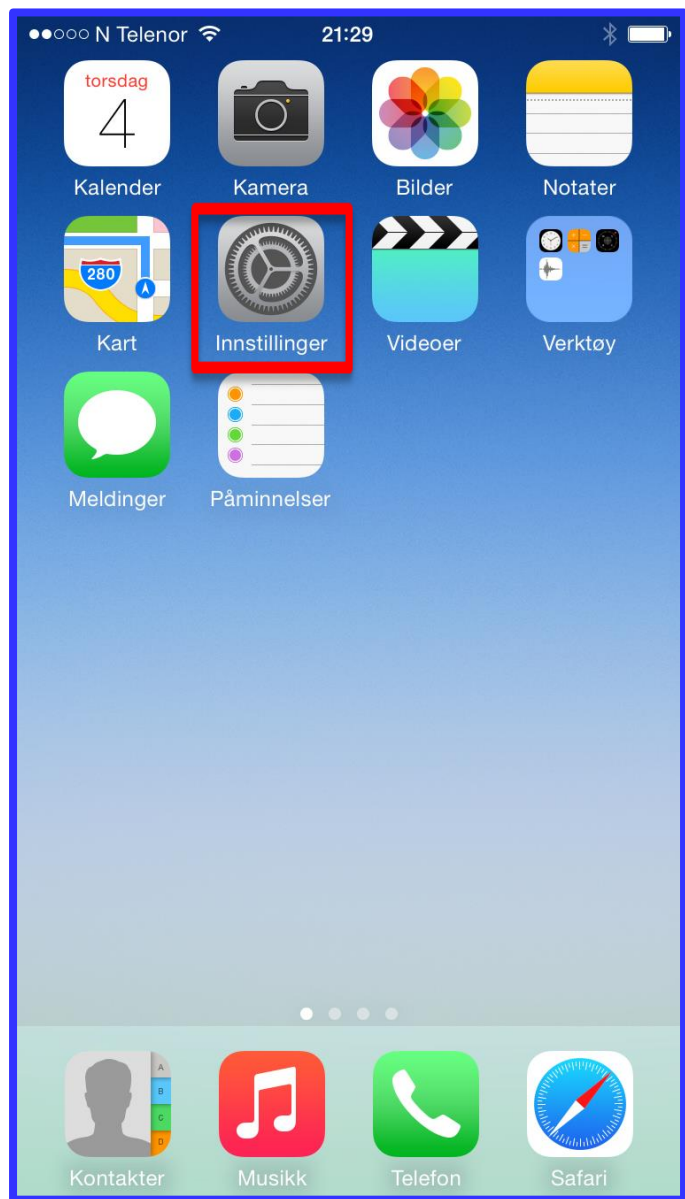


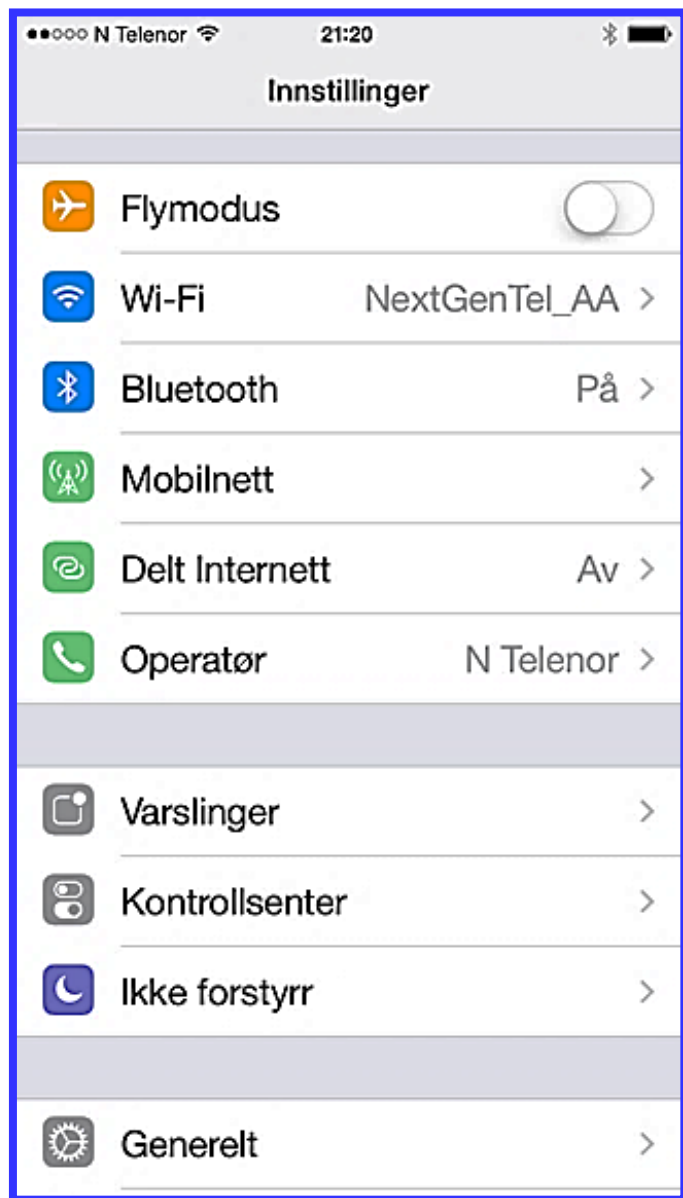


Innstillinger på iPhone

Presentasjonen viser mange innstillinger som er vanlig å gjøre på iPhone.

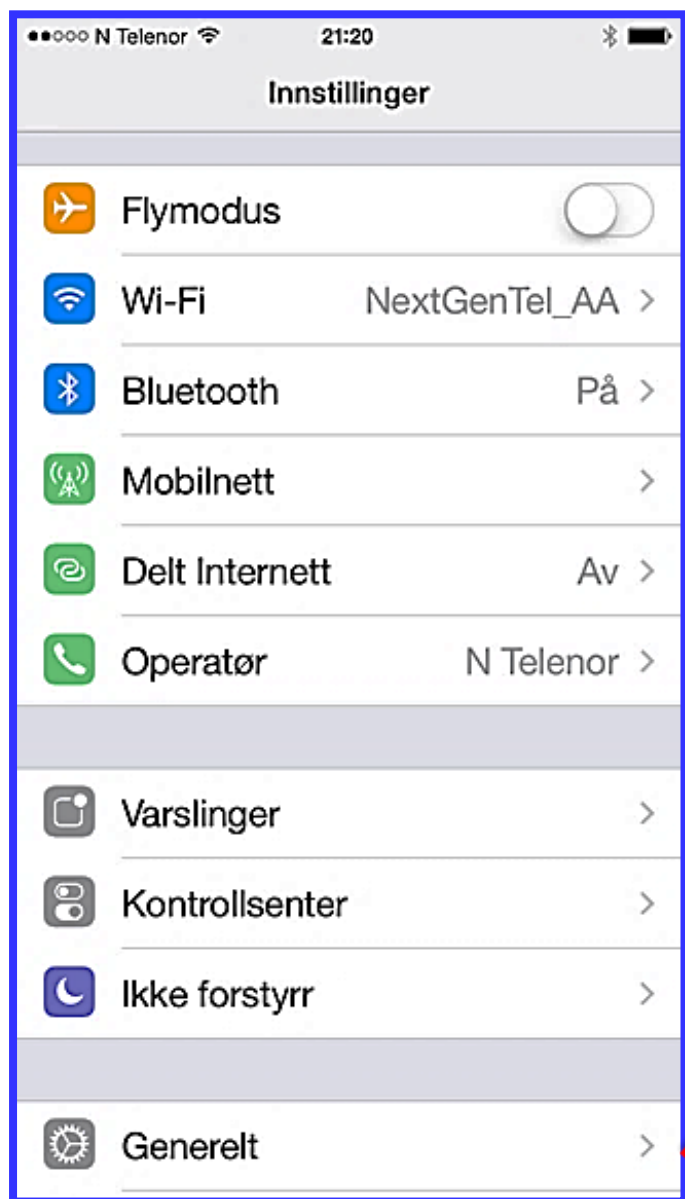
Presentasjonen er laget med iOS 8. Mye er likt i andre versjoner av operativsystemet.

Den røde rammen markerer ikonet for Innstillinger.



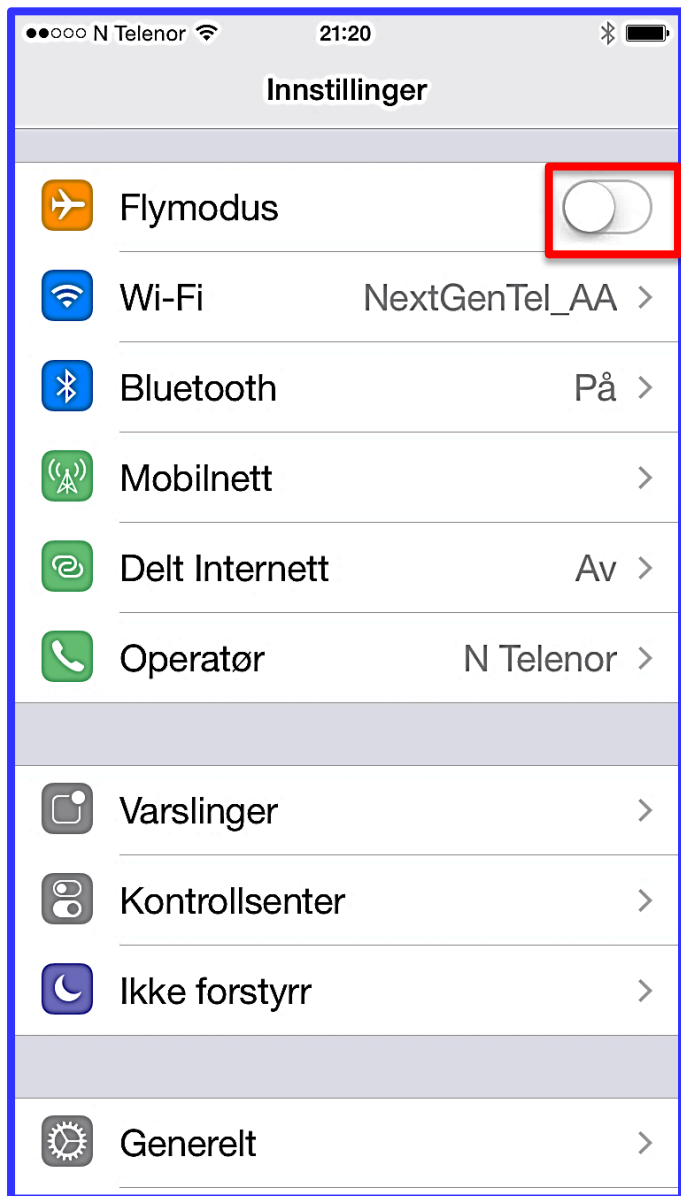
Innhold:

- [Flymodus](#)
- [Wi-Fi](#)
- [Mobilnett](#)
- [Generelt](#) (se underpunkter på neste side)
- [Skjerm og lysstyrke](#)
- [Bakgrunn](#)
- [Lyder og vibrering](#)
- [Meldinger](#)
 - [iMessage](#)
 - [SMS/MMS](#)
 - [Oppsett for MMS](#)
- [Skjermkode](#)
- [Kalendervising](#)
- [Kontrollsenter](#)
- [Søke på mobilen](#)



Innhold - Generelt:

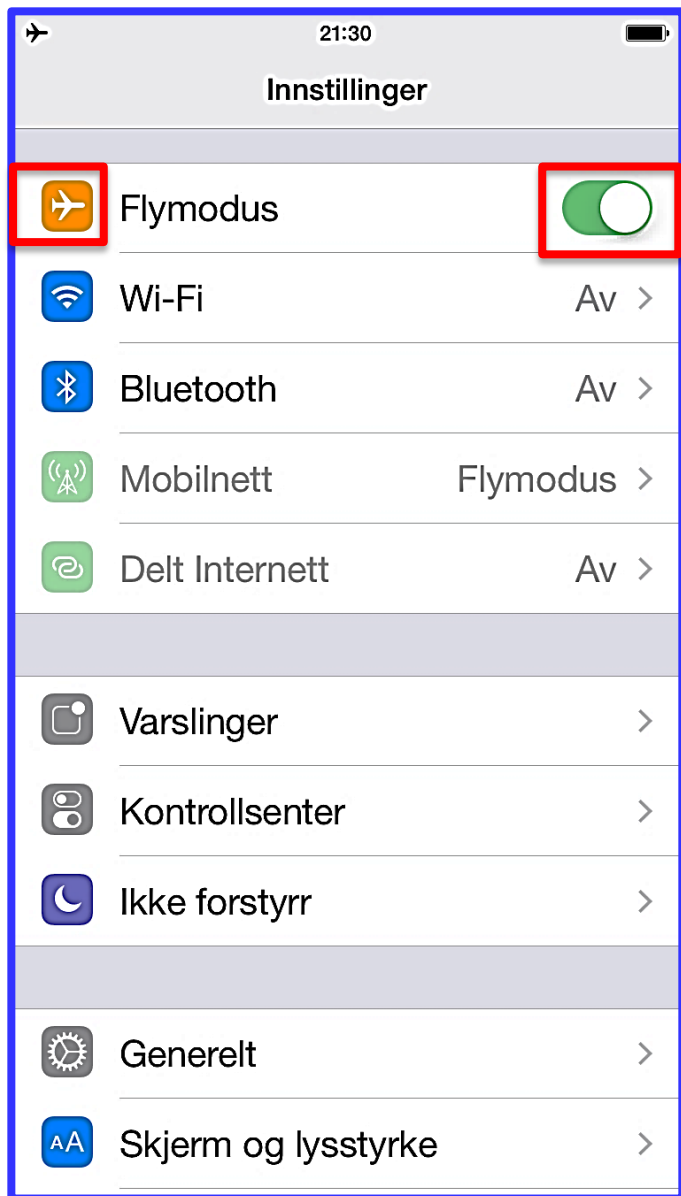
- [Om mobilen](#)
- [Oppdatering](#)
- [Tilgjengelighet](#)
 - [Syn](#)
 - [Hørsel](#)
 - [Læring](#)
 - [Bryterkontroll](#)
- [Bruk](#)
- [Autolås](#)
- [Restriksjoner](#)
- [Dato og tid](#)
- [Tastatur - smilefjes](#)
- [Språk og religion](#)
- [Nullstill](#)



Flymodus

Flymodus gjør at mobilen ikke er på noe mobilnett eller søker etter et slikt nett.

For å slå på flymodus, trykk på tasten til den skifter farge. Hos de fleste blir den grønn.



Flymodus

Farge på fly-symbolet øverst i venstre hjørnet betyr at flymodus er på.

Når flymodus er på, kan du ikke ringe eller ta i mot samtaler.

Du kan ikke motta eller sende meldinger.

Du kan heller ikke være koblet til internett eller mobilnett.

Du kan likevel bruke programmer som ikke krever internett-forbindelse.

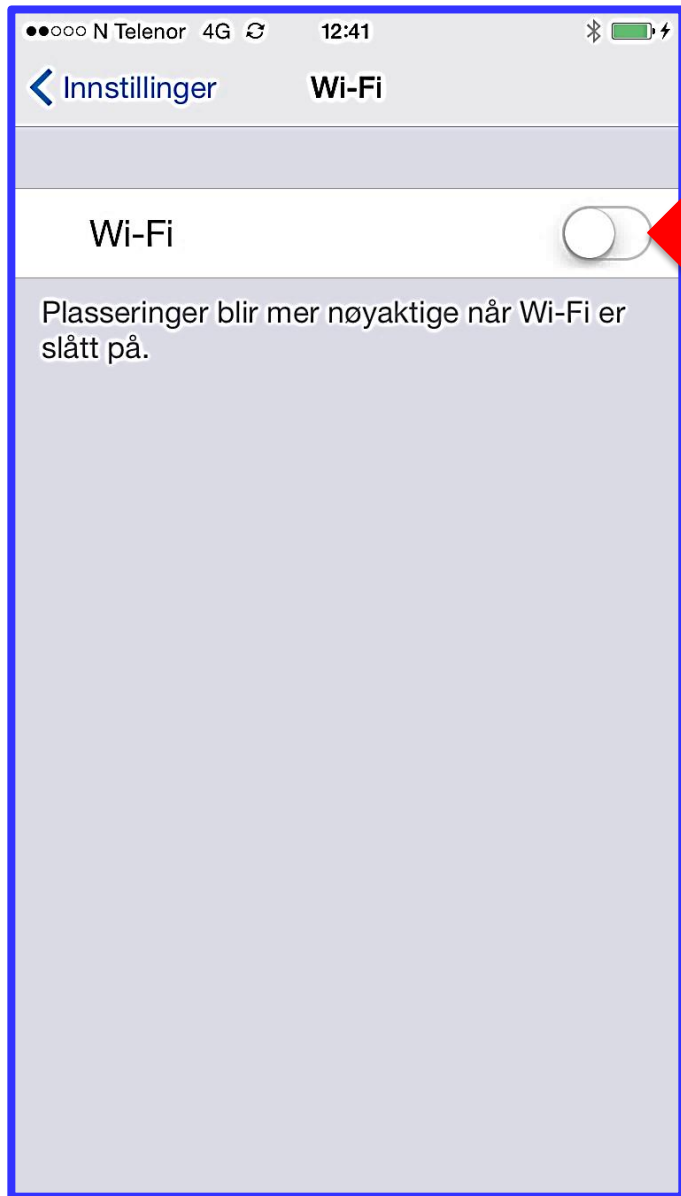
Det er for eksempel Kamera, Notater, Kalender og Musikk.



Wi-Fi

Wi-Fi er trådløst internett.

Det er gjerne billigere å bruke Wi-Fi enn å gå på internett via mobilnettet. Ofte er Wi-Fi helt gratis.



Wi-Fi

For å slå på Wi-Fi, trykk på tasten til den skifter farge.

Hos de fleste blir den grønn når Wi-Fi er på.



Wi-Fi

Velg så et av de tilgjengelige nettverkene.

Her er velger vi NextGenTel_AAA.

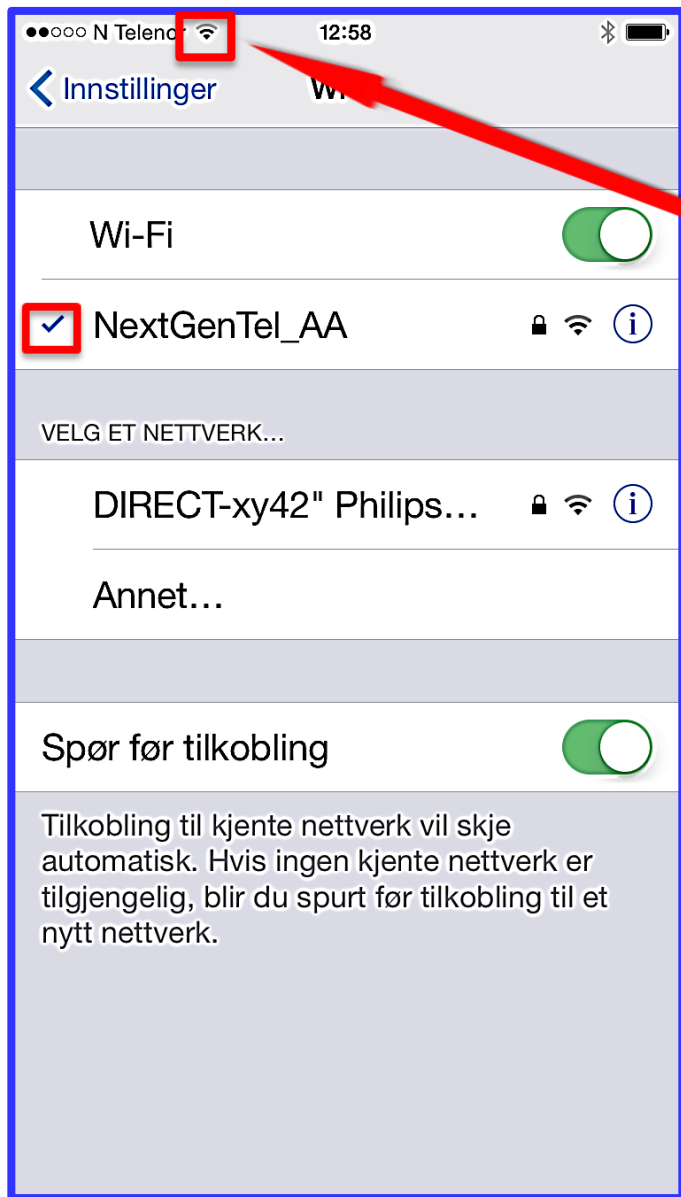


Wi-Fi

De fleste trådløse nettverk er låst. Da trenger du et passord for å bruke det.

Som regel holder det å taste inn passordet den første gangen du bruker nettverket.

Når du har tastet inn passordet, trykk **Koble til**.



Wi-Fi

Tegnet som ser ut som en vifte, betyr at Wi-Fi er slått på.

Jo flere streker, dess sterkere signal er det. Her er det ikke så godt signal, for det er bare 2 streker.



Haken ved siden av nettverksnavnet forteller at nettverket er slått på.



Gå tilbake til Innstillinger

For å gå tilbake til Innstillinger, trykk på **Innstillinger**.



Mobilnett – slå på

Nå du har slått på **Mobilnett**, kan du bruke internett uten at du er koplet til et trådløst nettverk. Det vil si at du bruker internett via nettverket for mobiltelefonen. Da kan du for eksempel bruke Safari, Mail og apper som krever internett-forbindelse. Vær oppmerksom på at datatrafikk koster penger.



Mobilnett - Mobildata

Når du slår på **Mobildata**, kan telefonen din bruke internett via et mobilnettverk.

Hvis du har mulighet, bør du velge 4G-nettet. Det gir raskest nett.

Prisene varierer etter hvilket mobilabonnement du har.

Hvis Wi-Fi er slått på, og du har tilgang til et trådløst nett, vil mobilen bruke Wi-Fi fremfor mobildata.

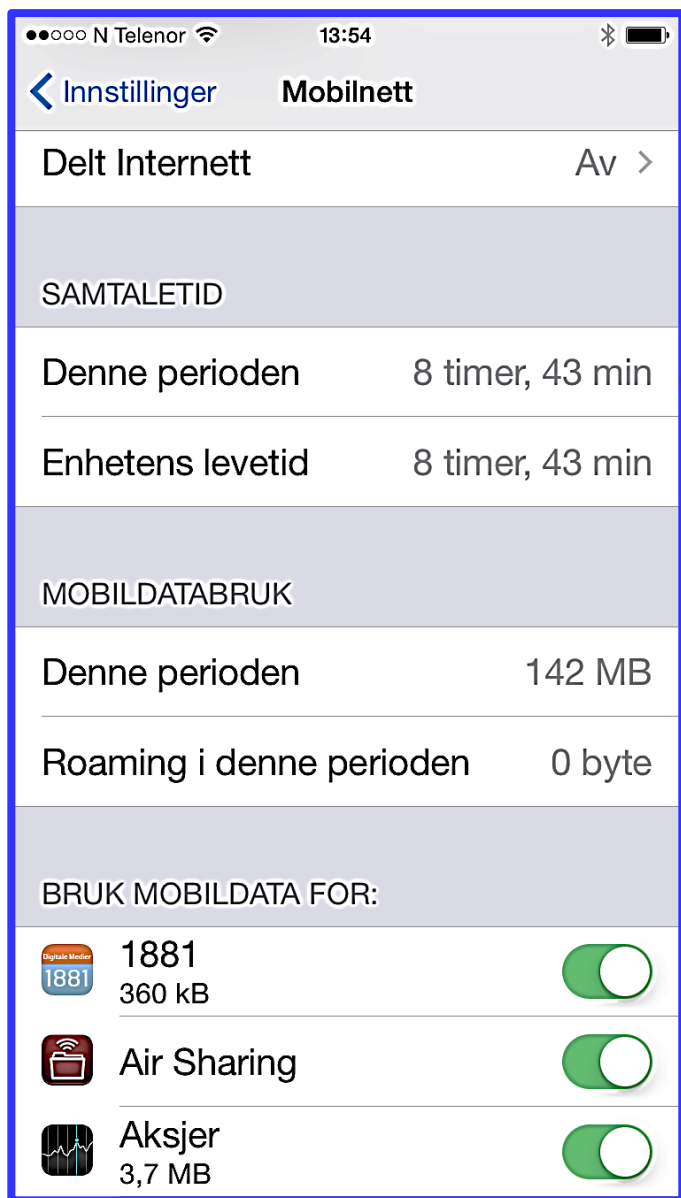
Det er viktig å slå av mobildata når du er i utlandet. Mobildata kan være veldig dyrt utenfor Norge.



Mobilnett – dataroaming

Med **Dataroaming** på, vil mobilen søke etter forskjellige mobilnettverk. Da kan mobilen kople seg på andre nettverk enn det du er vant med. Det kan bli dyrt i utlandet.

Når du slår av Datatrafikk, slår du også av Dataroaming. Hvis du ikke slår av Datatrafikk i utlandet, bør du i alle fall slå av Dataroaming.



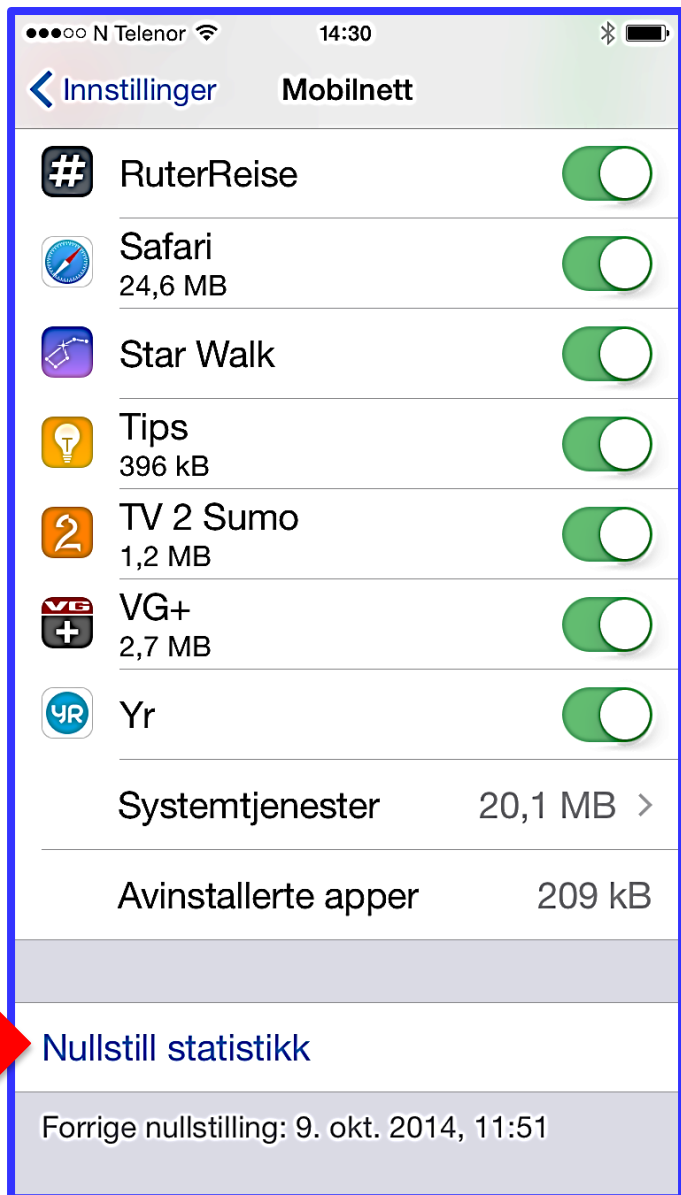
Mobilnett– Bruk

Går du lenger ned på skjermen enn mobilnettverkene, ser du:

← Tid for samtaler i mobiltelefon.

← Hvor mye data som er sendt og mottatt over mobilnettverket.

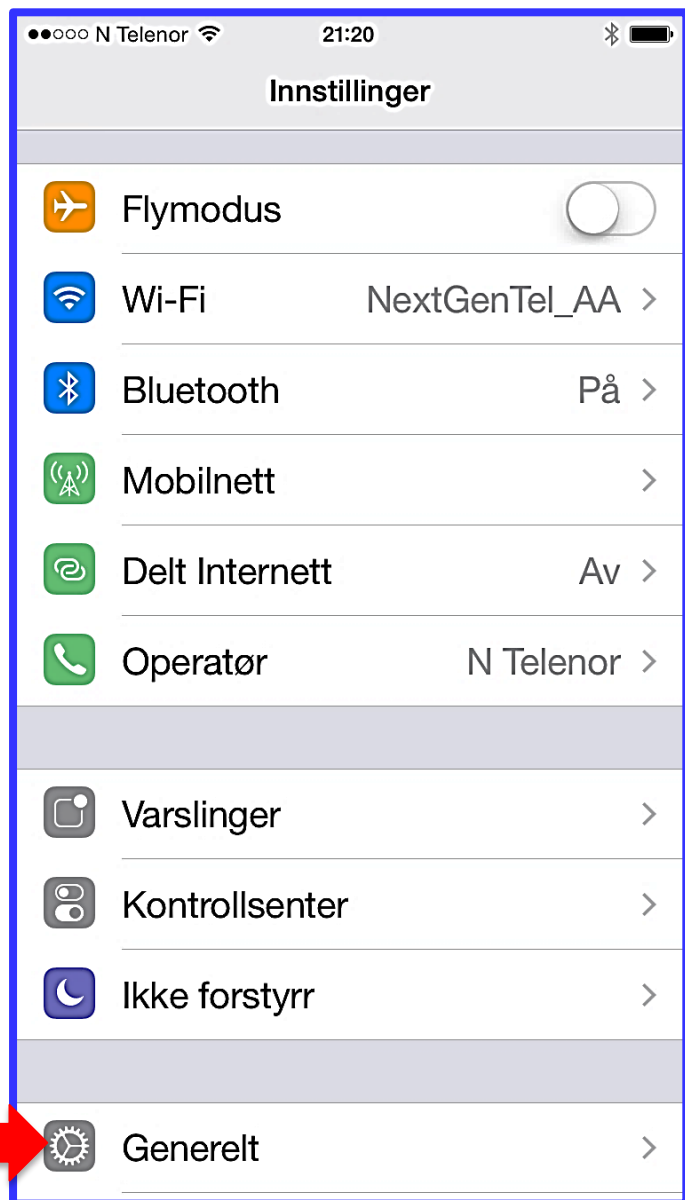
← Du ser også hvilke apper som er stilt inn for å bruke mobildata.
Du kan slå av de du ønsker.



Mobilnett – Statistikk for bruk

Helt nederst kan du **nullstille statistikken**.

Da starter du en ny periode med registreringer av datatrafikk.



Generelt

Her er følgende innstillinger:

- [Om mobilen](#)
- [Oppdatering](#)
- [Tilgjengelighet](#)
- [Bruk](#)
- [Autolås](#)
- [Restriksjoner](#)
- [Dato og tid](#)
- [Tastatur - smilefjes](#)
- [Språk og religion](#)
- [Nullstill](#)



Generelt – Om

Trykker du **Om**, får du informasjon om iPhoneen som kan være nyttig.

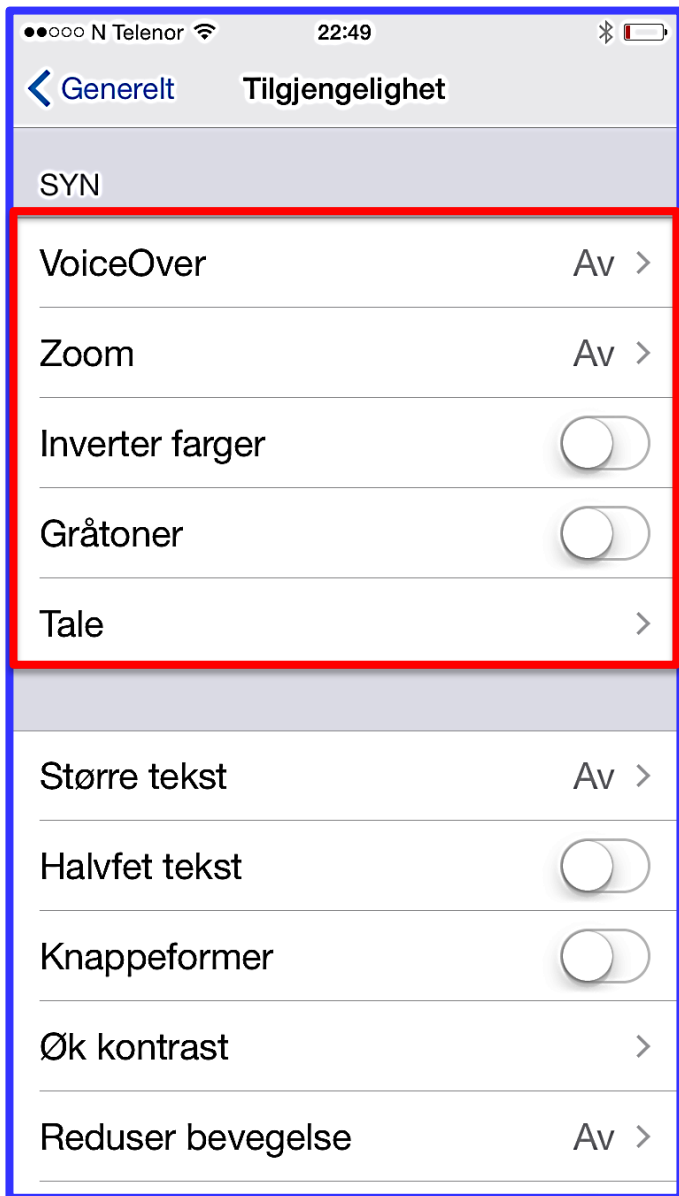
Generelt - Oppdatering

Her kan du oppdatere til en nyere versjon av operativsystemet.

Du bør ta sikkerhetskopi av data på iPhoneen før du oppdaterer operativsystemet.

Det kan du gjøre via iCloud eller iTunes.





Generelt – Tilgjengelighet

Funksjoner i **Tilgjengelighet** kan være nyttige for personer med nedsatt syn, hørsel, læring og motorikk.

Syn

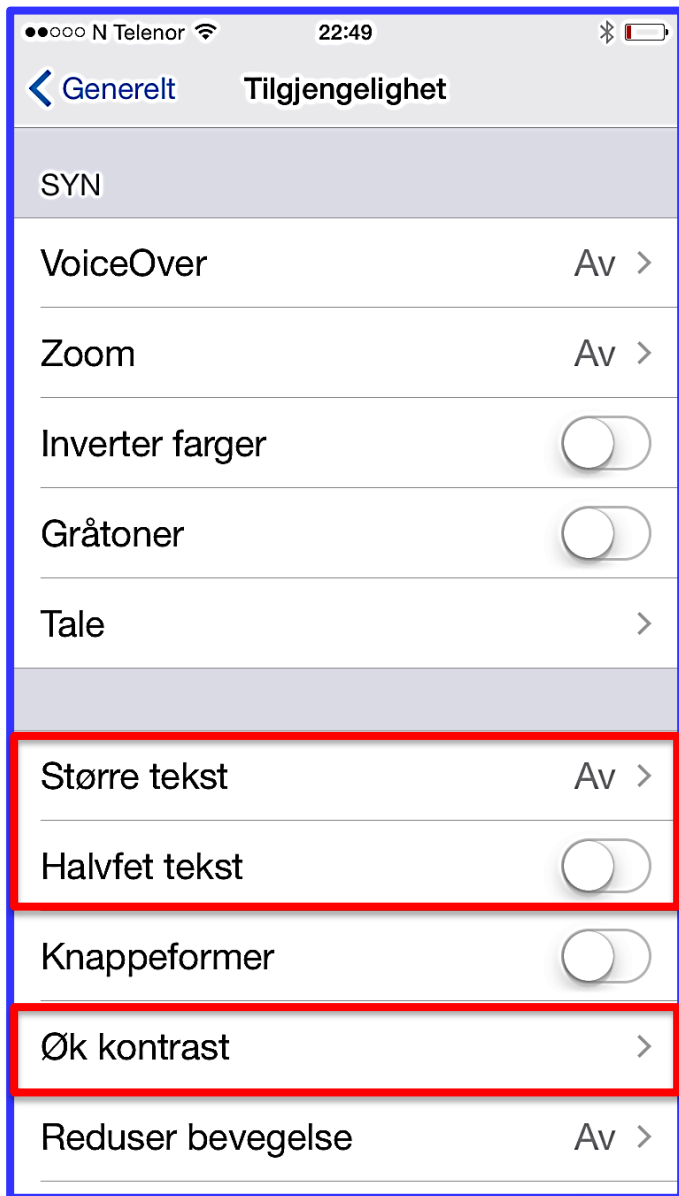
VoiceOver leser opp det som vises på skjermen. Da kan du bruke skjermen uten å se på den.

Zoom forstørrer hele skjermbildet.

Inverter farger gir høy kontrast.

Er **Gråtoner** på, ser du ikke farger.

Tale leser opp det du har markert på skjermen.



Generelt – Tilgjengelighet - Syn

I **Større tekst** kan du stille inn skriftstørrelsen til større skrift enn vanlig.

Velger du **Halvfet tekst**, blir bokstaver og andre tegn tydeligere.

Under er Halvfet tekst slått på.

Halvfet tekst



Velger du **Øk kontrast**, kan du:

- Øke kontrasten i noen bakgrunnen så det blir lettere å lese.
- Få mørkere farger.
- Gjøre sterke farger mindre intense.



Generelt – Tilgjengelighet - Hørsel

Noen høreapparater kan koples til iPhone.

Trykk da **Høreapparater**.

Ved å trykke Høreapparater kan du få **Høreapparatmodus**. Det gir kan gi mindre forstyrrelser for noen høreapparater.

Når LED-blink for varsler er slått på, blinker lyset som er bak på iPhoneen, når bestemte ting skjer. Det kan for eksempel være når noen ringer eller sender SMS. Lyset blinker bare når iPhoneen er låst eller i dvalemodus.

Er **Støyreduksjon** på, blir det mindre sjenerende bakgrunnsstøy for den du snakker med i telefonen.

Monolyd gjør at du hører all lyd i hver av høyttalerne på mobilen. Du kan justere balansen på lydvolumet du hører fra hver av høyttalerne.

Du kan justere **lydvolumbalansen** mellom høyre og venstre høyttaler (kanal).



Generelt – Tilgjengelighet

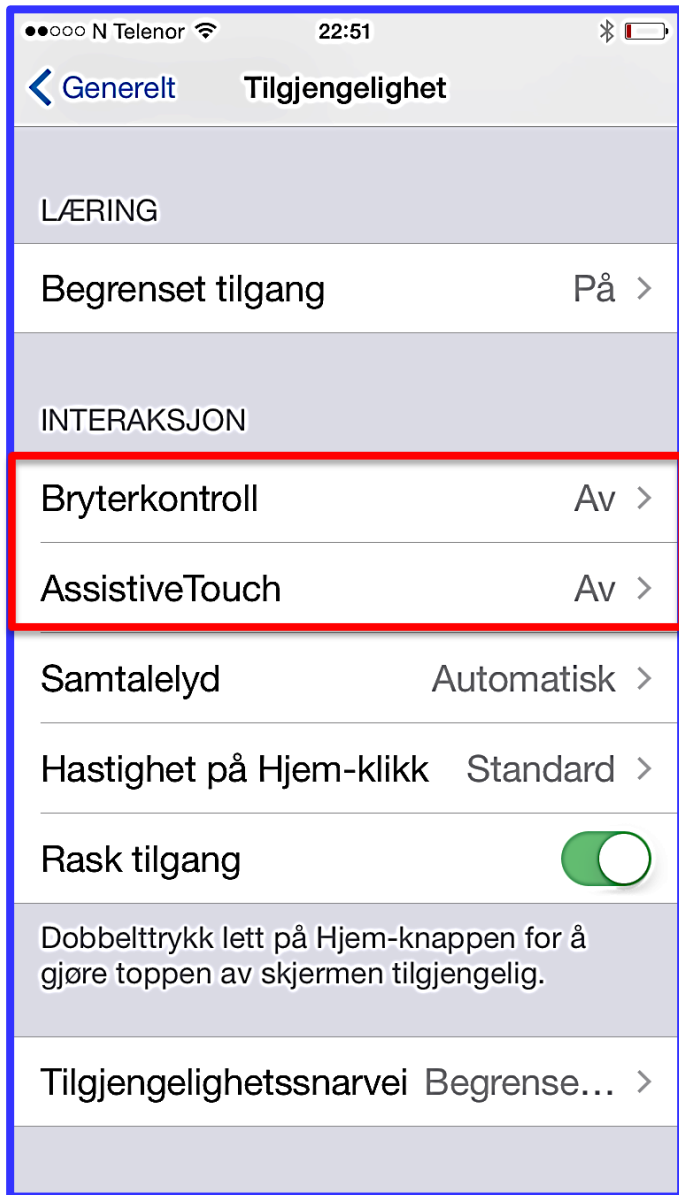
Media

Undertekster i videoer kan justeres her. Noen videoer har **skjult testing**. Det kan slås på her.

Videobeskrivelser skal gi en beskrivelse av hva som skjer i en video hvis slike beskrivelser er lagt inn.

Læring

Med **Begrenset tilgang** låses iPhone til ett program. Du kan også kontrollere hvilke funksjoner som skal være tilgjengelige i programmet. Du kan også begrense hvor lenge et program skal kunne brukes.



Generelt – Tilgjengelighet

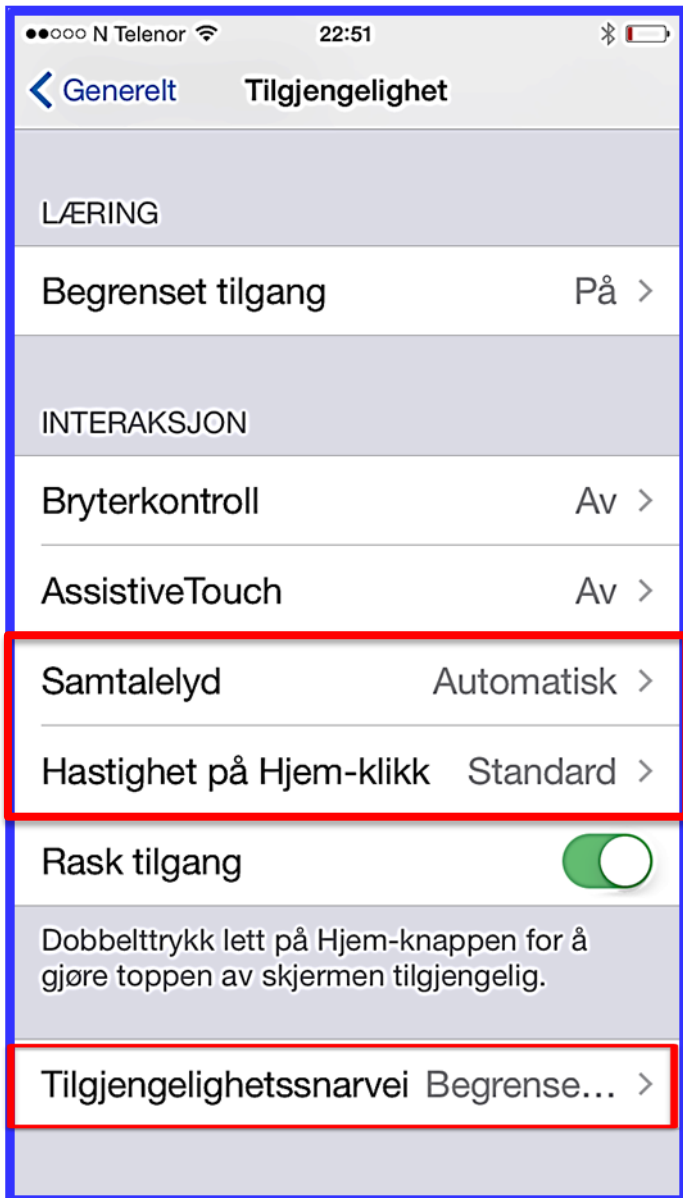
Med **bryterkontroll** kan du utføre kommandoer på skjermen ved hjelp av en eller flere brytere. Du kan bruke mobilens kamera som en bryter for hodebevegelser. Eller du kan kople på en ekstern bryter via Bluetooth.

Noen har problemer med å trykke på knapper og eller på skjermen. **Assistive Touch** kan hjelpe til med å utføre bevegelsene man har problemer med.

Med AssistiveTouch aktivert, kan du også bruke tilbehør som joystick.

Når AssistiveTouch er slått på, ser du dette ikonet. Trykker du på det, får du opp en meny med hjelpefunksjoner.





Generelt – Tilgjengelighet

På **Samtalelyd** kan du velge hvor du vil høre lyden fra ved telefon- eller FaceTimesamtaler. Du kan velge hodetelefon eller tilkoplett høyttaler i stedet for telefonhøyttaleren.

Med **Hastighet på Hjem-klikk** kan du justere hvor raskt dobbeltklikk og trippelklikk på Hjem-knappen skal gjøres.

Tilgjengelighetssnarvei lar deg bestemme hva trippelklikk på Hjem-skjermen kan gjøre.

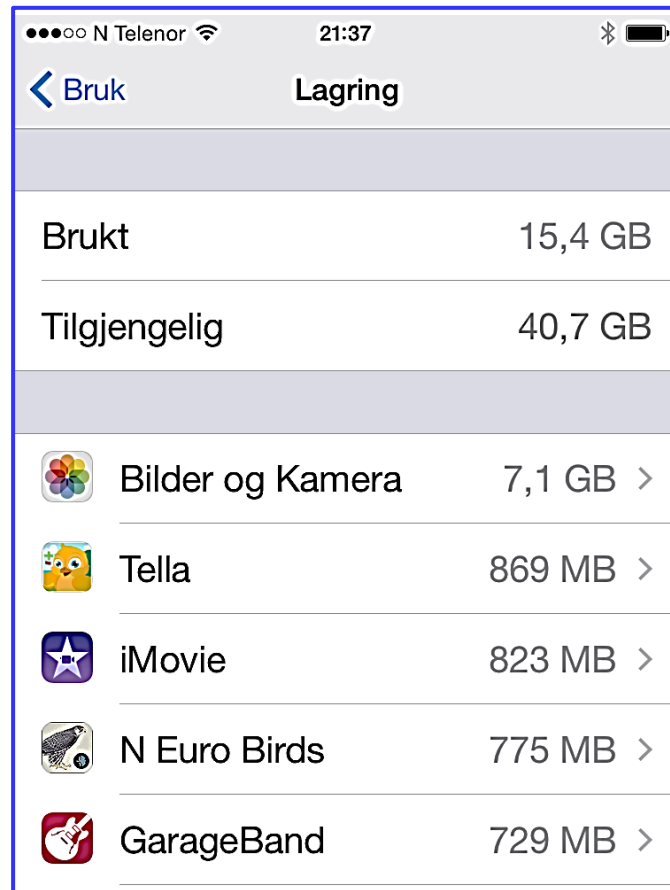
Generelt – Bruk

Bruk viser hvor stor plass forskjellige ting tar på iPhoneen.



Generelt – Bruk

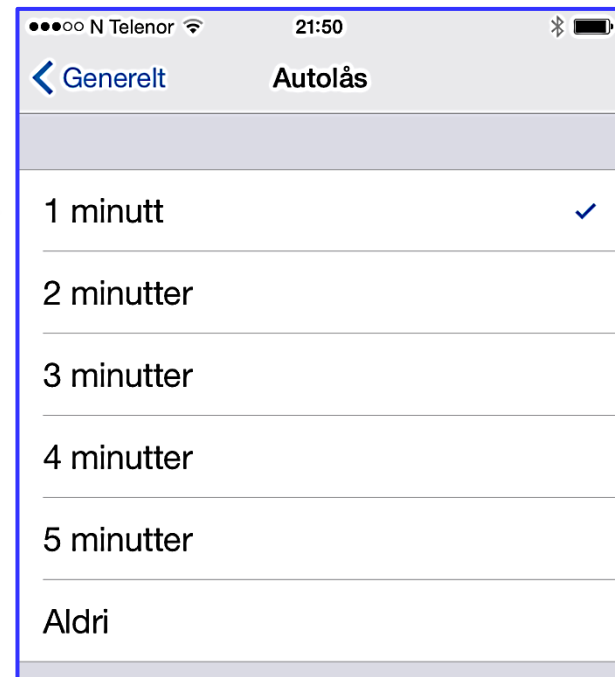
Trykker du **Administrer lagring**, kan du se hvor stor plass det du har på iPhoneen, tar.



Generelt – Autolås

Autolås betyr at skjermen slår seg av etter en bestemt tid.

Det kan være lurt å velge 1 minutt. Da bruker mobilen minst mulig strøm. Dermed varer batteriet lenger.



Generelt – Restriksjoner

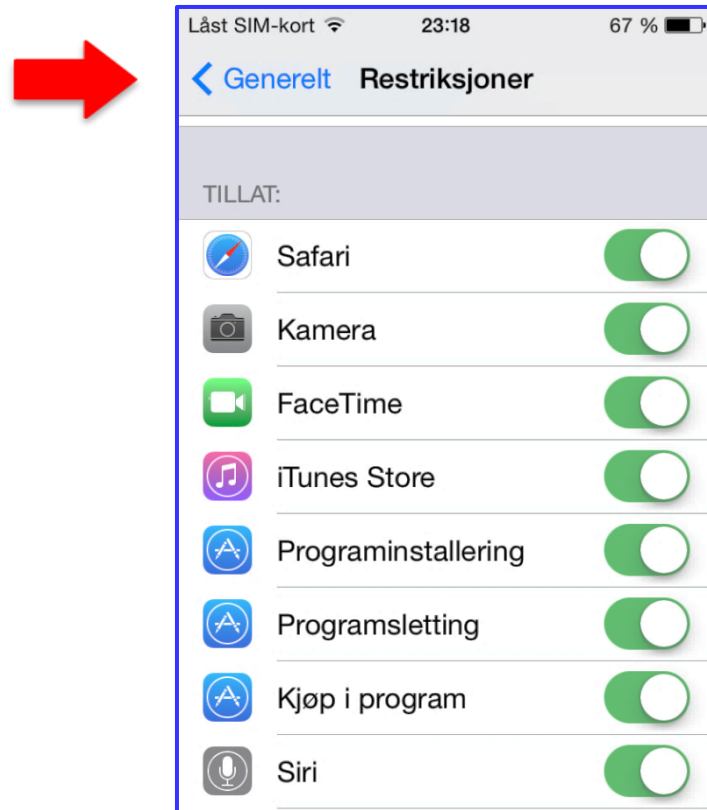
Når du bruker **Restriksjoner**, kan du deaktivere programmer. Det vil si at programmene ikke kan brukes. Første gang du bruker Restriksjoner, må du oppgi en kode.

Det er svært viktig at du husker koden. Taster du feil mer enn et bestemt antall ganger, må du nullstille telefonen for å få lagt inn en ny kode. Da slettes det du har på den.



Generelt – Restriksjoner

Når du aktiverer restriksjoner, trykker du på de programmene som det ikke skal være mulig å bruke. Under er alle programmene tillatt å bruke.





Generelt – Restriksjoner

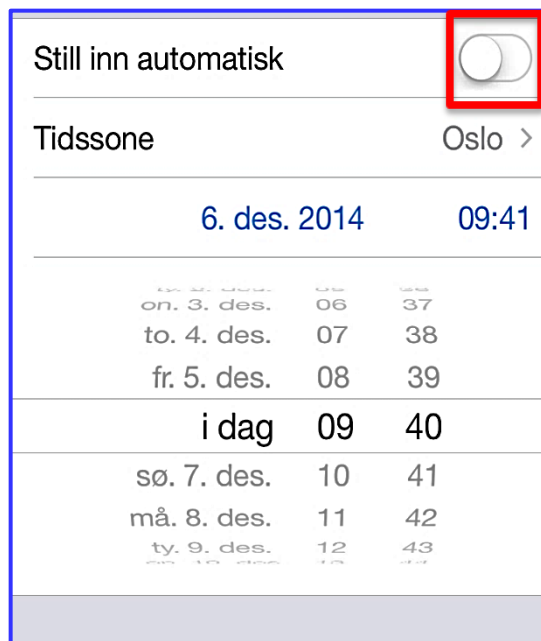
Som vi ser, er
det mye man
kan slå av.



Generelt – Dato og tid

24-timersklokke er vanlig å bruke i Norge.

Ved **Still inn automatisk** skifter mobilen tidssone når du er i utlandet i en ny tidssone.

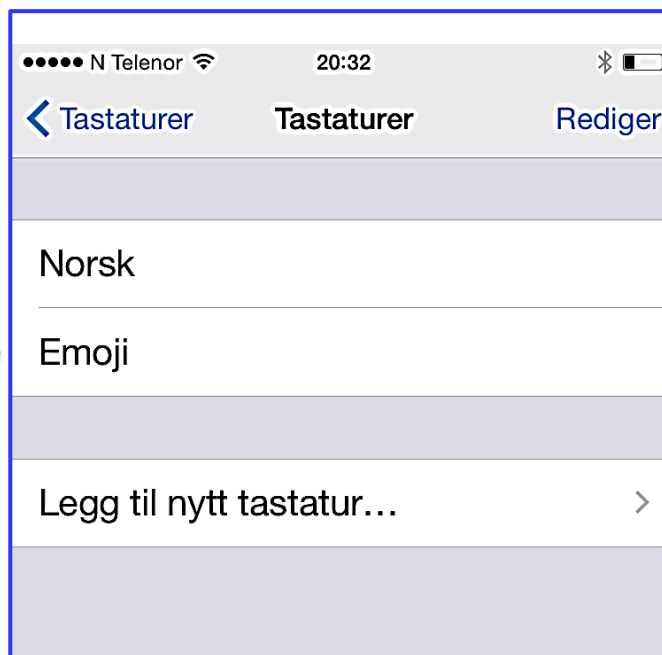
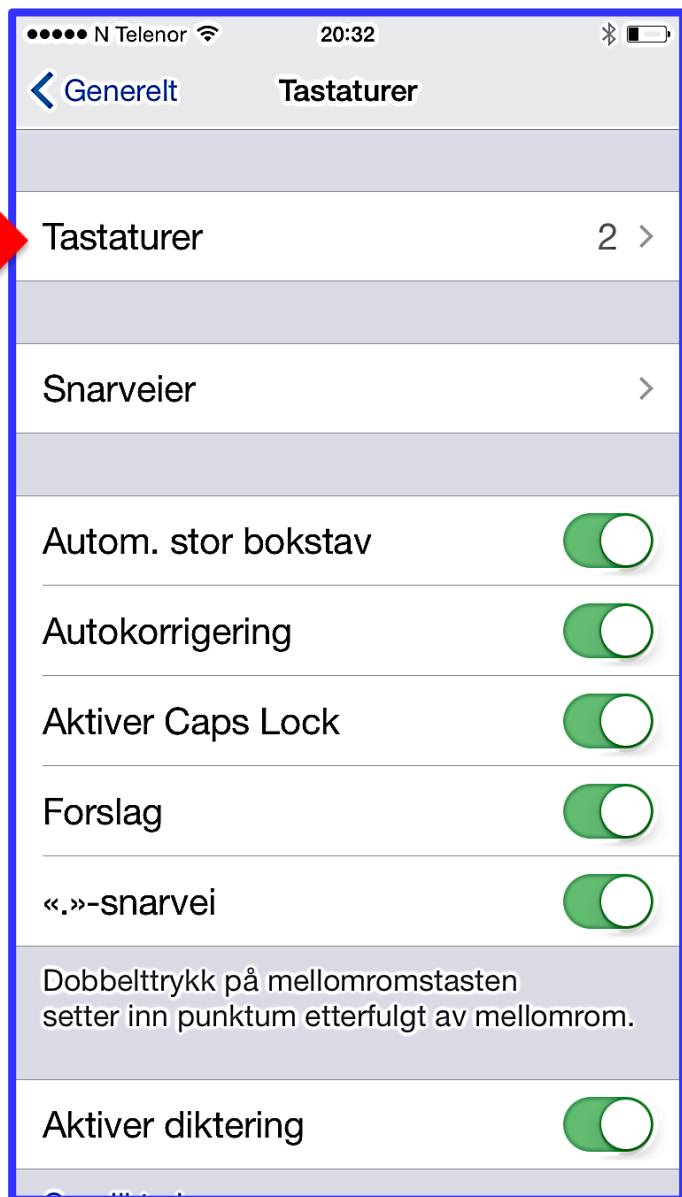


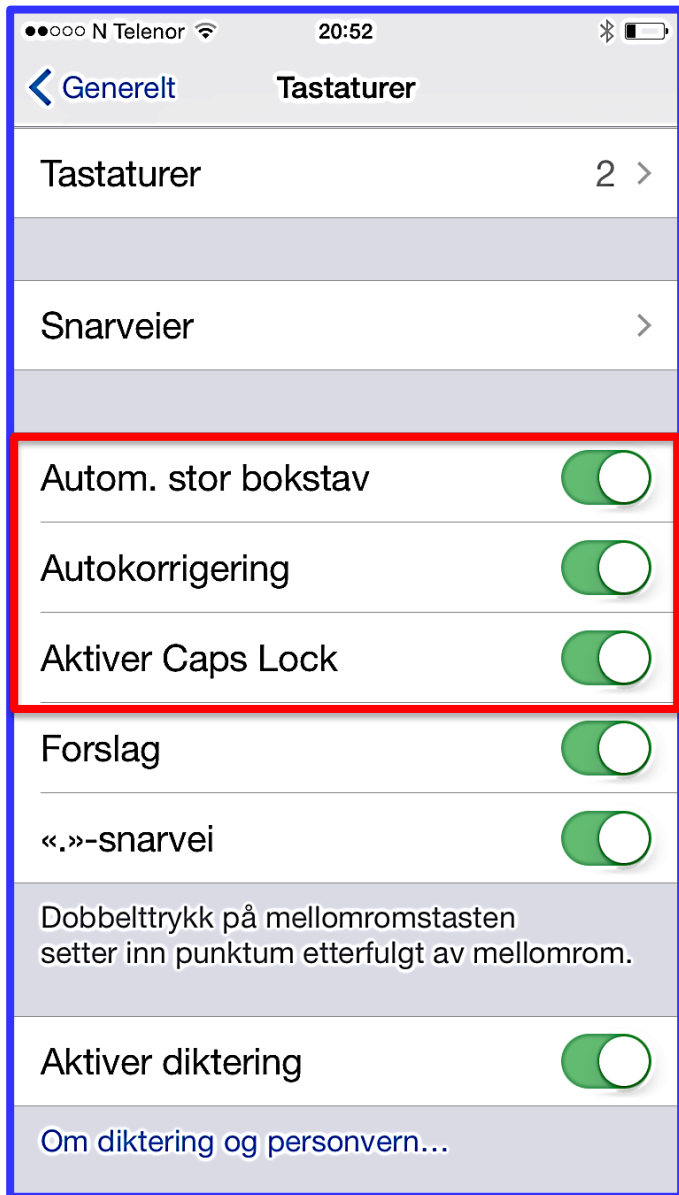
Er **Still inn automatisk** slått av, kan **du stille inn dato og tid selv**. Trykk på datoen og tiden som er innstilt, så kan du skifte dette.

Generelt – Tastaturer

Trykker du **Tastaturer**, kan du slette eller legge til tastaturer for andre språk.

For å få **smilefjes**, er det viktig å ha tastaturet Emoji.



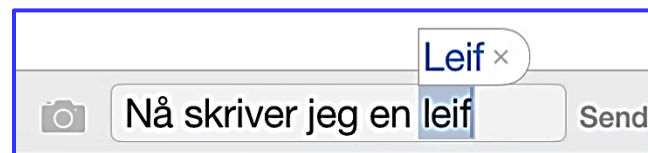


Generelt – Tastaturer

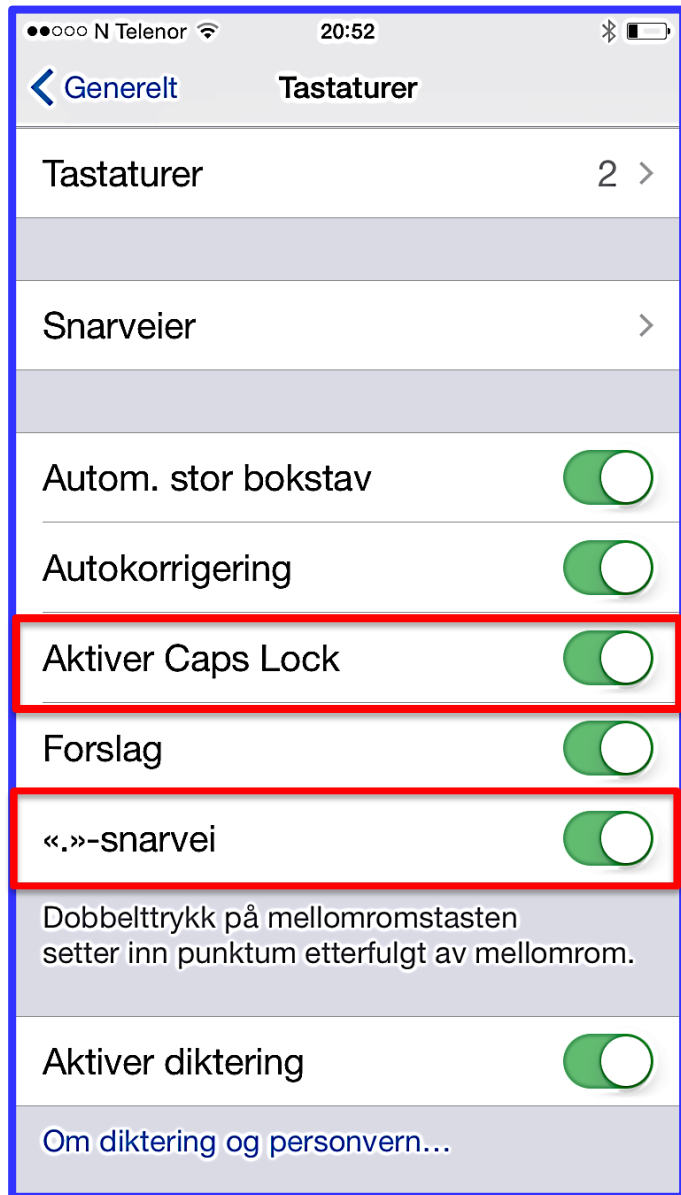
Du kan velge å bruke **automatisk stor bokstav** i starten av setninger.

Du kan sette på **autokorriger**.
Da blir stavefeil automatisk rettet opp.

Ved autokorriger kommer det forslag mens du skriver for å rette opp ord som trolig er skrevet feil. Fortsetter du å skrive, settes ordforslaget fra systemet inn i teksten.



Trykker du på krysset ved ordforslaget, settes det **ikke** inn.



Generelt – Tastaturer

Når **Caps Lock** er aktivert, kan du lett skifte mellom store og små bokstaver når du skriver en tekst.

Når **“.”-snarvei** er slått på, setter du punktum i en tekst ved å dobbeltrykke på mellomromtasten.



Generelt – Språk og religion

iPhone-språk er språk for:

- Menyer
- Talekontroll
- VoiceOver
- Apper og internett

Ønsket rekkefølge av språk viser hvilke språk apper og nettsteder vil bruke.

Område-innstillingen angir hvordan tidspunkt og dato skal vises.

Kalender som er vanlig i Norge, er gregoriansk kalender.



Generelt – Nullstill

Nullstill alle innstillinger vil si å fjerne alle innstillinger du har gjort. Du kan også **slette alt innhold** du har lagt inn på mobilen. Hvis du gjør dette, må mobilen konfigureres på nytt.

Du kan **nullstille tastaturordboken**.

Da sletter du alle ordene som er lagt til i stavekontrollen.

Du kan **nullstille layout på Hjem-skjermen**.

Da plasseres de appene som hører med mobilen, der de opprinnelig var plassert. Mapper du har laget, løses opp. Har du lagt inn et bakgrunnsbilde, blir det fjernet.



Skjerm og lysstyrke

Lysstyrke

Her kan du justere lysstyrken på skjermen. Flytt skyvekontrollen til venstre eller høyre.

Hvis **Autolysstyrke** er på, justerer mobilen automatisk lysstyrken på skjermen. Da blir den best mulig i forhold til lyset i omgivelsene.

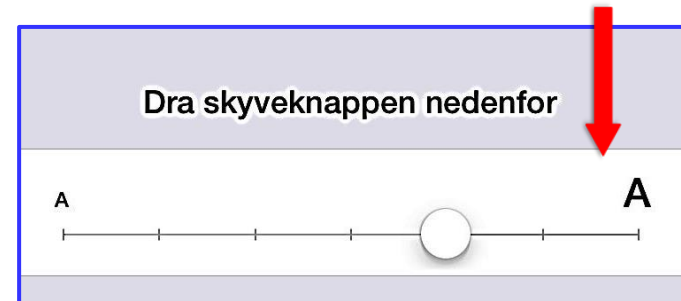
Lysstyrken på skjermen påvirker hvor lenge batteriet varer. Hvis du vil spare strøm, er det lurt å dempe lysstyrken eller slå på autolysstyrke.



Skjerm og lysstyrke

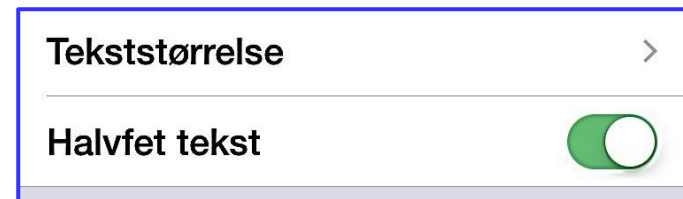
Visningszoom er en forstørrelsesfunksjon.

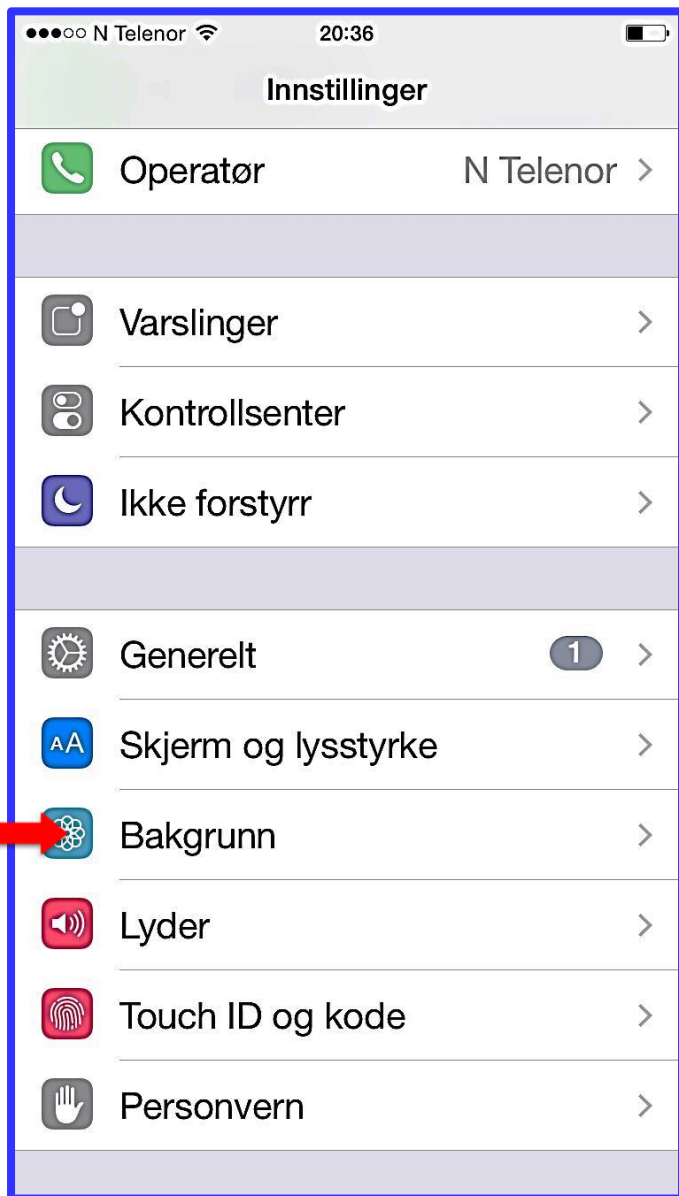
Med **Tekstforstørrelse** kan du justere størrelsen på bokstaver og tall. Det er 7 alternativer.



Halvfet tekst gir deg fetere bokstaver. De er tydeligere å se.

Nedenfor er det halvfet tekst.



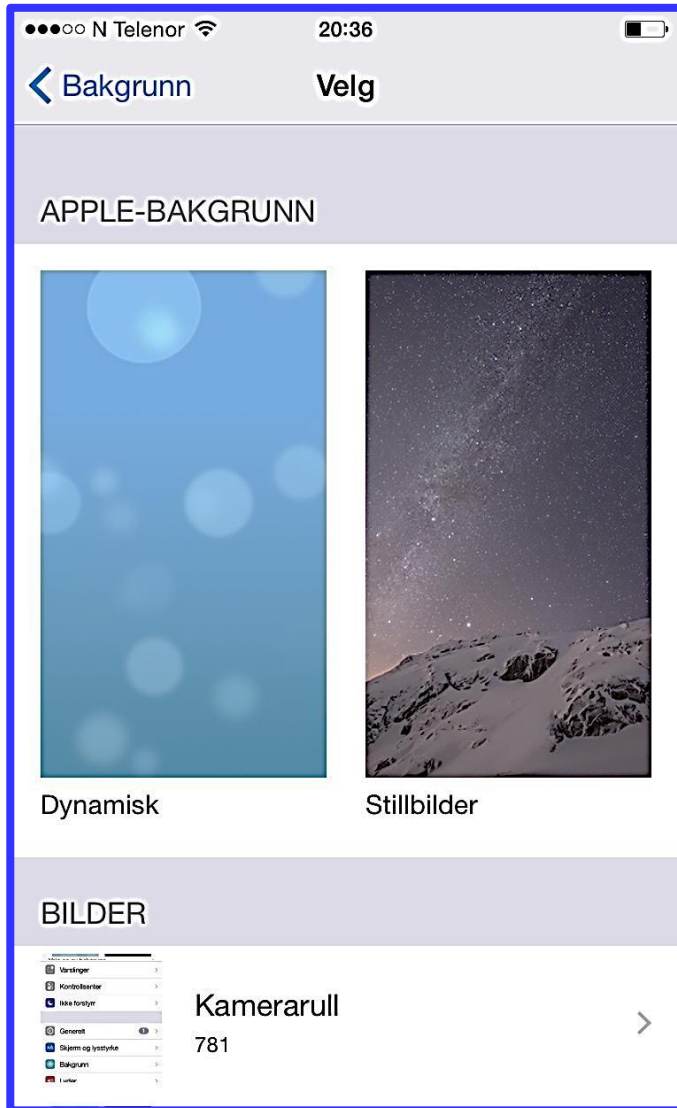


Innstillinger - bakgrunn

Trykker du **Bakgrunn**, får du se bakgrunnene du bruker på skjermene.

Du kan velge en ny bakgrunn.

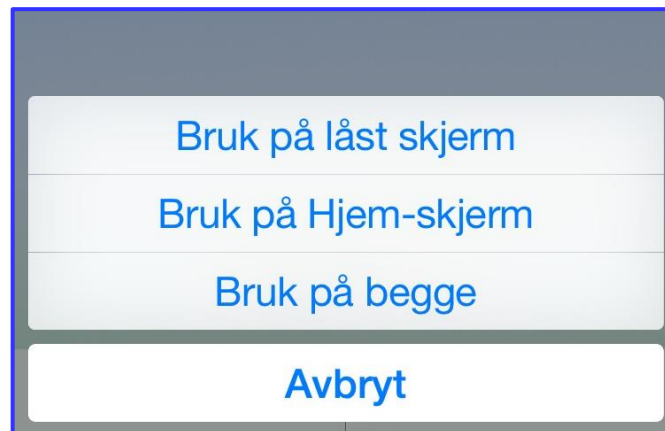




Bakgrunn

Du kan velge en av Apple-bakgrunnene om følger med mobilen. Eller du kan velge et av dine egne bilder.

Du kan velge om bakgrunnen skal Gjelde en eller begge skjermer.





Lyder – lyder og vibreringsmønstre

Som du ser, kan du velge hva slags lyd du ønsker for en rekke signaler.

For alle andre signaler enn ringetone kan du velge bort varseltone.

For **vibrering** kan du velge:

- om du vil ha vibrering og lyd
- om du vil ha vibrering i stedet for lyd
- hva slags vibreringsmønster du ønsker



Lyder

I tillegg kan du velge om du vil ha:

Låselyder

Når låselyder er på, skal du høre hører du en lyd når skjermen blir svart. Det virker ikke alltid.

Tastaturklikking

Da klikker det litt når du skriver.

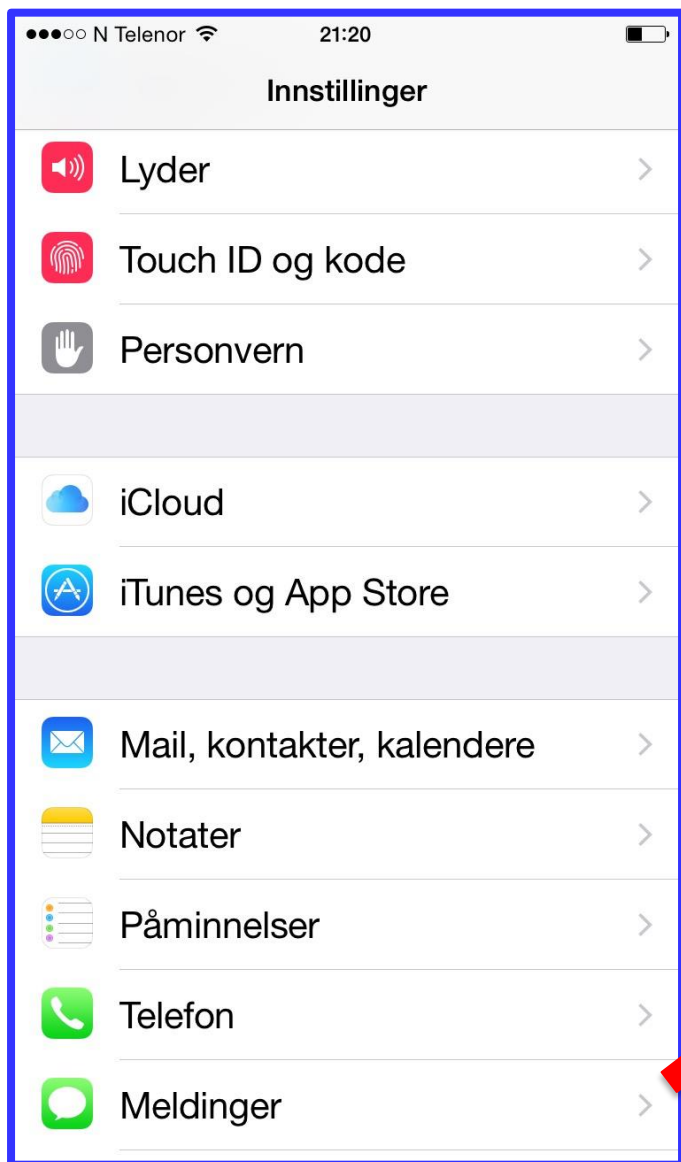


Lyder

Her kan du velge innstillinger for:
Vibrering

Volum på ringelyd og varsler

Lyder og vibreringsmønstre



Meldinger - iMessage

Rull deg et stykke ned til Meldinger.

Trykker du Meldinger, kommer du først til iMessage.

iMessage gjør at meldinger blir sendt via internett selv om du skriver dem som SMSer.





Meldinger - iMessage

I Message sendes medlinger via Wi-Fi eller mobilnett. Det er gjerne rimeligere å sende en melding via iMessage enn som en SMS. Det gjelder også om mobilnettet brukes.

iMessage-meldinger kan sendes mellom iPhone, iPad, iPod touch og Mac.

Det er lurt å aktivere **Send som SMS**. Da blir meldinger sendt som SMS når iMessage ikke er tilgjengelig.



Meldinger – SMS/MMS

Du kan velge om mobilen skal kunne sende bildemeldinger – **MMS**.

Emnefelt vil si «overskrift» i meldingen.

Du kan **blokkere** enkelte av kontaktene dine. Da vil du ikke motta samtaler eller meldinger fra de personene som er blokkert.

Under **Meldingslogg** kan du velge hvor lenge telefonen skal lagre meldinger.

1.

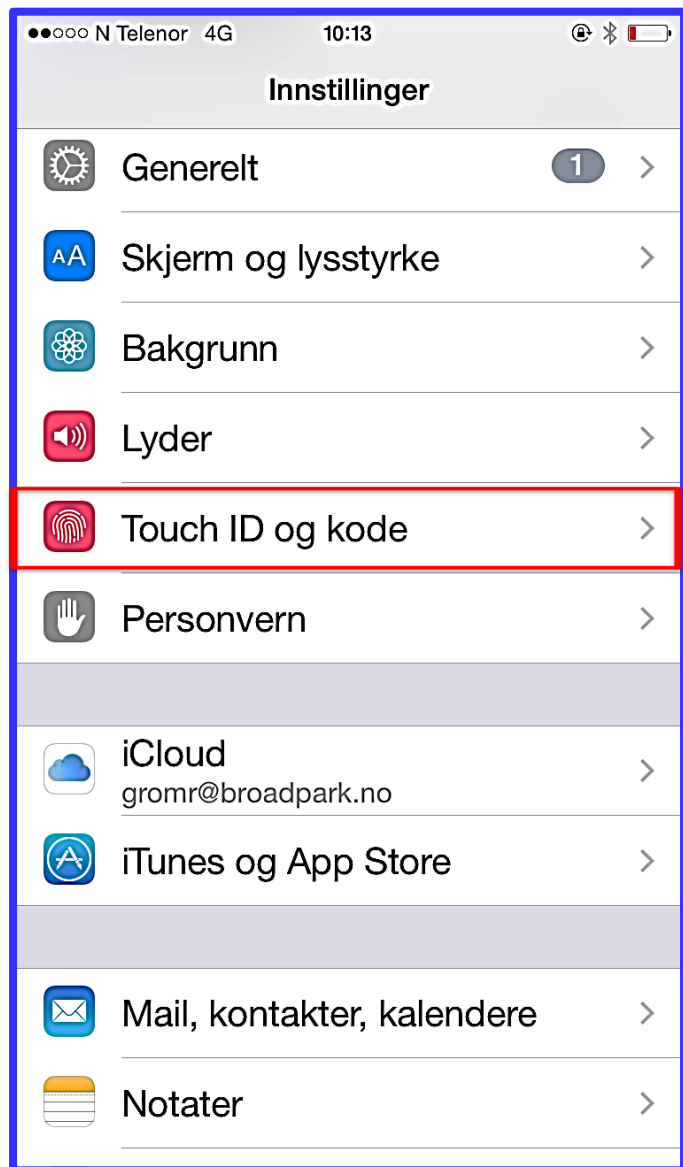


2.



Oppsett for å sende MMS

1. Slå på **MMS-meldinger**.
(Via Innstillinger- Meldinger)
2. **Datatrafikk** bør være aktivert.
(Via Generelt – Mobilnett - Mobildata)
3. **Mobilen må være aktivert for MMS og mobildata** hos din teleleverandør (teleleverandøren leverer mobiltelefon-abonnementet ditt). Du kan ofte gjøre det ved å logge deg inn på Mine Sider på nettsiden til teleleverandøren. Eller du kan ringe teleleverandøren og be dem ordne det.



Touch ID og kode - skjermkode

Når skjermen er slått av, bruker mange en **kode for å slå skjermen på igjen**.

Det er en skjermkode.

Koden består av fire tall.

Det kan være lurt å bruke skjermkode.

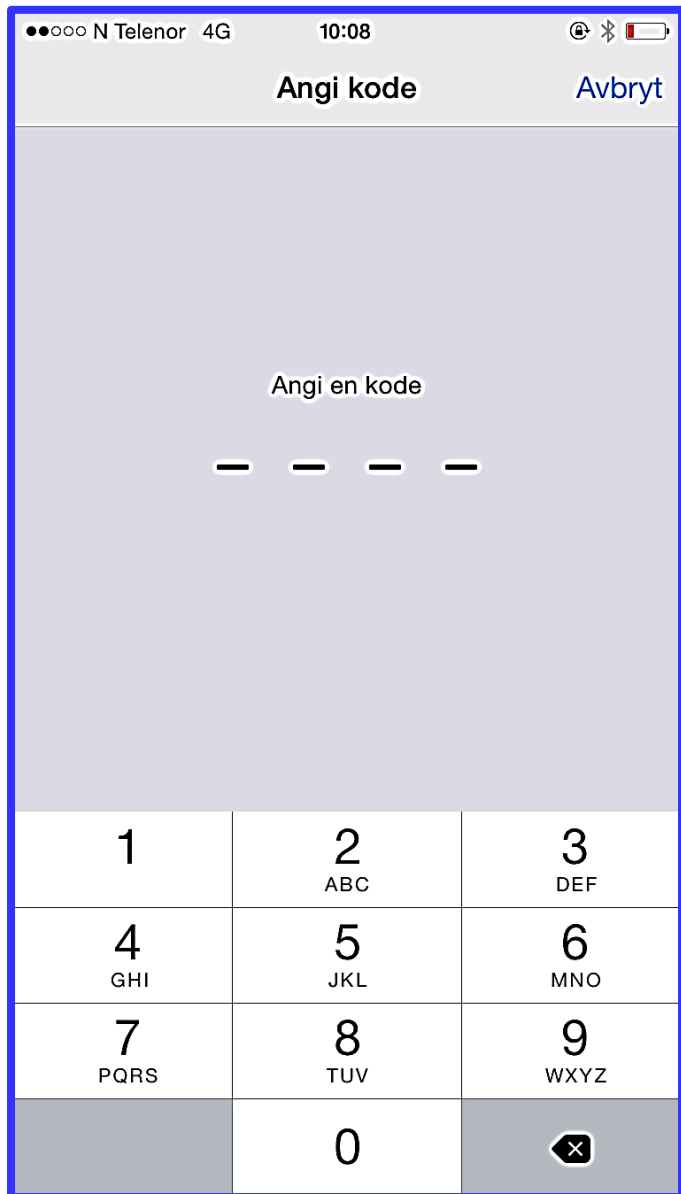
Det kan hende du mister mobilen din eller den blir stjålet mens den er slått på.

Hvis du da har skjermkode, vil det være vanskelig for andre å bruke mobilen.

Skjermkode er ikke det samme som PIN-kode.

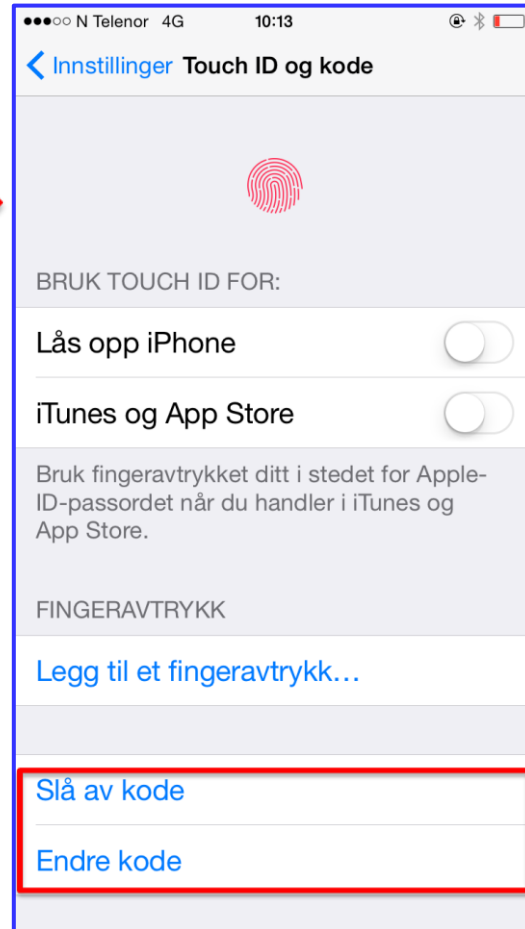
PIN-kode må du ha for å **låse opp SIM-kortet** når du slår på mobilen.

Trykk Touch ID og kode for å slå på, slå av eller endre skjermkode.



Touch ID og kode - skjermkode

Hvis det allerede er lagt inn en kode, må du oppgi denne.



Her kan du slå kode på eller av eller endre kode. Det gjelder selv om du ikke bruker fingeravtrykk.

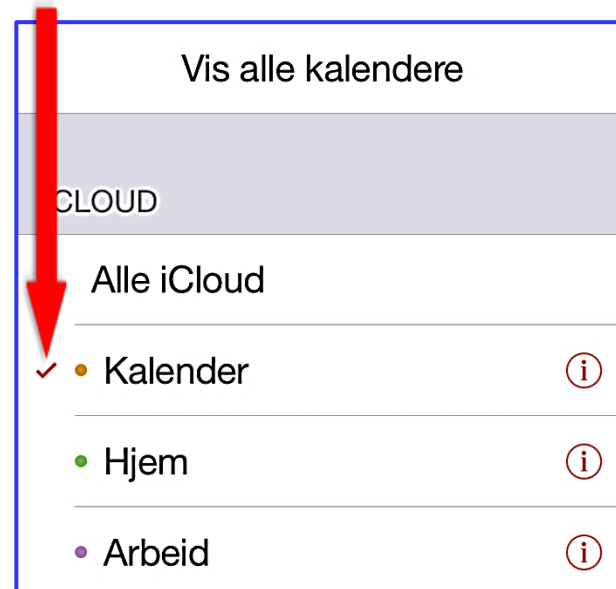


Kalendervisning

Åpne appen (programmet) **Kalender**.

De datoene som har hendelser i kalenderen, er merket med en prikk. For å se disse prikkene og vise hendelser i kalender, må kalenderen være slått på. Trykk på Kalendere.

Marker den eller de kalenderne du vil bruke.



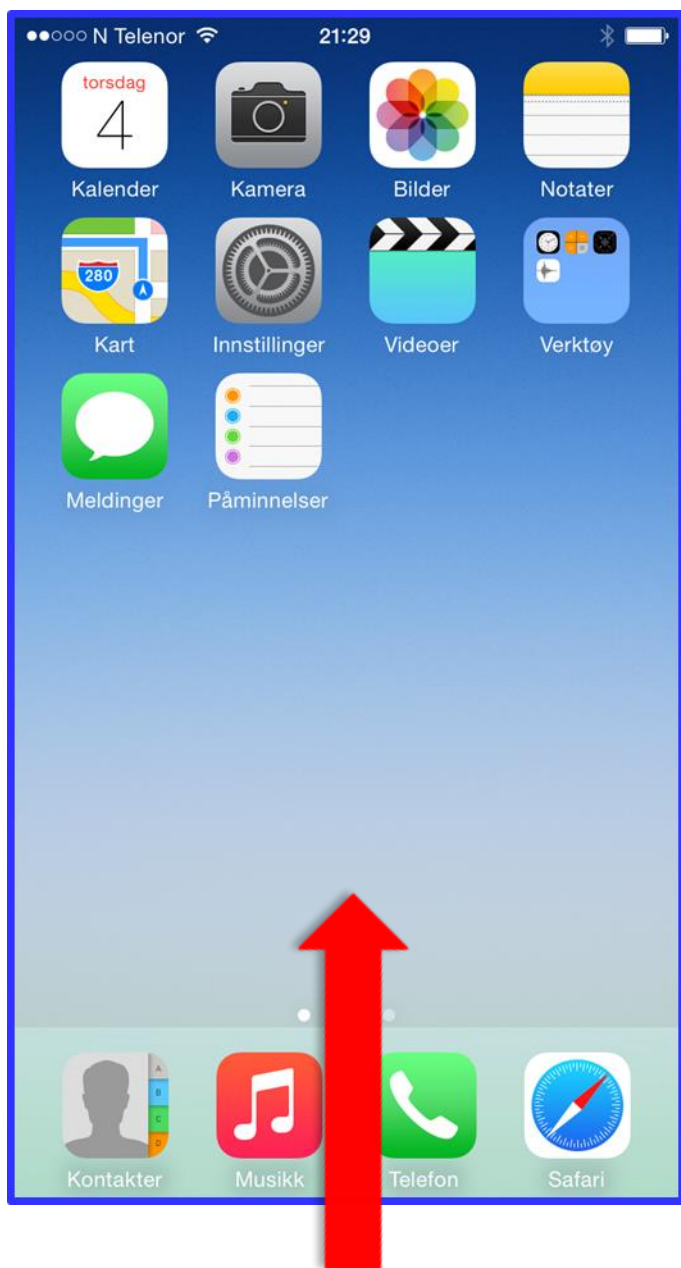


Kalendervisning

Nå er en kalender valgt.

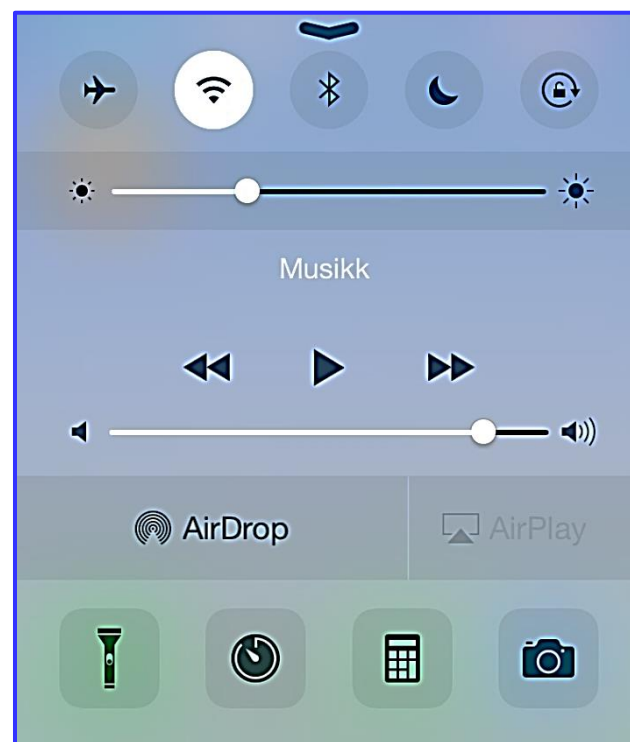
Da er datoer med hendelser i kalenderen markert med en prikk.

Nå er det mulig å se kalenderoppføringene.



Kontrollsenter – hurtigmeny

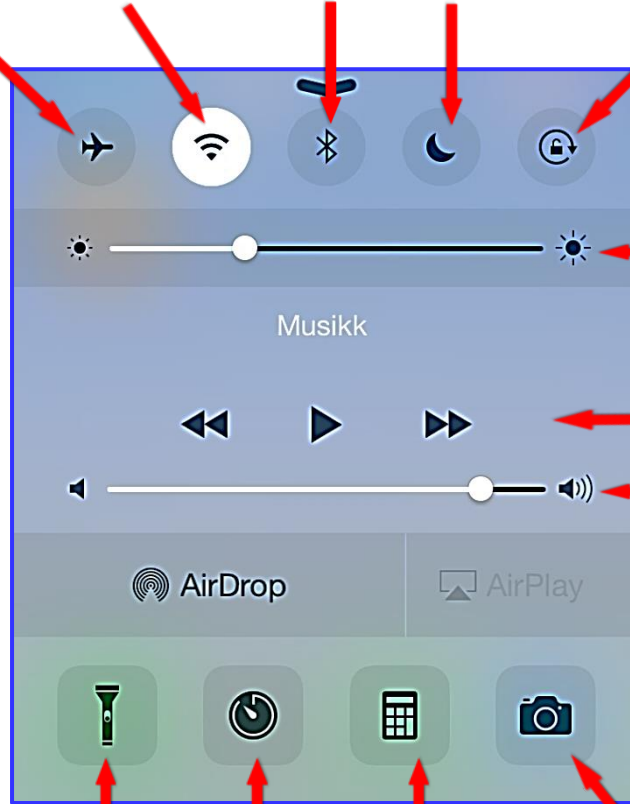
Dra en finger fra nederst på skjermen og litt oppover. Da dukker kontrollsenteret opp. Det er en hurtigmeny.



For å fjerne menyen berør skjermen med en finger.

Kontrollsenteret

Flymodus Wi-Fi Bluetooth Ikke forstyr Lås i stående retning

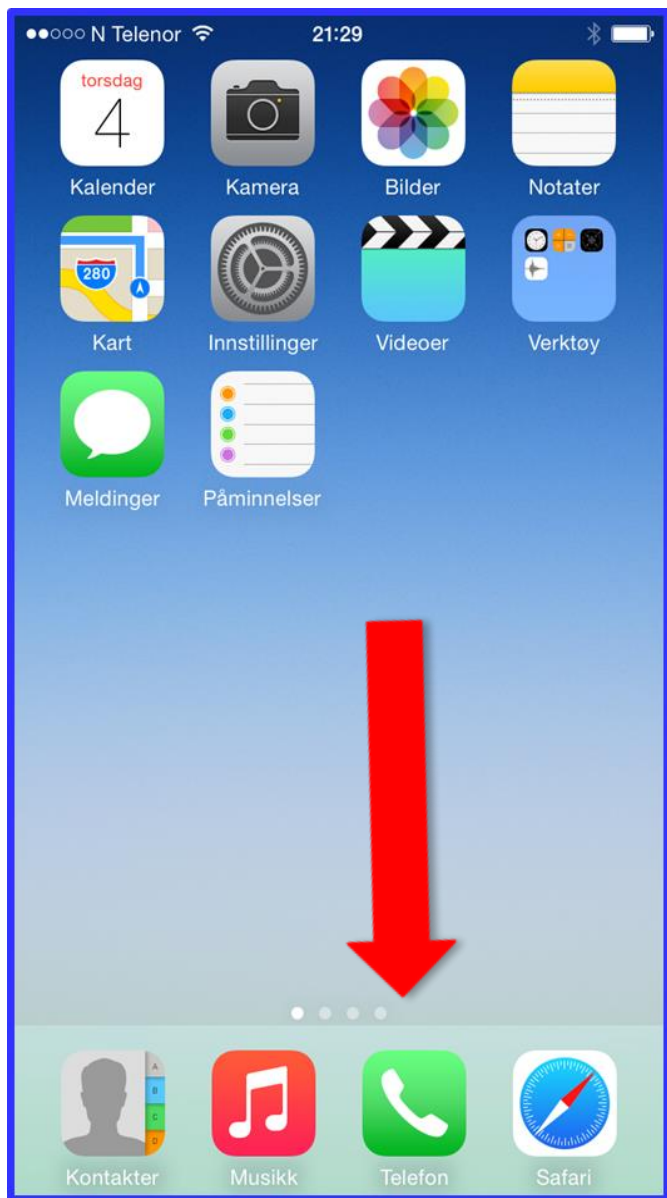


Justere lysstyrke på skjermen

Starte, stoppe og spole musikk

Justere lydvolument

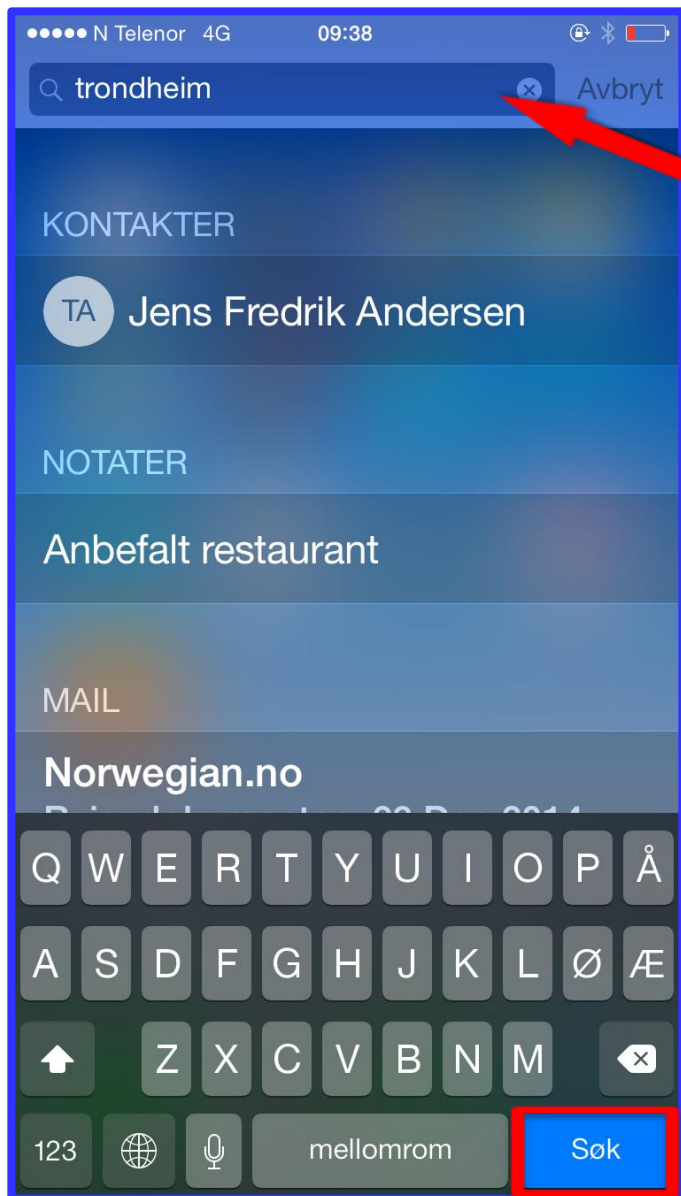
Lommelykt Nedtelling Kalkulator Kamera



Søke på mobilen

Dra en finger fra midten på skjermen og litt nedover. Da dukker søkefeltet opp.

For å fjerne menyen berør skjermen med en finger.

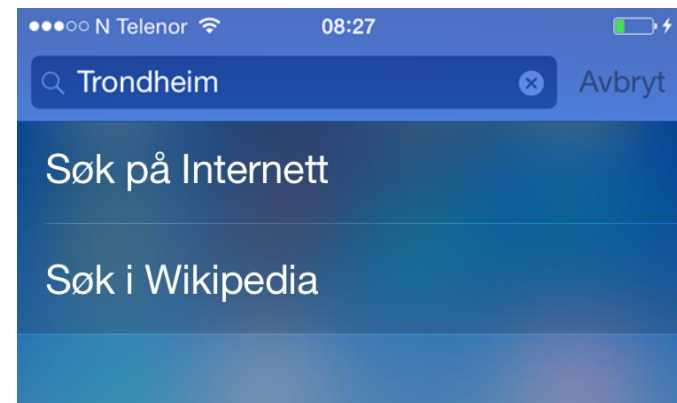


Søke på mobilen

Skriv inn det du ønsker å søke på, i søkefeltet. Trykk søk.

Da ser du treff i forskjellige apper, Det kan være Kontakter, Notater, Meldinger og mail.

Du kan også søke på Internett.





Kommentarer til Innstillinger

Det fins mange andre innstillinger du kan gjøre på en iPhone.

Her er innstillinger som kan være viktig for målgruppen i prosjektet «Mestring med mobil», valgt ut.

Det er lagt mest vekt på innstillinger for apper som det ble laget opplæringsvideoer for i prosjektet.

Lykke til med opplæringen og bruk av iPhone!