolen.se/kulturladan.htm för att skapa konto och använda tjänsten. Det är kostnadsfritt och teman byts ut med jämna mellanrum.