

# Mestring med mobil

## Instruksjonsfilmer for bruk av mobiltelefon

Personer med utviklingshemning har problemer med å mestre dagliglivets komplekse aktiviteter. En del vanlige funksjoner på mobiltelefon kan bidra til mer kontroll over hverdagen og mer selvstendighet. Eksempler er kalender, alarm og notat-funksjon. Mange personer med utviklingshemning lærer relativt lett ved å se på video. Det fins i liten grad enkle instruksjonsfilmer for bruk av mobiltelefon på norsk. Foreldre, lærere, tjenesteytere og andre omsorgspersoner kan lære personer med utviklingshemning å bruke nyttige funksjonene på mobiltelefonen. Som en støtte i denne opplæringen kan man bruke enkle instruksjonsfilmer.

Norsk Forbund for Utviklingshemmede er prosjekteier. Karde AS gjennomfører prosjektet. Prosjektet er støttet av ExtraStiftelsen Helse og Rehabilitering med Extra-midler.

### Mål

Hovedmålet med prosjektet er å hjelpe personer med utviklingshemning til å bli mer selvstendige. Det kan skje ved at de lærer å mestre nyttige funksjoner på mobiltelefonen.

### Aktiviteter

- Å lage korte instruksjonsfilmer i grunnleggende bruk av funksjoner på iPhone. Disse skal legges ut på YouTube.
- Å vise via korte instruksjonsfilmer hvordan mobiltelefon-funksjoner kan bidra til å mestre dagliglivets ferdigheter.
- Å lage et nettsted for filmene.
- Å spre informasjon om instruksjonsfilmene ved konferanser, seminarer og omtaler i medier.
- Å teste ut filmene for personer med utviklingshemning og deres hjelpere, som foreldre og lærere.



**Prosjektet pågår fra januar 2013 ut desember 2014.**

### Kontaktinformasjon:

Prosjektleder: Gro Marit Rødevand

E-post: [gro.marit.rodevand@karde.no](mailto:gro.marit.rodevand@karde.no)

Nettside: [www.karde.no/mestring-med-mobil\\_norsk.html](http://www.karde.no/mestring-med-mobil_norsk.html)