



Synanpassningar iPad/iPhone - Storstil

Skapad av Synverksamheten 2024-05-08

Uppdaterad 2025-02-28



www.berkeley.edu

Inledning

Surfplattor och smarttelefoner har olika inbyggda inställningar och funktioner som kan underlätta vid synnedsättning. I det här dokumentet har vi samlat några som enligt vår erfarenhet kan vara användbara. Allt passar inte alla, prova och se vad som kan vara aktuellt för dig.

Tekniken utvecklas och uppdateras, vilket gör att det inte är säkert att alla inställningar som tas upp i dokumentet finns i din enhet. Likaså kan det ha tillkommit nya inställningar sedan dokumentet skrevs.

Det mesta som beskrivs i dokumentet finns i appen Inställningar.



Innehåll

Syninställningar	1
Visning och ljusstyrka	1
Telefon	2
Bakgrundsbild	2
Hjälpmedel.....	3
Nypförstoring	3
Zooma.....	4
Inställningar för Zoomreglage.....	4
Använda Zooma med reglaget	4
Använda Zooma med gester.....	5
Talinställningar	6
Talat innehåll.....	6
Använda Talat innehåll.....	7
Diktering.....	8
Använda diktering	8
Röstassistent Siri	9
Inställningar för Siri	9

Syninställningar

Visning och ljusstyrka

- **Ljust eller mörkt utseende.** Gå in i appen **Inställningar > Visning och ljusstyrka > välj Ljust eller Mörkt.** (Se även och jämför med Smart invertering under Hjälpmedel)
- **Textstorlek.** Ställ in textstorlek genom att trycka på **Textstorlek** och välj storlek som passar dig. (Se även Större text under Hjälpmedel.)
Den valda textstorleken kommer visas i enhetens egna appar och i appar med stöd för dynamisk text.
- **Fet text.** Gör texten lite tjockare/svartare.
- **Ljusstyrka.** Hög ljusstyrka ger bättre kontrast men kan också upplevas bländande.
- **Autolås.** Här kan du ställa in önskad tid innan skärmen går i vila.
- **Visningszoom – Större text** gör allt lite större på skärmen (enheten behöver startas om för att kunna ändra).

Telefon



Som grundinställning visas inkommande samtal som en banderoll högst upp på skärmen när din enhet är olåst.

För att ändra till helskärm gå till **Inställningar** > **Telefon** > **Inkommande samtal** > välj **Helskärm**.

Bakgrundsbild



En enfärgad bakgrundsbild kan göra det lättare att se tiden på låsskärmen och att hitta appar. Gör så här för att ändra bakgrundsbild:

1. Öppna **Inställningar** > **Bakgrundsbild** och tryck sedan på **Lägg till ny bakgrundsbild**.
2. Scrolla längst ner och välj sedan ett av färgförslagen under **Färg**.
3. Redigera färgen genom att trycka på cirkeln längst ner i vänstra hörnet.). Kan vara till höger beroende på IOS version.
4. Välj "färgeffekt" genom att hålla länge på reglaget med prickarna längst ner i mitten på skärmen, för fingret i sidled för att växla effekt. Enfärgad ligger längst till höger.
5. Tryck på klockan/tidsangivelsen för att välja dess typsnitt och färg.
6. Tryck på **Lägg till**. Välj antingen **Ställ in som bakgrundsbildpar** (valet visas både på låsskärmen

och startskärmen) eller **Anpassa startskärmen** (skapa en separat bakgrundsbild för startskärmen)

Hjälpmedel

Under **Hjälpmedel** > **Skärm och textstorlek** finns ytterligare inställningar som kan underlätta.

- Ställ in ännu **Större text** > aktivera **Större hjälpmedelsstorlekar** > justera till önskad textstorlek.
- **Minska genomskinlighet** ger bättre kontrast.
- **Öka kontrast** ger också något bättre kontrast.
- **Smart invertering** är mer omfattande än Mörkt utseende och inverterar färgerna på enhetens skärm, förutom för bilder, media och vissa appar som använder mörka färger. Detta fungerar dock inte till 100% för alla bilder.

Nyppförstoring

På webbsidor, i apparna Mail och Bilder och på bilder i meddelanden kan du zooma in och ut hela sidan/bilden genom att föra isär eller ihop två fingrar på skärmen.

Många appar finns också som webbsidor och ibland kan det vara lättare att använda webbsidan i stället för appen just för att kunna nyppförstora.

Zooma

Med Zooma kan du förstora skärmens innehåll oavsett vad du gör eller var du är i din enhet. Du kan välja mellan två olika förstoringslägen:

1. Zoom i helskärm (rekommenderas)
2. Fönsterzoom: förstora en del av skärmen med en lins som det går att ändra storleken på

Zooma aktiveras genom att öppna **Inställningar** > **Hjälpmedel** > **Zooma** > slå på **Zooma**.

Zooma kan styras helt med gester på skärmen men det finns också ett reglage som kan underlätta.

Inställningar för Zoomreglage

1. **Zoomreglage** > slå på **Visa reglage**.
2. Välj **Synlighet vid inaktivitet** och ändra till **100%**. Detta gör att reglaget inte blir genomskinligt när det inte används.
3. Du kan byta färg på reglaget genom att trycka på **Färg**.

Zoomreglaget kommer att visas som en rund ikon på skärmen, den går att flytta dit du önskar på skärmen.

Använda Zooma med reglaget

Använd zoomreglaget på något av följande sätt:

- **Visa zoommenyn:** Tryck på reglaget. Menyn innehåller följande:
 - ♦ Zooma in/ut
 - ♦ Välj region: för att välja förstoringsläge

- ◆ Välj filter
 - ◆ Göm reglage
 - ◆ Justera zoomnivå
- **Zooma in eller ut:** Tryck snabbt två gånger på reglaget.
 - **Panorera:** Dra reglaget snabbt med 1 finger när du har zoomat in.
 - **Justera zoomnivå:** Tryck två gånger snabbt på reglaget, håll kvar fingret och för det uppåt eller nedåt på skärmen.

Använda Zooma med gester

Det går att använda zooma med bara gester på skärmen, men det kräver ofta en del träning. Gesterna kan också kombineras med användning av reglaget.

- **Zooma in eller ut:** Tryck 2 gånger snabbt med 3 fingrar på skärmen. Utför gesten på den del av skärmen du vill zooma in.
- **Justera zoomnivå:** Tryck 2 gånger snabbt med 3 fingrar, håll kvar fingrarna och för dem uppåt eller nedåt på skärmen.
- **Panorera:** Dra med 3 fingrar.
- **Visa zoommenyn:** Tryck 3 gånger snabbt med 3 fingrar.

Talinställningar

Talat innehåll

Talat innehåll gör att du kan få en del innehåll på skärmen uppläst. Talat innehåll kan styras via gester eller via ett reglage och aktiveras och ställs in genom att öppna Inställningar > Hjälpmedel > Talat innehåll:

- **Läs upp markering.** Användbar framför allt när det gäller att få meddelanden upplästa.
- **Läs upp skärm.** Möjliggör uppläsning av hela skärmens innehåll.
- **Talreglage.** Talreglaget liknar zoomreglaget, en fyrkantig ikon som går att flytta på skärmen.
 - ♦ **Talreglage** > slå på **Visa reglage.**
 - ♦ Tryck på **Synlighet vid inaktivitet** under **Reglageåtgärder** och välj **100%**. Detta gör att reglaget inte blir genomskinligt när det inte används.
 - ♦ Det går också att ställa in vad ett långt tryck respektive vad två snabba tryck på reglaget ska utföra för åtgärd.
- **Tal vid skrift.** Läser upp enskilda tecken och/eller ord när du skriver på skärmtangentbordet.
- **Upptäck språk.** Slå på för att enheten ska känna av vilket språk texten är på.
- **Uppläsningshastighet.** Justera talets hastighet.

Använda Talat innehåll

Med reglaget

Talreglaget visas som en ikon på skärmen. När du trycker kort på reglaget kommer det expanderas och ge snabb tillgång till Läs upp vid beröring och Läs upp skärm:

- **Läs upp vid beröring:**

- ♦ Tryck på fingersymbolen för att börja läsa upp vid beröring. Tryck eller dra sedan var du vill på skärmen för att höra innehållet under fingret. Lyft fingret när du vill sluta lyssna vid beröring.

- **Spela upp/Pausa:**

- ♦ Tryck på uppspelningsknappen för att läsa upp allt innehåll på skärmen.

- **Ändra talhastighet**

Med gester

- **Läs upp skärm:** Svep nedåt med två fingrar från skärmens övre kant. Uppläsningen börjar och menyn visas. Efter en stund minimeras menyn, tryck på den igen för att den ska öppnas. Pausa uppläsningen genom att trycka på paus-symbolen i menyn. Avbryt uppläsningen genom att trycka på kryssset i övre högra hörnet.
- **Läs upp markering:** För att få ett meddelande uppläst, tryck länge på meddelandet, då kommer det fram en lista över olika alternativ. Välj Läs upp. Gå till hemskärmen om du vill avbryta uppläsningen.

Diktering

Många har svårt att se att skriva på skärmtangentbordet. Ett alternativ är att tala/diktera in texten du vill skriva. Detta gör du genom att trycka på mikrofonikonen som visas när du har tangentbordet uppe.

Dikteringen kan behöva aktiveras innan symbolen visas på tangentbordet, **Inställningar > Allmänt > Tangentbord > Aktivera diktering** under **Diktering**

Använda diktering

Tryck på mikrofonen i tangentbordet för att börja diktera. Då försvinner mikrofonikonen och tangentbordet, i stället syns en grå yta. När du är färdig med dikteringen eller vill ta en paus trycker du på tangentbordssymbolen för att avsluta. Beroende på IOS version. Kan mikrofon symbolen bli svart istället. När du är färdig med dikteringen eller vill ta en paus trycker du på mikrofon symbolen för att avsluta.

Du kan diktera på olika språk genom att först välja önskat skrivspråk för tangentbordet, sen trycka på mikrofonikonen.

Röstassistent Siri



Inställningar för Siri

Gå in på **Inställningar > Siri och sökning:**

- **Lyssna efter "Hej Siri"**. Slå på om du vill kunna starta Siri genom att säga "Hej Siri".
- **Tryck på sidoknappen/hemknappen för Siri**. Slå på för att starta Siri genom att trycka på sido- eller hemknappen.
- **Tillåt Siri när skärmen är låst**. Slå på för att kunna använda Siri även när enheten är låst.
- **Lägg på samtal**. Aktivera om du vill kunna avsluta samtal genom att säga "Hej Siri, lägg på". "Lyssna efter Hej Siri" måste vara aktiverat.
- **Tillkännage samtal**. Om du vill att Siri ska läsa upp telefonnummer/namn på den som ringer.

Ytterligare inställningar finns under Hjälpmedel,

Inställningar > Hjälpmedel > Allmänt > Siri:

- **Paustid för Siri**. Välj mellan **förval/längre/längst**. Här kan du välja hur länge Siri ska vänta på att du ska sluta prata. Längre paustid underlättar om du vill skicka meddelanden via Siri.
- **Visa appar bakom Siri**. Avaktivera för att Siri-symbolen ska synas tydligare när den är i gång.
- **Tillkännage notiser på högtalaren**. Aktivera om du vill att notiser ska läsas upp. Välj sedan från **Läs upp notiser** vilka Siri ska läsa upp.