

## VoiceOver på iPhone (utan Hemknapp)

### Introduktion

Här kan du läsa och få några tips om hur du kan komma igång att använda din iPhone tillsammans med den inbyggda skärmläsaren VoiceOver.

Det lättaste sättet att slå på VoiceOver är att ge Siri uppgiften att starta VoiceOver. Aktivera Siri och säg "Starta VoiceOver". Siri svarar att VoiceOver är startad.

Man kan också lägga in ett kortkommando där man i snabb följd trycker tre gånger på den högra sidoknappen för att starta VoiceOver.

Denna funktion måste man först aktivera.

Det gör man genom att gå in i iPhones Inställningar, sedan avsnittet Hjälpmedel och under Hjälpmedel gå in på Hjälpmedelsgenväg.

Gå in under Hjälpmedelsgenvägar och markera VoiceOver.

Nu kan man slå på respektive av VoiceOver genom att trycka tre gånger på hemknappen i snabb följd.

En annan inställning som är bra att göra är att låsa riktningslåset dvs låsa bilden så att den alltid visas i stående vy. Det gör man i iPhones Kontrollcenter. Läs under avsnittet Statusfältet hur man gör för att komma in i Kontrollcenter.

### Styra iPhone med gester

När man ska använda iPhonen gör man det genom att göra så kallade gester. Gester innebär att man trycker på eller sveper med olika antal fingrar och gånger över skärmen.

Viktigt att komma ihåg här är att man inte behöver göra själva gesten på det stället där exempelvis en App ligger utan man gör gesten lämpligast mitt på skärmen.

Genom att alltid göra gester mitt på skärmen minimerar man att det blir fel. Med gesterna gäller det att hitta rätt teknik. Man behöver inte göra stora rörelser eller knacka hårt på skärmen.

## Tre gester att börja med

För att hoppa framåt till nästa objekt sveper man med ett finger från vänster till höger över skärmen. Den här gesten kan jämföras med datorns pil ned. Genom att göra samma gest men åt motsatt håll dvs från höger till vänster hoppar man ett steg tillbaka. Jämför med datorns pil upp.

För att utföra något, som att på datorn trycka Enter, klickar man på skärmen två gånger med ett finger. Knacken måste göras relativt snabbt efter varandra. Gör man för sakta flyttas bara fokus på skärmen och något annat blir uppläst. Kommer du in i Appen som du tänkte öppna, har du gjort rätt. Denna gest kommer i fortsättningen att kallas dubbel-dutt. Man dubbel-duttar!

## Aktivera Hemknapp

På mobiler som inte har en Hemknapp gör man en gest för att utföra tryck på Hemknapp.

Dra från skärmens nederkant, gör ett stopp men håll fingret på skärmen, dra ytterligare ett steg.

När man gör gesten hörs först en ton och sedan en till högre ton, släpp fingret. Nu är Hemknappen aktiverad.

Denna gest gör att man går ur en app. Den stänger inte appen, det måste man göra på annat sätt.

Det beskrivs lite längre ner i denna snabbguide.

## Navigeringspunkter

När man ska använda sin iPhone med VoiceOver är det bra att ha några punkter att utgå ifrån. Hemknappen längst ned på mobilens framsida är en sådan. Hörluren är en annan.

Genom att lära sig vad som ligger närmast dessa navigeringspunkter kan man snabbare ta sig fram till den funktion man för tillfället söker.

## Låsa upp iPhone

Om mobilen är låst med lösenkod behöver den låsas upp. Det kan göras på olika sätt. Ett sätt är att ställa in att man kan låsa upp med fingeravtryck. Då ställer man in vilket finger som ska låsa upp mobilen när man trycker på hemknappen.

Ett annat sätt är att ha en sexsiffrig kod. För att skriva in koden behöver man först lära sig hur man skriver på sin mobil.

Läs under avsnittet "Olika sätt att skriva på Iphone".

## Startskärmen

Det första som man kommer till är Startskärmen.

Den första ikonen för Appar markeras och blir uppläst.

Här är det vanligt att appen Meddelanden ligger.

Gå framåt genom att göra svep från vänster till höger med ett finger. Nu läses varje objekt som finns på Startskärmen upp.

För att öppna en App dubbel-duttar man en gång på skärmen.

För att gå ur Appen och gå tillbaka till Startskärmen trycker man Hemknappen en gång.

## Byta sida på Startskärmen

När man har många appar installerade räcker inte utrymmet på Startskärmen. Då fylls det på med fler sidor på Startskärmen.

För att växla mellan sidorna dra man med tre fingrar i sidled. Från höger till vänster för att gå en sida framåt och från vänster till höger för att gå till föregående sida.

## Startskärmens tre delar

Överst finns Statusfältet. Utgå ifrån hörluren och gå några millimeter nedåt. När klockan eller annan information läses upp är man i Statusfältet. Här kan man ta reda på signalstyrkan och batterinivån med mera. Svep framåt eller bakåt för att få informationen som finns här.

Under Statusfältet finns ett område med ikoner för Appar. Ikonerna ligger i rader, fyra stycken på varje rad och i upp till sex rader.

Längst ned finns ett antal, tre eller fyra, fasta ikoner för Appar. Här brukar Telefon, Mail, Safari och Musik ligga. Oavsett vilken sida du är på kommer dessa alltid att finnas längst ned. Det innebär att du alltid snabbt kan hitta dessa genom att utgå ifrån Hemknappen och flytta fingret uppåt i någon riktning. Exempelvis; om Telefon-appen ligger först i raden av fasta ikoner, drar man med ett finger från hemknappen snett upp till vänster. När Telefon blir uppläst är det bara att dubbel-dutta för att komma in i telefonen.

## Statusfältet

Längst upp på iPhones skärm finns ett område som heter Statusfält. Utgå ifrån hörluren och flytta några millimeter nedåt.

I Statusfältet finns information om klockslag, signalstyrkan, operatör eller hur batteristatusen är. Detta är de vanligaste indikeringarna, det finns fler. Svep framåt eller bakåt för att hoppa mellan informationen.

Från Statusfältet kan man ta fram iPhones Notiscenter och Kontrollcenter.

Gesterna för att öppna Notiscenter eller Kontrollcenter är; dra med tre fingrar uppifrån och ned för att starta Notiscenter och dra med tre fingrar nerifrån och upp för Kontrollcenter.

Notiscenter ger information om notiser, det kan vara kalenderaktiviteter, missade samtal, SMS, uppdaterade Appar med mera.

Svep framåt för att läsa de notiser som finns.

Stäng Notiscenter genom att trycka på Hemknappen.

I Kontrollcenter kan man slå av och på funktioner som; flygplansläge, Wi-Fi, Bluetooth, Stör ej och riktningslås. Man kan också ändra skärmens ljusstyrka, starta uppspelning av det som finns i iPhones uppspelare. Även genvägar för att starta; Ficklampa, Timer, Kalkylatorn och Kamera finns här.

Gå först till Statusfältet, dra sedan med tre fingrar nedifrån och upp, nu öppnas Kontrollcenter. Svep framåt för att hitta funktionerna, dubbel-dutta på den funktion du vill ändra.

Tryck gesten för Hemknappen för att stänga Kontrollcenter.

Man kan också gå till Kontrollcenter genom att göra samma gest som för Hemknapp men från skärmens övre kant.

På samma sätt men med gesten för att öppna appväxlaren kommer man till Notiscenter.

## Olika sätt att skriva på iPhone

När man ska skriva på sin iPhone finns det tre olika sätt att göra det på. Dessa kallas Pekfingermetoden, Touch-metoden och Direkt Touch-metod. Oavsett om man ska skriva text i ett meddelande eller om man ska slå ett telefonnummer gör man enligt den metod man valt.

Pekfingermetoden betyder att man markerar ett tecken, flytta med ett finger över tangentbordet eller knappsatsen, när tecknet läses upp är det markerat, är det rätt tecken dubbel-duttar man mitt på skärmen (man behöver inte dubbel-dutta på knappen).

Med Touch-metoden markerar man ett tecken och sedan lyfter fingret från skärmen. Då skrivs det tecken man lämnade. Touch-metoden är kanske lämpligare när man blivit lite mera van vid sin iPhone.

Tredje metoden, Direkt Touch, innebär att man markerar ett tecken med ett finger, håller kvar fingret och duttar sedan med ett annat finger på skärmen.

Ändra inmatningsalternativ gör man i något som kallas Rotorn. Gå till valet Skrivläge och ändra metod genom att göra ett svep uppifrån och ned.

## Rotorn

Rotorn används för att snabbt göra vissa inställningar. Genom att sedan svepa med ett finger uppifrån och ned ändrar man värdet på den inställning man valt i Rotorn.

Gesten för att ändra Rotorns inställning gör man genom att vrida med två fingrar på skärmen ex tummen och pekfinger. Rörelsen påminner om när man skruvar på en mutter på en skruv.

Man kan också svepa med ett finger uppifrån och ned och samtidigt med ett finger nedifrån och upp. Denna variant är lättast om mobilen ligger på ett bord.

För varje gång man gör gesten för Rotorn kommer man till en ny inställning. I Rotorn visas bara de alternativ som är tillgängliga för den situation man befinner sig i. Till exempel, det är bara i ett fönster som innehåller ett skrivfält som har valet Skrivläge.

När man gått igenom de alternativ som för tillfället finns kommer man tillbaka till det första alternativet. Man går runt alternativen som i ett hjul.

Ställer man Rotorn på Ord och sveper uppifrån och ned läses det som finns på skärmen ord för ord framåt.

Om Rotorn är inställd på Skrivläge, ändrar svepet uppifrån och ned mellan Pekfingermetoden och Touch-metoden.

Man kan ändra, lägga till och ta bort alternativ som kan visas i Rotorn. Under Inställningar, Allmänt, Hjälpmedel och VoiceOver finns en rubrik som heter Rotor. Här kan man lägga till eller ta bort alternativ. Exempel på vad som kan vara bra att lägga till är Språk och Volym. Språk är bra om man snabbt vill byta språk på uppläsningen. Notera att man måste lägga till de språk som ska finnas som val, det gör man under Språk och dialekter som också finns under inställningarna för VoiceOver.

Volym är bra då man i den här inställningen ställer volymen för allt ljud förutom ringsignalen. Volymknapparna på vänster sida av iPhone justerar både ringsignalen och volymen ut från iPhone.

## Svara på ett samtal

Svara på ett inkommande samtal gör man lättast genom att dubbel-dutta med två fingrar. Vill man först få uppläst vem det är som ringer dubbel-duttar man med ett finger.

Använd samma gest som för att svara när du vill avsluta samtalet dvs dubbel-dutta med två fingrar.

## Telefon-appen

Lär dig först var Telefon-appen ligger, detta för att på snabbaste sätt hitta den. Vanligtvis ligger den först av de fasta ikonerna längst ned på skärmen. Utgå från Hemknappen och dra fingret snett upp till vänster. När Telefon läses upp, dubbel-duttar man för att öppna Telefon-appen.

Telefonen har fem flikar som ligger längst ned på skärmen. Det är Favoriter längst till vänster, Senaste, Kontakter, Knappsats och Röstbrevlåda längst till höger. För att snabbast hitta dessa; utgå från Hemknappen och dra fingret uppåt. När sedan en flik är markerad kan man flytt framåt och bakåt genom svep med ett finger. Dubbel-dutta för att öppna en flik.

### ***Favoriter:***

Börja från Hemknappen och dra fingret snett upp till vänster tills du hör Favoriter.

När du hör det dubbel-duttar du med ett finger och du kommer in i Favoriter. Under Favoriter lägger du en genväg för att ringa ett telefonnummer till dina favoritkontakter.

Först måste man skapa en kontakt, därefter kan man lägga in ett telefonnummer i listan för favoriter.

Det finns flera sätt att lägga en kontakts telefonnummer i Favoriter.

Ett sätt är att man öppnar kontakten för den person som önskas.

Svep framåt till raden "Gör till favorit", dubbel-dutta.

Nu kommer det upp en lista med de telefonnummer som finns inlagda på kontakten. Denna kommer upp även om man bara har ett nummer inlagt.

Svep framåt till det telefonnummer som önskas, dubbel-dutta sedan.

Nu finns detta telefonnummer i listan under Favoriter.

För att ringa upp en Favorit markerar du personen i listan och dubbel-duttar.

### ***Senaste:***

Till höger om Favoriter finns Senaste.

Här presenteras en lista över de senaste samtalen. Det finns två sätt att sortera denna lista, antingen med alla samtal eller med bara missade.

Högst upp i appen finns det två knappar, här markerar man hur listan ska sorteras.

Svep framåt i listan, dubbel-dutta på det nummer eller kontakt du vill ringa upp.

## ***Kontakter***

I mitten ligger Kontakter. Du börjar med fingret på hemknappen och drar sedan fingret rakt upp. Dubbelklicka när du hör kontakter.

När en kontakt ringer till din mobil får du namnet uppläst, om den som ringer inte finns inlagd i kontakter läses telefonnumret upp.

För att lägga till en kontakt klickar man först på knappen Lägg till.

Formuläret för en ny kontakt kommer upp på skärmen.

Svep framåt till förnamn, dubbel-dutta och skriv in ett förnamn.

Utgå sedan från mobilens hörlur och dra med ett finger nedåt till förnamn, svep sedan framåt till efternamn.

Gör sedan om samma manöver, utgå från mobilens hörlur och gå nedåt till förnamn, svep sedan framåt till det fält som ska fyllas i.

När du är klar, klickar man på knappen Klar. Den finns i skärmens övre högra hörn.

## ***Knappsats***

Här kommer telefonens sifferdel upp. Man kan slå ett telefonnummer manuellt.

Skriv önskat telefonnummer, kontrollera om du vill genom att flytta ett finger från mobilens hörlur och nedåt, under klockan finns slaget telefonnummer.

Markera sedan knappen Ring, den finns under siffran 0.

Dubbel-dutta och samtalet kopplas upp.

Lägg sedan på genom att dubbel-dutta med två fingrar.

## ***Röstbrevlåda***

Sista fliken heter Röstbrevlåda. Markera fliken och dubbel-dutta, nu kopplas ett samtal upp till sin egen röstbrevlåda.

Lägg sedan på genom att dubbel-dutta med två fingrar.

## **Gester**

Hoppa framåt

Hoppa bakåt

Enter, öppna App

Tysta talet

Svara på inkommande samtal

Svep med ett finger från vänster till höger

Svep med ett finger från höger till vänster

Dubbel-knacka med ett finger

Knacka med två fingrar en gång

Knacka med två fingrar två gånger

Få information om skärmen	Knacka en gång med tre fingrar
Tal av/på	Knacka två gånger med tre fingrar
Ridå av/på	Knacka tre gånger med tre fingrar

## Stänga appar

Så fort man öppnat en app ligger den aktiverad tills den stängs. Att bara trycka på hemknappen en gång innebär inte att appen stängs man går bara ur appen. Det innebär att appar kan ligga i bakgrunden och ta kraft ifrån mobilen. Om talet börjar hacka kan det bero på att för många appar ligger och tar kraft av mobilen.

För att stänga en app måste man gå in i ett läge som kallas App-växlaren. Det gör man genom att trycka två gånger på Hemknappen.

På en iPhone utan Hemknapp gör man samma gest som för Hemknapp men med ytterligare ett steg. Det vill säga dra med ett finger från mobilens nedre kant, håll fingret på skärmen och stanna två gånger. Tre toner kommer att höras. Släpp skärmen och man kommer till appväxlaren.

Här kommer alla program upp som är startade i mobilen. Programmen ligger i följd, från vänster till höger.

Svep framåt för att höra vilka appar som finns aktiverade.

Man kan välja om man vill öppna appen eller stänga appen.

Genom att svepa uppifrån och ned kommer två alternativ; Stäng appen (namnet på appen läses upp) eller aktivera objekt (vilket betyder öppna appen).

Dubbel-dutta på det alternativ som önskas.

Det finns också ett annat sätt att stänga appen och det är genom att direkt dra med tre fingrar nedifrån och upp. Markera först den app som ska stängas och gör sedan gesten.

När alla appar är stängda finns bara Startskärmen kvar, talet säger Hem.

Dubbel dutta så kommer man till Startskärmen eller tryck på Hemknappen

Metoden är prövad på följande system:

iOS 18.5

Senast uppdaterat 2025-05