

Bruksanvisning

▶
e-plan

Innhold:

- **Gul:** Installere e-plan
- **Grå:** Lage aktivitetsmaler
- **Grønn:** Aktivert kode/passord
- **Blå:** Tilleggsfunksjoner

10:16



HabTech AS



plan
habilitering

Mestring, motivasjon og medvirkning

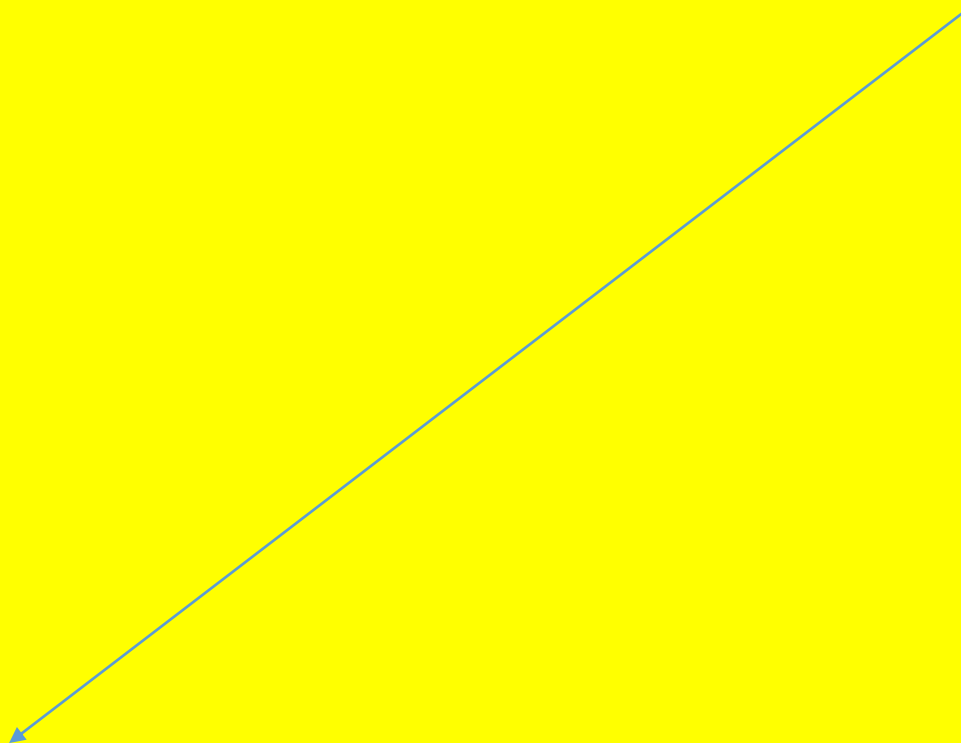
e-plan habilitering er en individuelt utformet digital plan som fremmer mestring, motivasjon og medvirkning i hverdagen.

AA

🔒 habtech.no



Gå til nettleser og skriv inn: **habtech.no**



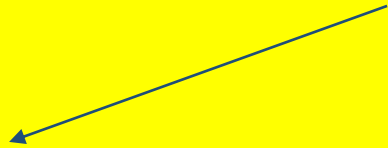


Mer om e-plan

Lisens



Scroll ned til du finner: **Lisens**



**Pris:**

Månedsabonnement: 150,-

Årsabonnement: 1000,-

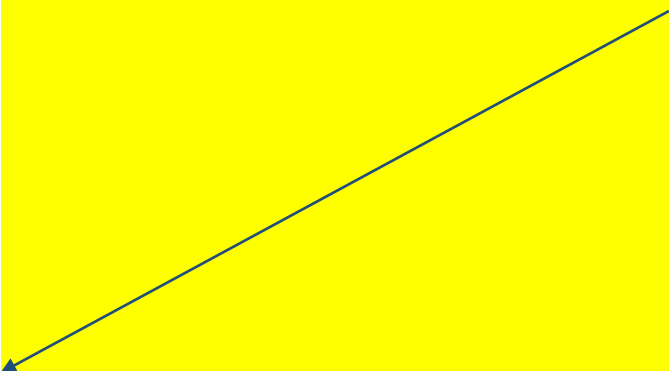
24 mnd: 2000,- (Forutsetter fakturabetaling)

For alle lisenser gjelder 3 mnd. uforpliktende gratis prøveperiode!

Folketrygden kan gi støtte på inntil 2000,- for programvare som installeres på eget nettbrett. [Støtte til apper/programvare](#)

[Registrer lisenskonto her](#)**Anskaffelse av e-plan***Applikasjonsløsningen e-Plan**habilitering er per i dag kun tilgjengelig på Apple iPad.*

Gå inn på: **Registrer lisenskonto her**



10:16



e-plan lisensadministrasjon

Sign in with email

Email

NEXT

By continuing, you are indicating that you accept our [Terms of Service](#) and [Privacy Policy](#).



Skriv inn e-mail adressen du ønsker å bruke

AA e-plan-habilitering.web.app





e-plan lisensadministrasjon

Sign in

Email

mail@mail.no

Password

●●●●●●●●

[Trouble signing in?](#)

SIGN IN

🔒 e-plan-habilitering.web.app – Privat



Ferdig

← Skriv inn et passord du ønsker å bruke

← Trykk så SIGN INN

**Mine lisenser**

Åpne

Ny lisens

Åpne

Ved ønske om faktura eller gruppelisens,
vennligst kontakt oss på faktura@habtech.no

Velg ny lisens, eller kontakt HabTech for å
betale med faktura (faktura@habtech.no).

Under mine lisenser får du oversikt over dine
lisenser og mulighet til å avslutte lisensene når
du måtte ønske.

[Tilbake](#)

Velg e-plan lisens

Månedlig lisens

150 NOK

per måned

Velg

Årlig lisens

1000 NOK

per år

Velg

Ved ønske om faktura eller gruppelisens,
vennligst kontakt oss på faktura@habtech.no

Velg ønsket lisens.



Prøv e-plan lisens
90 dager gratis

Deretter kr 1 000,00 per år

Lisens for full tilgang til bruk av e-plan habilitering

E-post mail@mail.no

Kortinformasjon

1234 1234 1234 1234



MM / ÅÅ

CVC



Navn på kortholder

Land eller region

Norge



Lagre informasjonen min for sikker 1-klikk-utsjekking

Betal raskere hos HabTech AS og på tusenvis av andre steder.

Start prøveperiode

Hvis du ikke avslutter prøveperioden, vil du bli belastet kr 1 000,00 per år fra 18. juli 2022.

Fyll inn, og du er klar for en 90 dagers gratis prøveperiode. Du vil bli belastet for hele beløpet om du ikke avslutter innen oppgitt frist.

Du kan nå laste ned e-plan habilitering på Ipaden fra AppStore. Logg inn med brukernavn (e-post) og passordet du har angitt. Du forblir innlogget på Ipaden med mindre du velger å logge deg ut. Nå skal du være klar til å bruke e-plan på Ipaden

Lage aktivitetsmaler i e-plan

Første gangs innlogging:

Skriv inn Brukernavn
og Passord og trykk
Logg inn



Logg inn

Om du ikke har Brukernavn og Passord, gå inn på e-plan.no eller habtech.no og opprett en konto. Du kan se hvordan dette gjøres på «Hvordan laste ned e-plan»



12:17 man. 2. mai

29 %



Uke 18



mandag

tirsdag

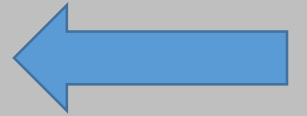
onsdag

torsdag

fredag

lørdag

søndag



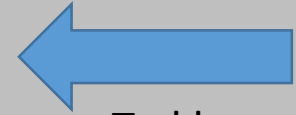
Trykk
tannhjul

12:18 man. 2. mai 29 %

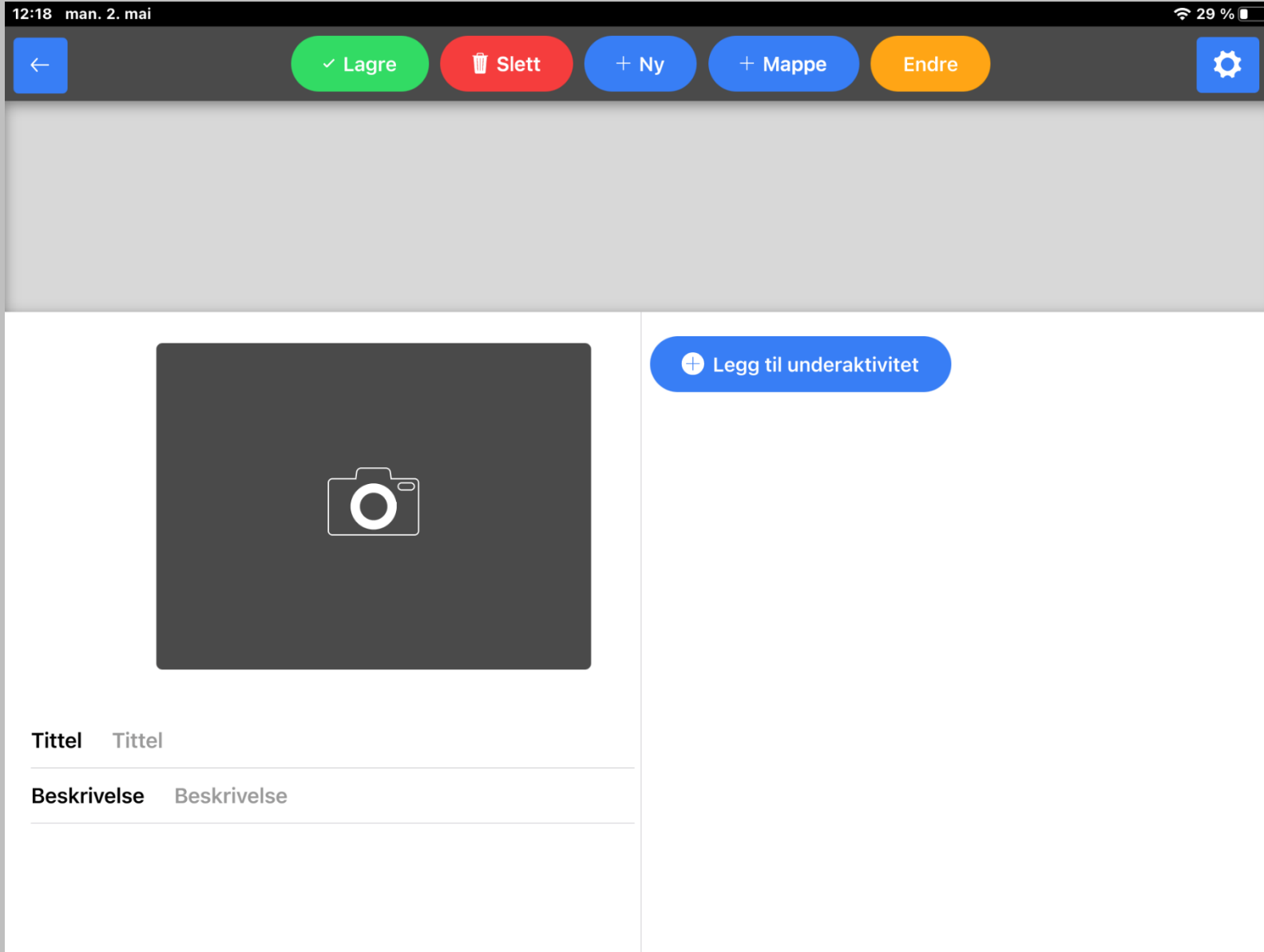
Uke 18

← < > Kopier uke ⚙️

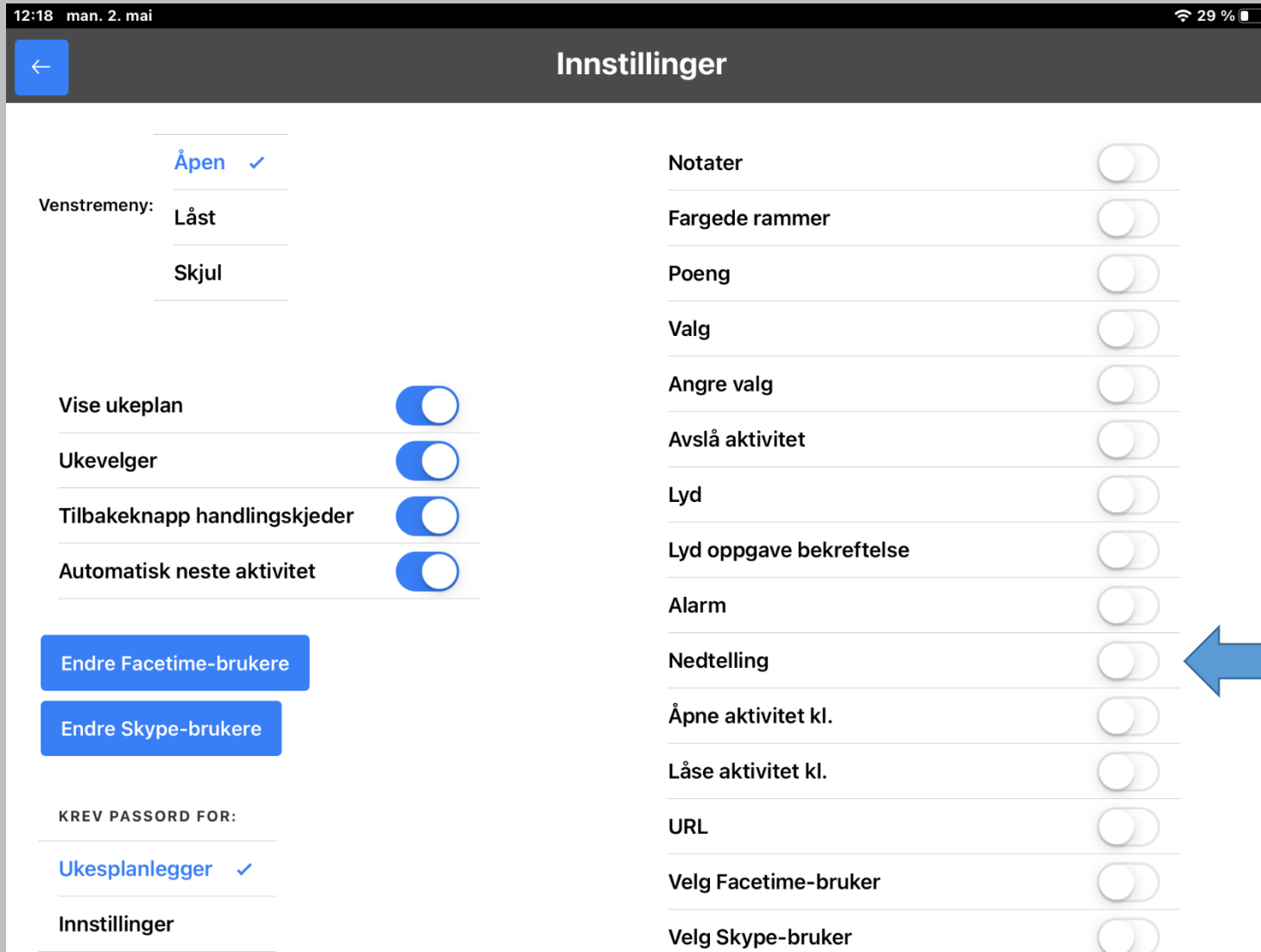
mandag	tirsdag	onsdag	torsdag	fredag	lørdag	søndag



Trykk
tannhjul



← Trykk
tannhjul

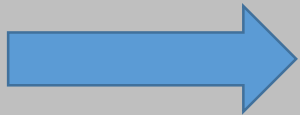


Aktiver
Nedtelling

Eksempelet demonstrerer aktivitet med nedtelling.

For andre funksjoner [se tilleggsfunksjoner](#)

TIPS: Start enkelt, og aktiver flere funksjoner etter hvert



Trykk pil

12:18 man. 2. mai 29 %

Innstillinger

Venstremeny: **Åpen** ✓
Låst
Skjul

Vise ukeplan

Ukevelger

Tilbakeknapp handlingskjeder

Automatisk neste aktivitet

Endre Facetime-brukere

Endre Skype-brukere

KREV PASSORD FOR:

Ukesplanlegger ✓

Innstillinger

Notater

Fargede rammer

Poeng

Valg

Angre valg

Avslå aktivitet

Lyd

Lyd oppgave bekreftelse

Alarm

Nedtelling

Åpne aktivitet kl.

Låse aktivitet kl.

URL

Velg Facetime-bruker

Velg Skype-bruker



✓ Lagre

🗑 Slett

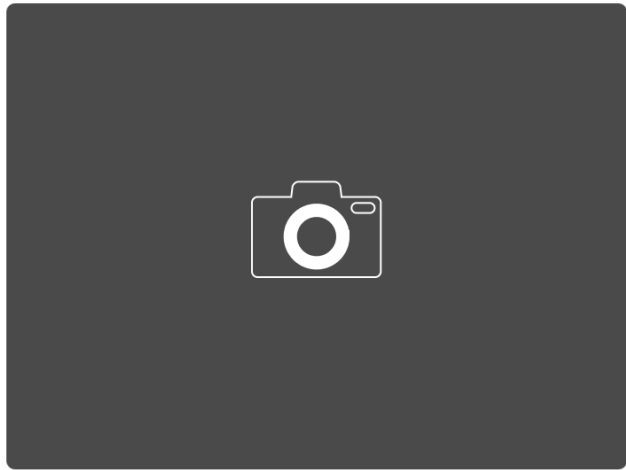
+ Ny

+ Mappe

Endre



Trykk + Mappe



+ Legg til underaktivitet

Tittel Tittel

Beskrivelse Beskrivelse

Nedtelling

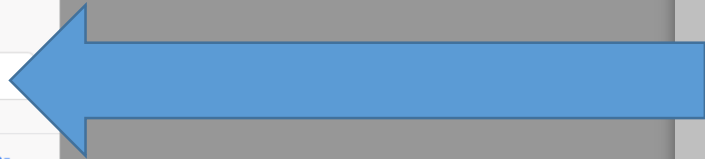
00:00



Mappe

Avbryt

Legg til



Trykk

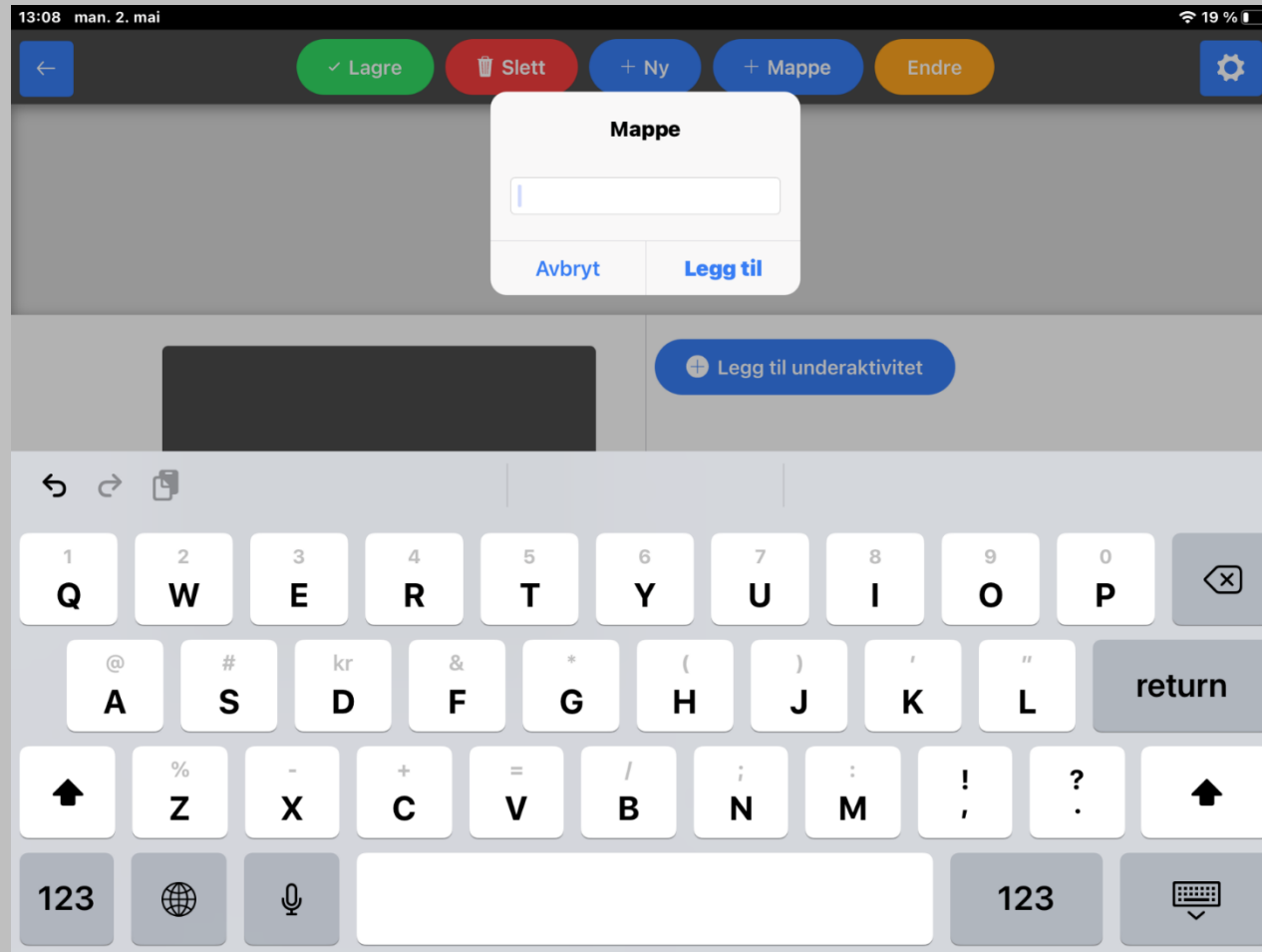


+ Legg til underaktivitet

Tittel Tittel

Beskrivelse Beskrivelse

Nedtelling 00:00



**Skriv inn navn på mappen.
(Eksempel: Aktiviteter)**



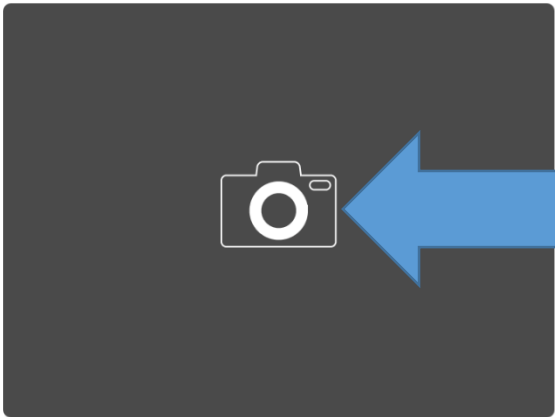
✓ Lagre

🗑 Slett

+ Ny

+ Mappe

Endre



+ Legg til underaktivitet

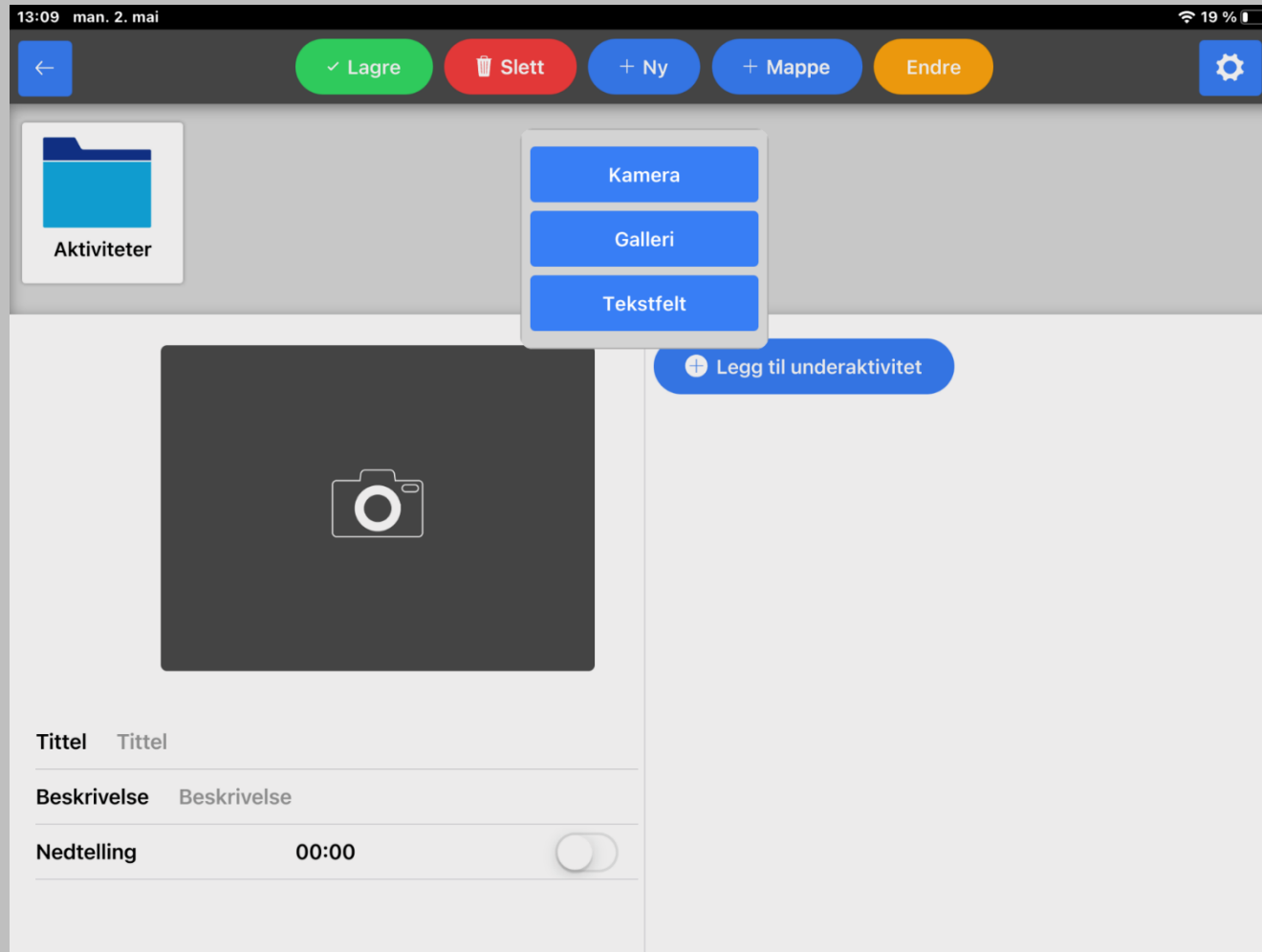


Trykk

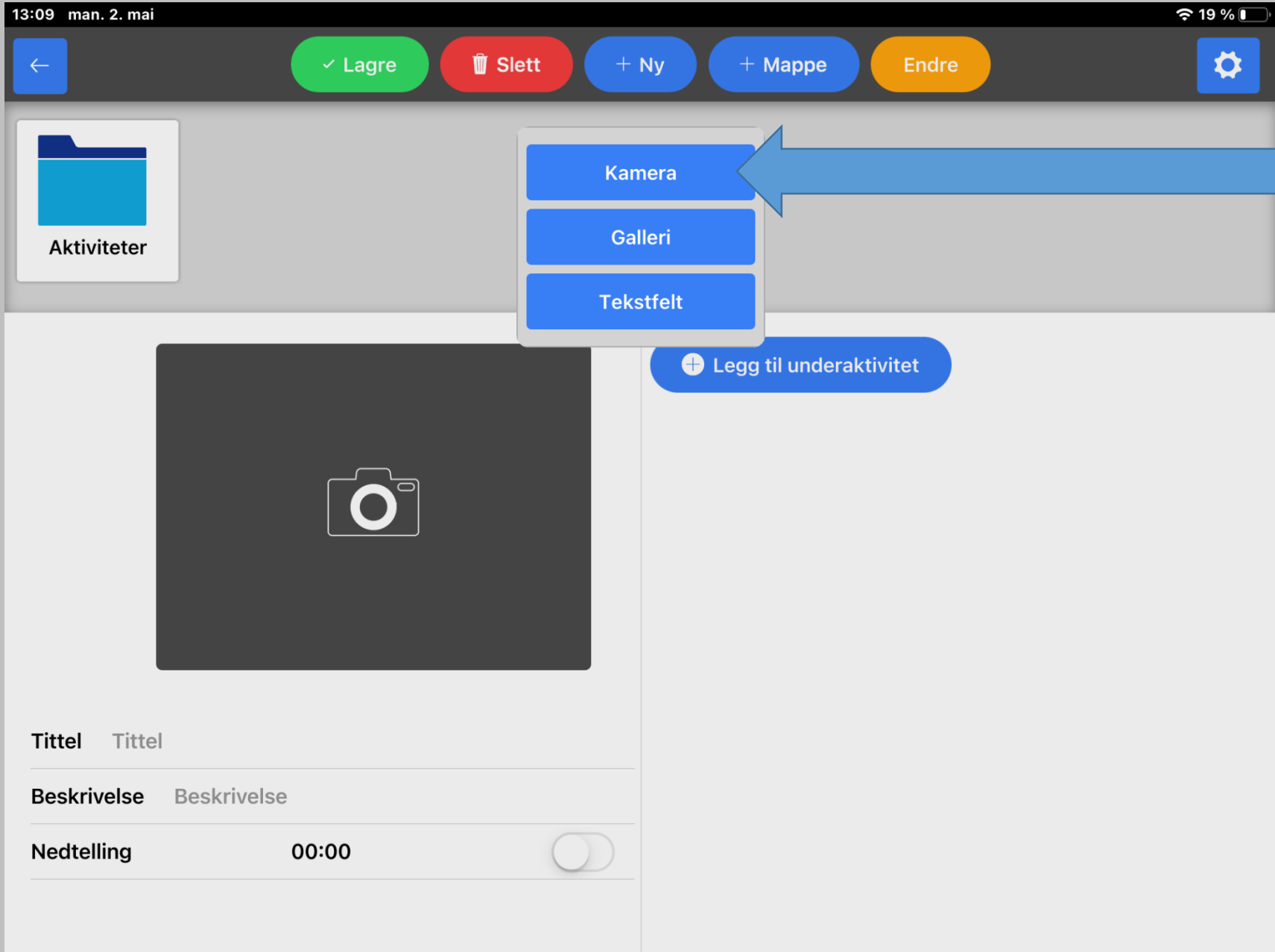
Tittel Tittel

Beskrivelse Beskrivelse

Nedtelling 00:00



Velg om du vil ta bilde med kamera, hente bilde fra Galleri eller kun skrive tekst



Trykk på
kamera



Trykk
ok, og ta
bilde

Ta bilde av en kaffekopp

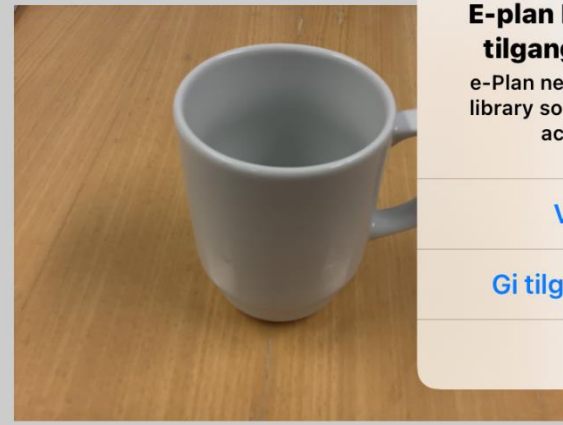


Retake

Use Photo



Trykk Use Photo



E-plan Habilitering vil ha tilgang til bildene dine
e-Plan need access to the photo library so you can add images to activity templates

Velg bilder...

Gi tilgang til alle bilder

Ikke tillat

deraktivitet



Trykk, og godkjenn om dette kommer opp.

Tittel Tittel

Beskrivelse Beskrivelse

Nedtelling 00:00





+ Legg til underaktivitet

Tittel Tittel

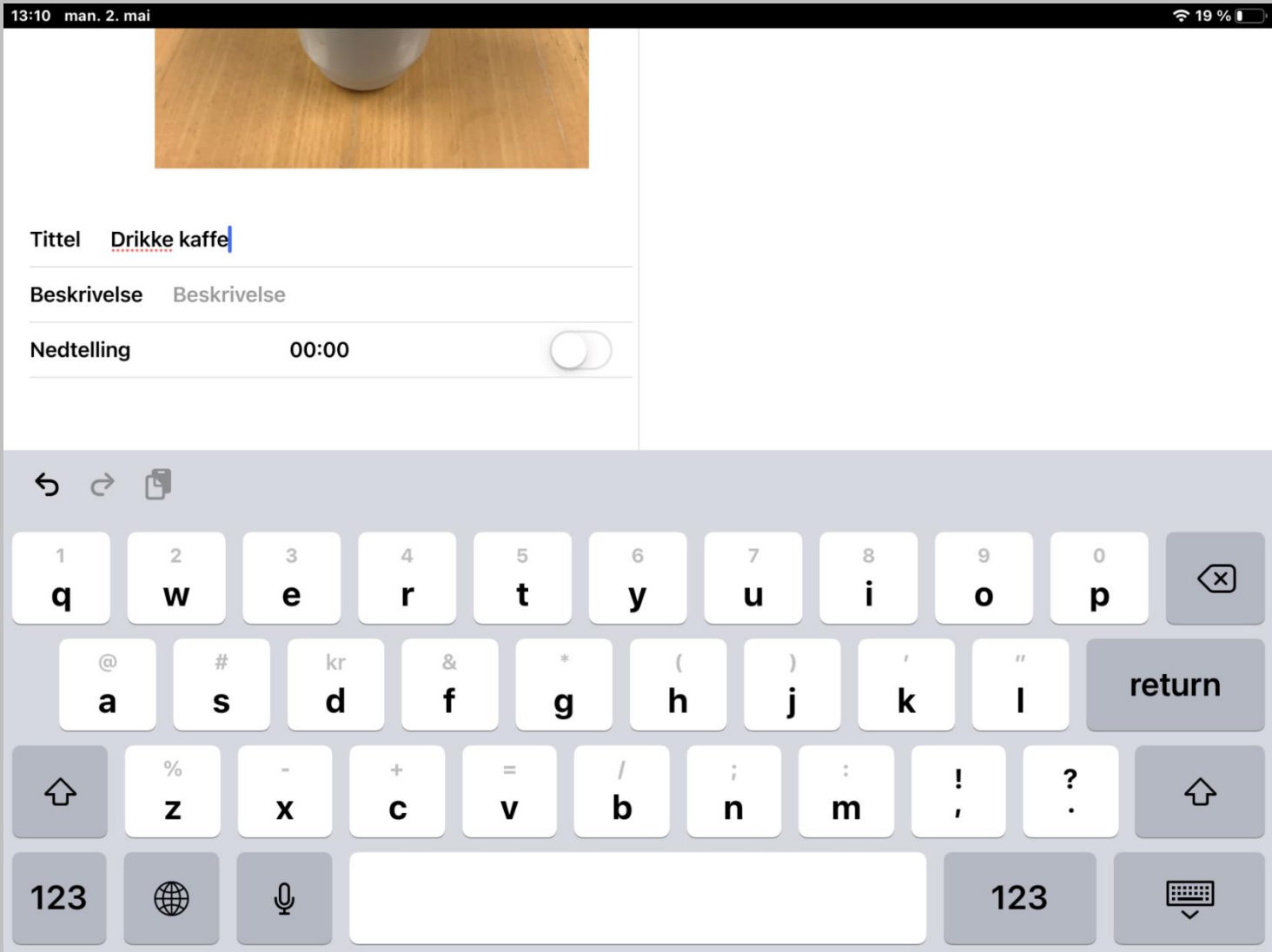


Trykk tittel

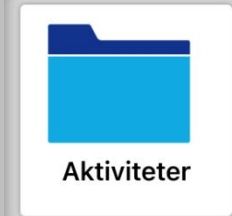
Beskrivelse Beskrivelse

Nedtelling 00:00





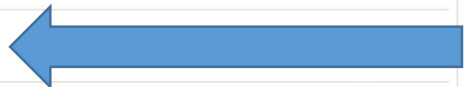
Skriv inn tittel på aktiviteten



+ Legg til underaktivitet

Tittel Tittel

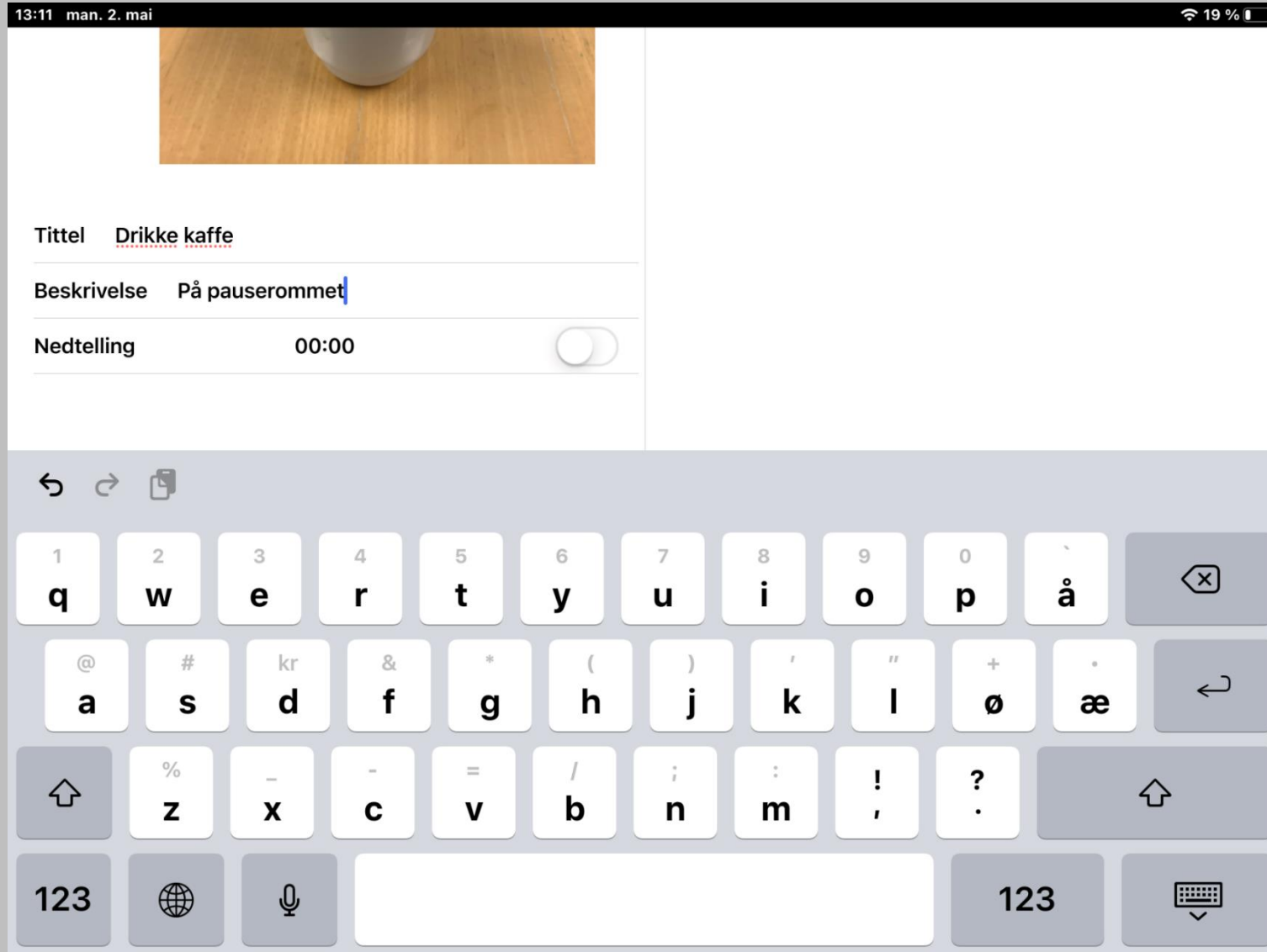
Beskrivelse Beskrivelse



Trykk Beskrivelse

Nedtelling 00:00





Skriv en kort beskrivelse av aktiviteten



✓ Lagre

🗑 Slett

↩ Avbryt

+ Mappe

Endre



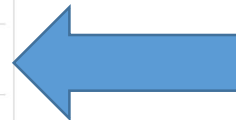
+ Legg til underaktivitet

Tittel Drikke kaffe

Beskrivelse På pauserommet

Nedtelling

00:00



Aktiver bryter



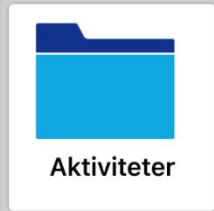
✓ Lagre

🗑 Slett

↶ Avbryt

+ Mappe

Endre



+ Legg til underaktivitet

Tittel Drikke kaffe

Beskrivelse På pauserommet

Nedtelling

00:00




Trykk på 00:00

13:11 man. 2. mai 19 %

← Lagre Slett Avbryt + Mappe Endre ⚙️

Aktiviteter



+ Legg til underaktivitet

Avbryt **Lagre**

Tittel	Drikke kaffe	07
Beskrivelse	På pauseromme	08
Nedtelling	00:00	09
		10 00
		11 01
		12 02
		13 03

Sett nedtelleren på ønsket tid. (eksempel 10 minutter)



✓ Lagre

🗑 Slett

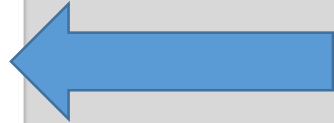
↶ Avbryt

+ Mappe

Endre



Aktiviteter



Trykk, og aktiver ønsket mappe



+ Legg til underaktivitet

Tittel Drikke kaffe

Beskrivelse På pauserommet

Nedtelling 10:00



✓ Lagre

🗑 Slett

↶ Avbryt

+ Mappe

Endre



Trykk lagre

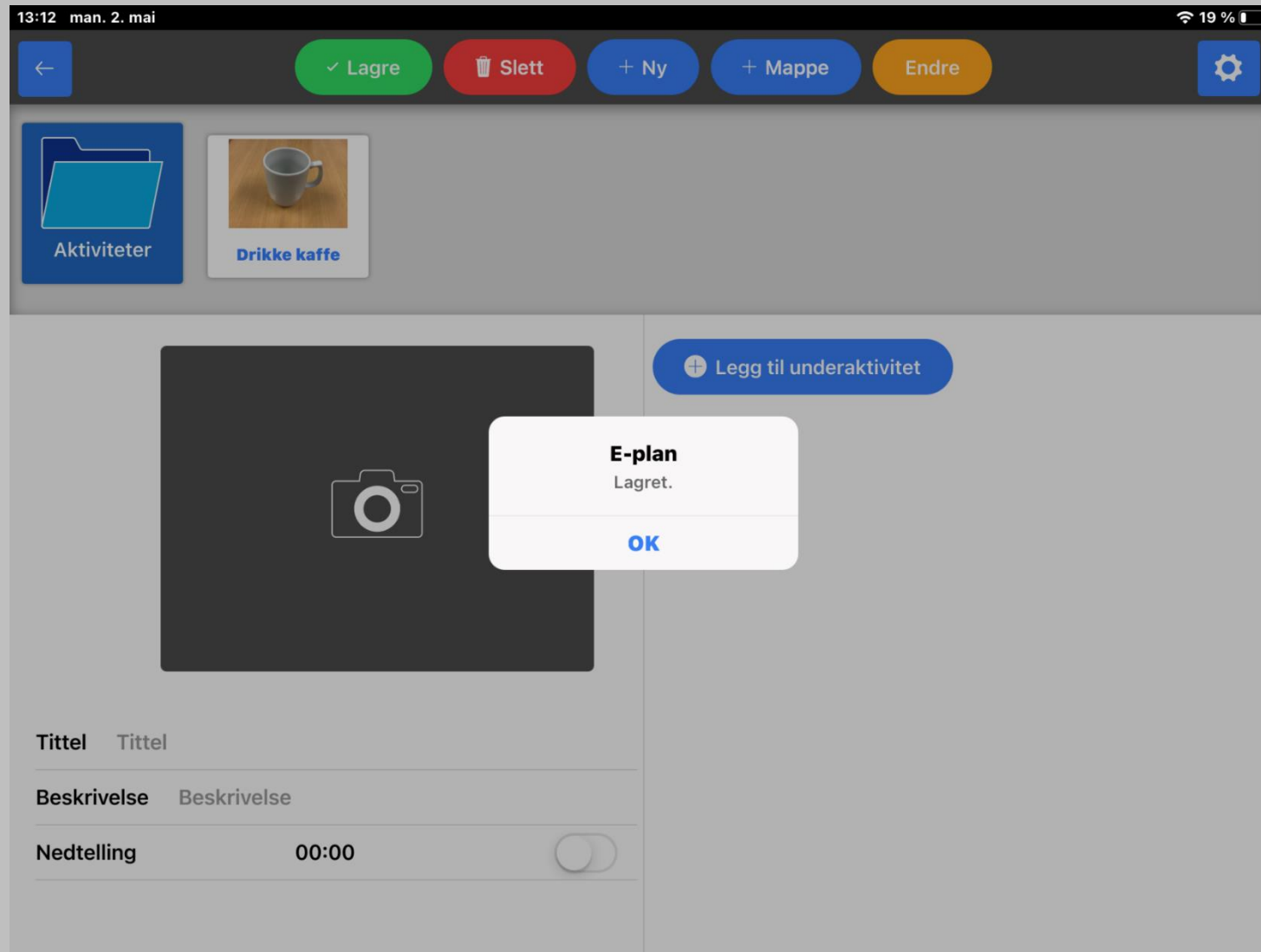


+ Legg til underaktivitet

Tittel Drikke kaffe

Beskrivelse På pauserommet

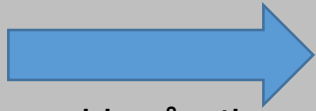
Nedtelling 10:00



Du har nå lagret din første aktivitetsmal

Legg malen inn i dagsplan

Du har nå en mal liggende i mappen. Denne kan legges inn i ukeplanen på de dagene aktiviteten skal gjennomføres.




Trykk på pil

13:12 man. 2. mai 19 %

← Lagre Slett + Ny + Mappe Endre ⚙️

Aktiviteter Drikke kaffe

+ Legg til underaktivitet



Tittel Tittel

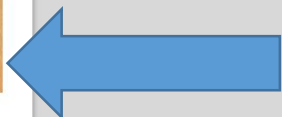
Beskrivelse Beskrivelse

Nedtelling 00:00

mandag	tirsdag	onsdag	torsdag	fredag	lørdag	søndag

 ← Trykk, og aktiver ønsket mappe

mandag	tirsdag	onsdag	torsdag	fredag	lørdag	søndag



Trykk på ønsket aktivitet

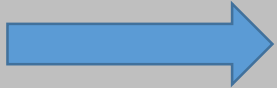
13:12 man. 2. mai Uke 18 Kopier uke

mandag	tirsdag	onsdag	torsdag	fredag	lørdag	søndag
+	+	+	+	+	+	+

Trykk på + for å legge aktiviteten inn i planen
NB: Mørk blå farge på dag viser til dagen i dag

Aktiviteter Drikke kaffe

NB! Husk å sette inn aktiviteten på dagen i dag. Vist i mørk blå



Trykk pil
når
aktiviteten(e)
er satt i planen

13:12 man. 2. mai 19%

Uke 18

Kopier uke

mandag tirsdag onsdag torsdag fredag lørdag søndag

+

↑

↑

↑

↑

↑

↑

↑

**Aktiviteten kan legges inn
flere ganger ved å trykke +**

↑

Aktiviteter

Drikke kaffe


Brukermodus

The screenshot shows a mobile application interface for a calendar. At the top, the status bar displays '13:12 man. 2. mai' and '18 %' battery. Below this is a dark blue header with a left arrow, 'Uke 18', a right arrow, and a settings gear icon. A light blue bar below the header contains the days of the week: 'mandag', 'tirsdag', 'onsdag', 'torsdag', 'fredag', 'lørdag', and 'søndag'. The main area is a grid with columns for each day. The 'mandag' column is highlighted in blue and contains a white card with a coffee cup icon and the text 'Drikke kaffe'. A blue arrow points from the text 'Trykk på aktivitet' to the coffee cup icon.

13:12 man. 2. mai 18 %

Uke 18

mandag tirsdag onsdag torsdag fredag lørdag søndag

 Drikke kaffe

Trykk på aktivitet



Trykk grønn sirkel for å starte aktiviteten


Drikke kaffe

På pauserommet




13:14 man. 2. mai 18 %

←



Drikke kaffe

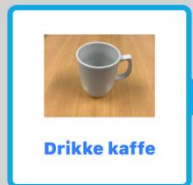


Drikke kaffe

På pauserommet

08:49

Ta deg en kopp kaffe mens du venter på at nedtelleren teller ned

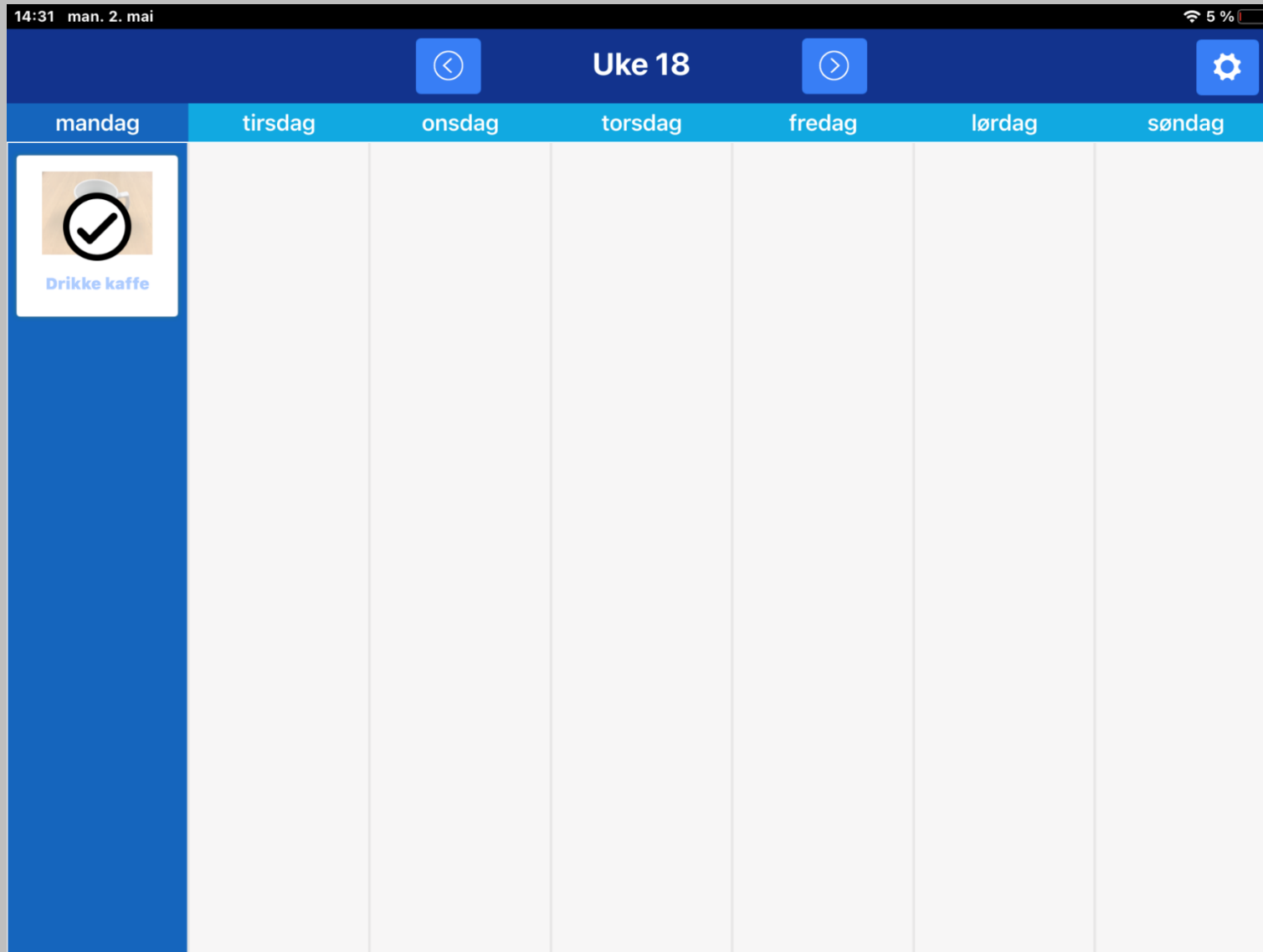


Drikke kaffe

På pauserommet

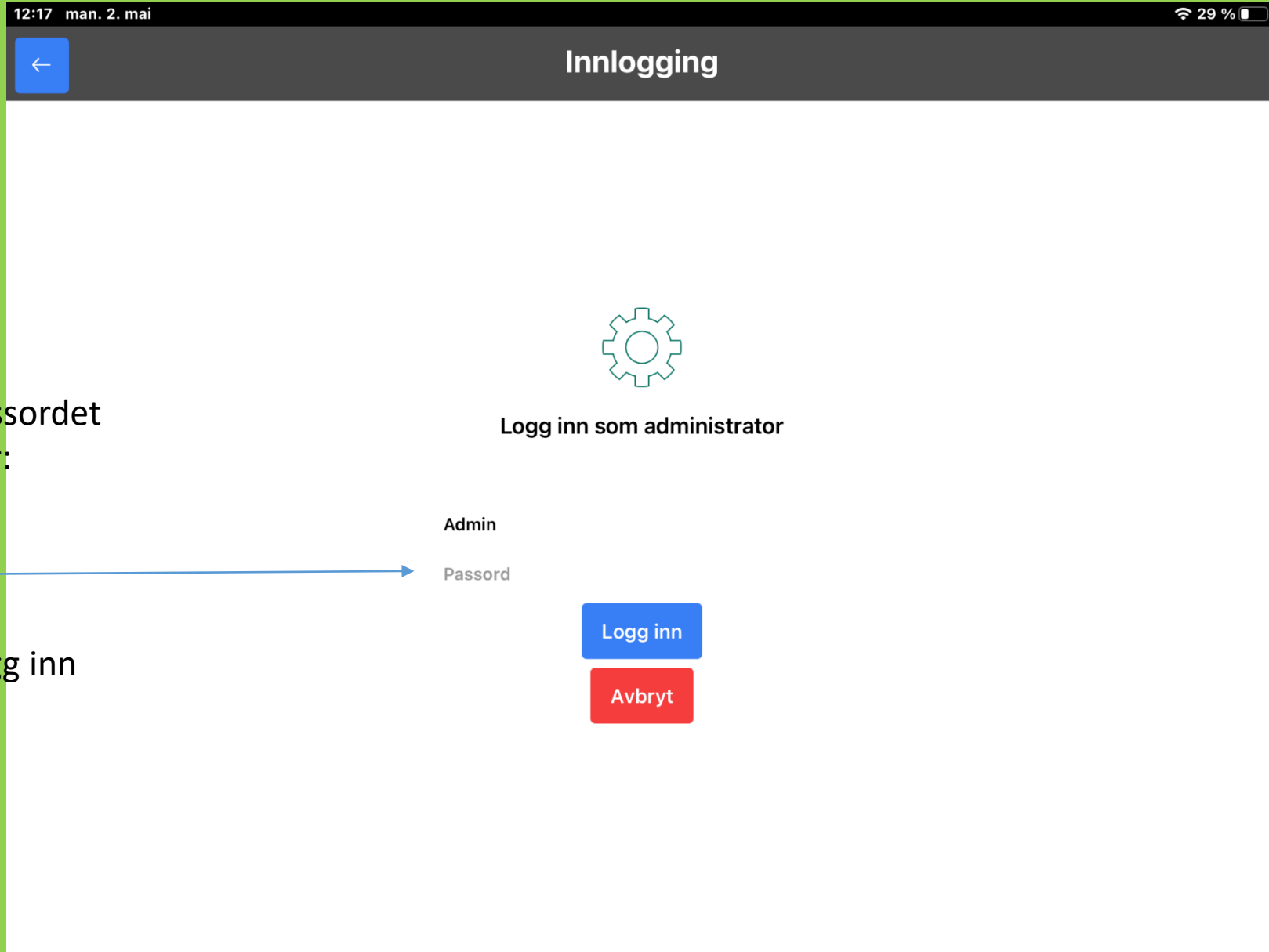


Når nedtelleren har telt ned, vil du få en lydbekreftelse. Nå kan aktiviteten bekreftes ved å trykke på den grønne sirkelen



Du har nå laget en aktivitetsmal, lagt den inn i planen og bekreftet den.

Ved aktivering av passord



Skriv inn passordet
Passordet er:

Admin

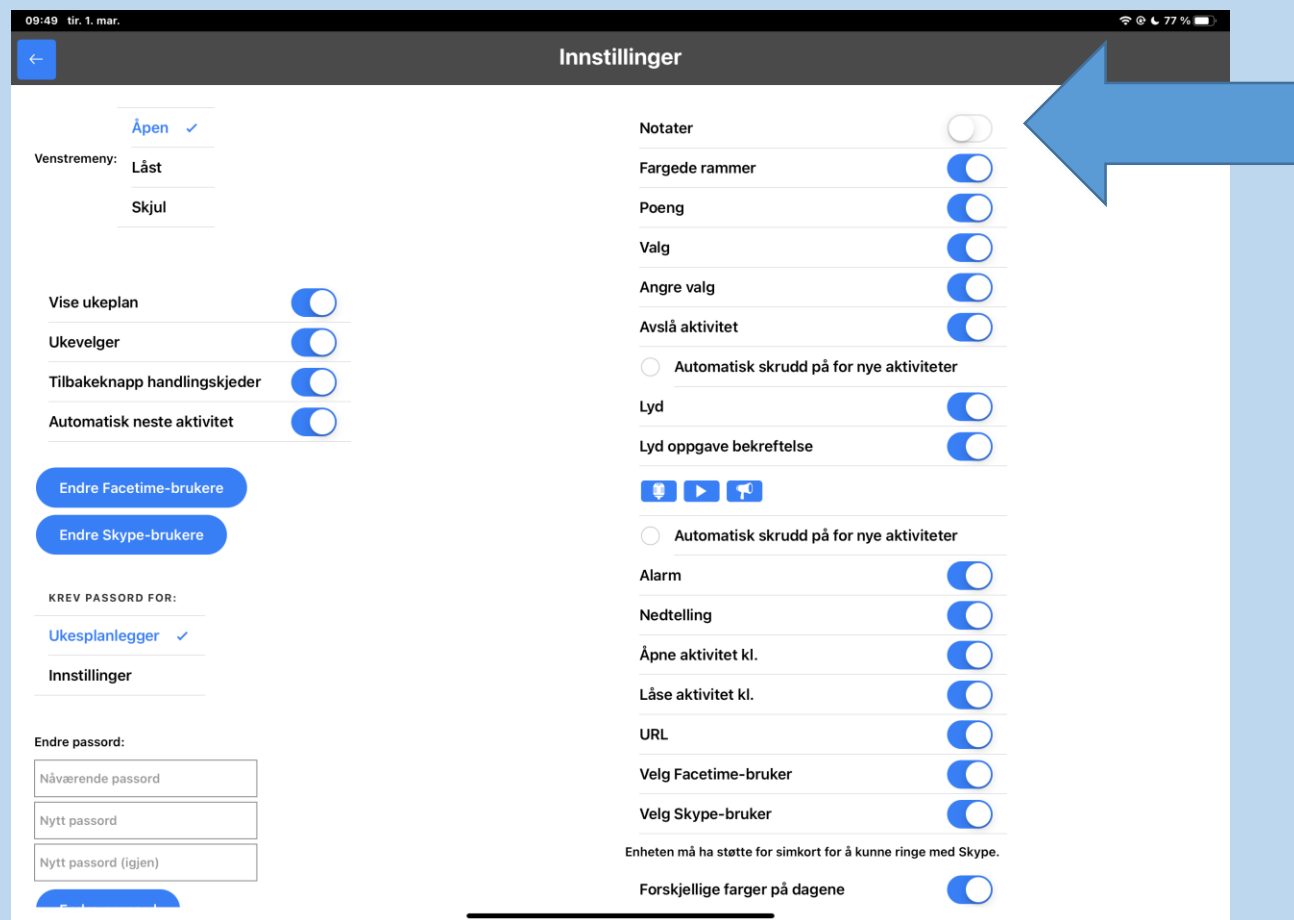
Og trykk Logg inn

(Passordet kan endres i innstillingene)

Tilleggsfunksjoner

e-plan

Aktivere tilleggsfunksjoner

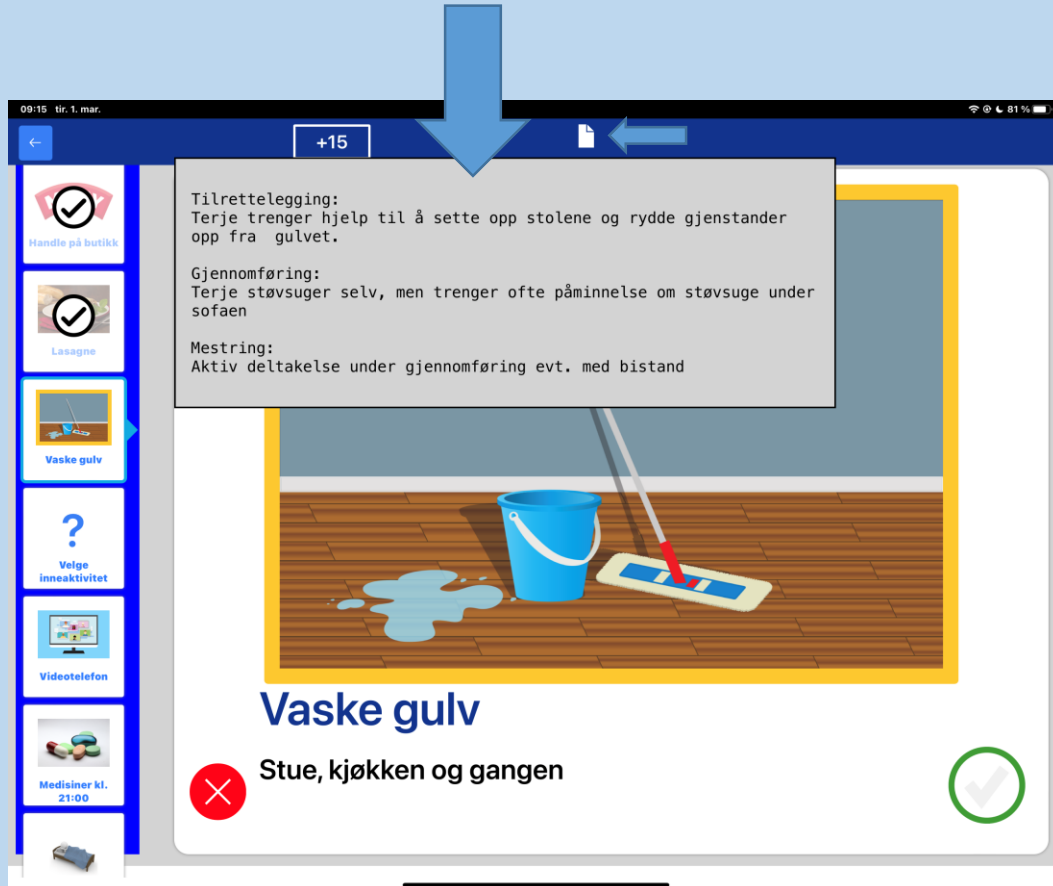


Alle tilleggsfunksjoner brukeren av planen skal benytte, må aktiveres i grunninnstillingene. Det anbefales at man bare aktiverer de man skal bruke.

Når funksjonen er aktivert, kommer den opp som tilleggsfunksjon som kan aktiveres når man lager nye aktivitetsmaler.

Aktiverte funksjoner vises med blå switchbryter

Notater



09:15 tir. 1. mar. +15

Handle på butikk

Lasagne

Vaske gulv

Veige inneaktivitet

Videotelefon

Medisiner kt. 21:00

Tilrettelegging:
Terje trenger hjelp til å sette opp stolene og rydde gjenstander opp fra gulvet.

Gjennomføring:
Terje støvsuger selv, men trenger ofte påminnelse om støvsuge under sofaen

Mestring:
Aktiv deltakelse under gjennomføring evt. med bistand

Vaske gulv

Stue, kjøkken og gangen

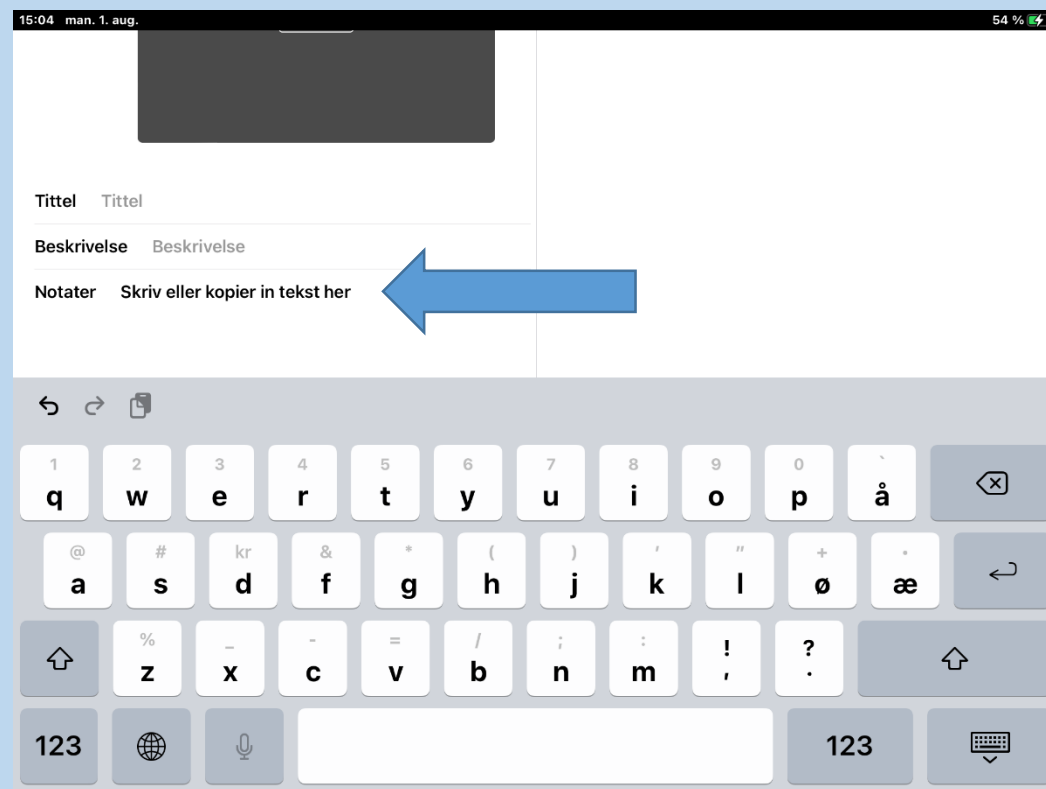
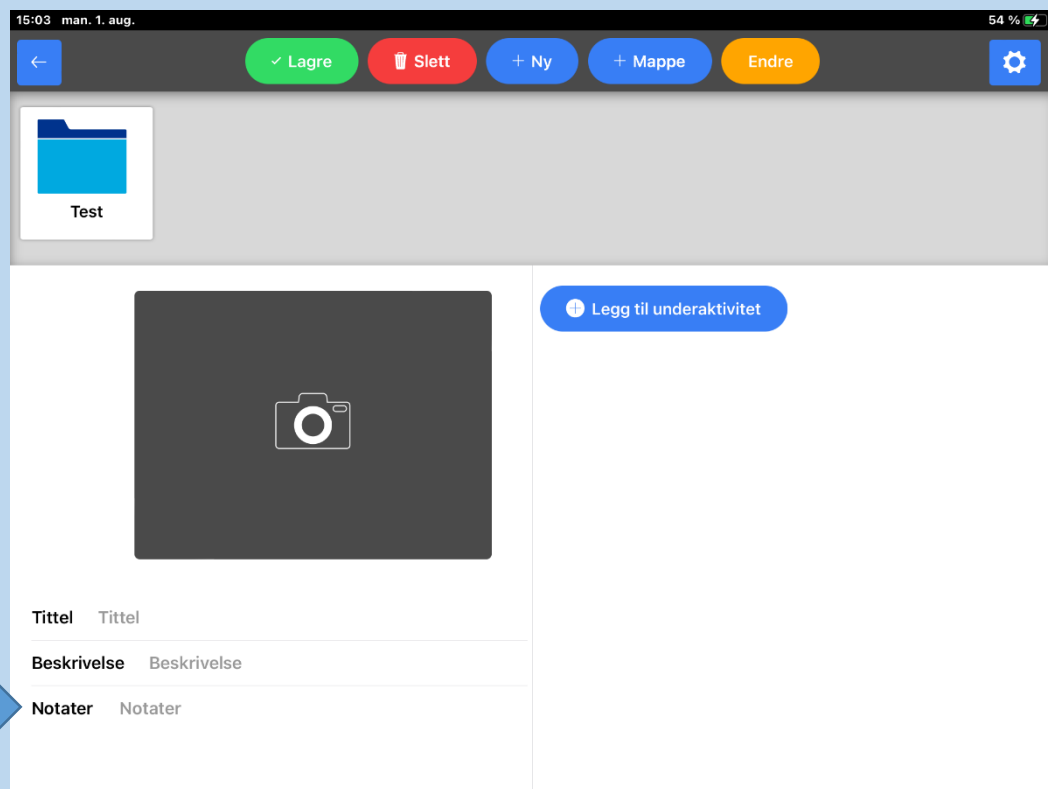
Notat vises ved at det er et dokumentsymbol på den øverste blå linjen, dokumentet åpnes ved å trykke på dokumentet. Man kan legge inn passord om dette er nødvendig. Tekst kan kopieres og legges inn

Notater kan benyttes til å gi brukeren av planen ytterligere informasjon av hva som skal skje. Det kan også legges inn Sosiale historier eller annen aktuell hjelp.

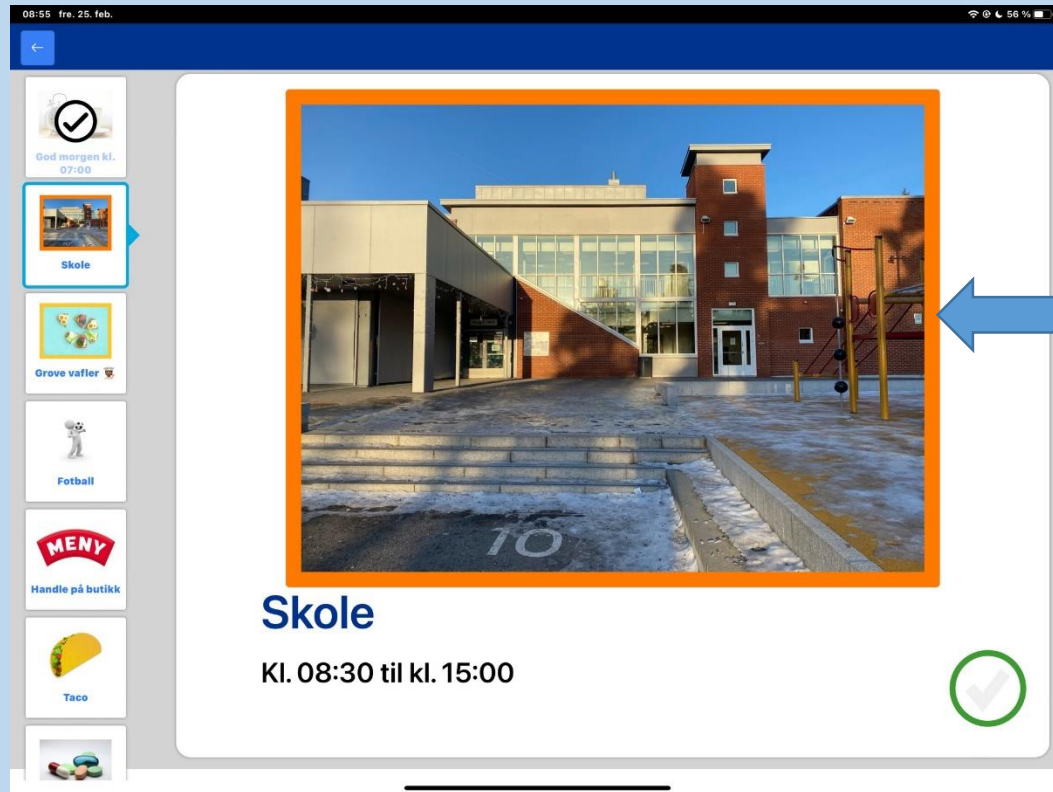
Notater kan benyttes til å gi personal eller omsorgspersoner informasjon om hvordan det skal tilrettelegges for aktiviteten.

Notater har ikke begrensninger i antall ord, men her kan det kun legges inn tekst

Hvordan legge til notat i en aktivitetsmal



Fargede rammer



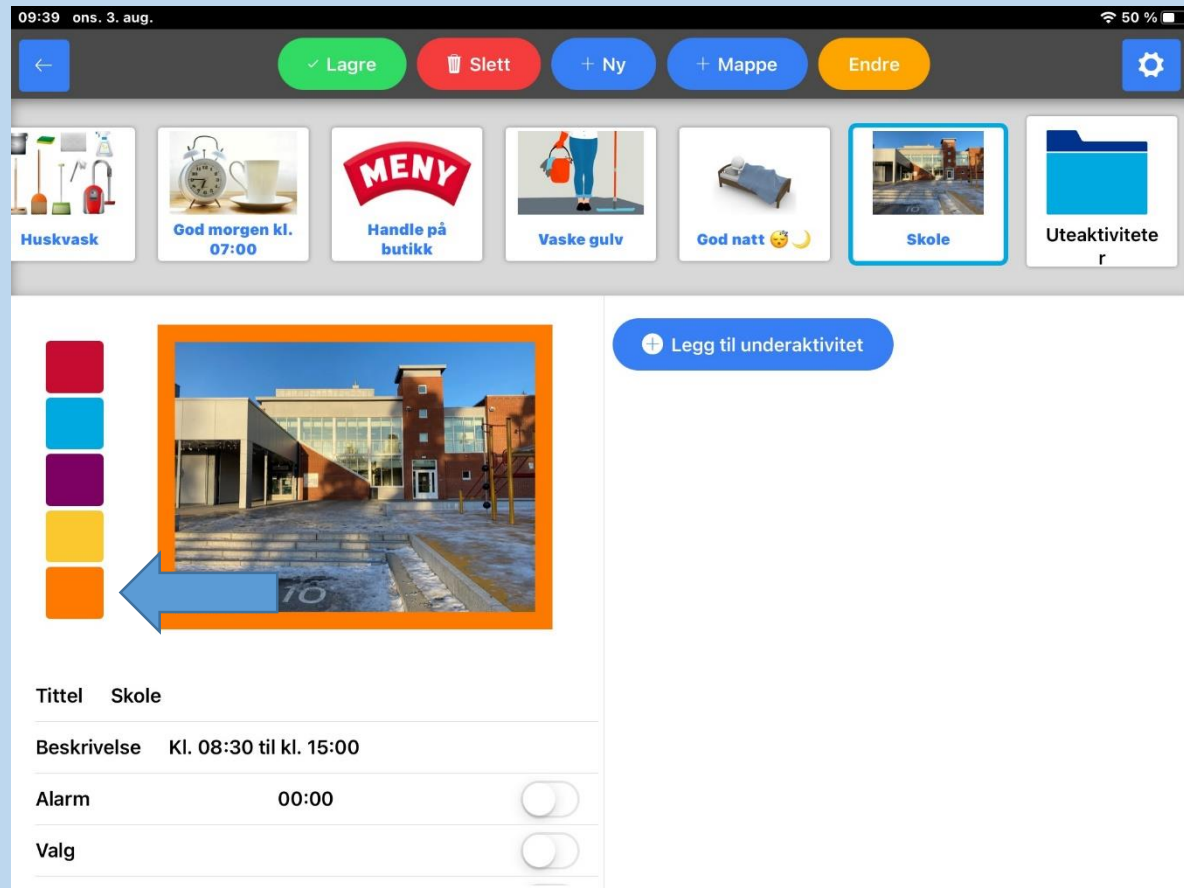
Fargede rammer kan gi brukeren av planen kjapp informasjon knyttet til aktiviteten. Fargen på rammen kan for eksempel definere om aktiviteten skal gjøres alene, eller om den skal utføres sammen med personal eller omsorgspersoner.

Fargede rammer vises også i ukeoversikten/ukeplanen og i venstremenyen.

Det er 5 ulike farger å velge mellom. Det er opp til den som har satt opp planen å definere hvilken informasjon de ulike fargene har.

Egner seg godt både til de som ikke nyttiggjør seg av tekst og de som ønsker informasjon knyttet til aktivitet på en enkel måte

Hvordan legge til fargede rammer



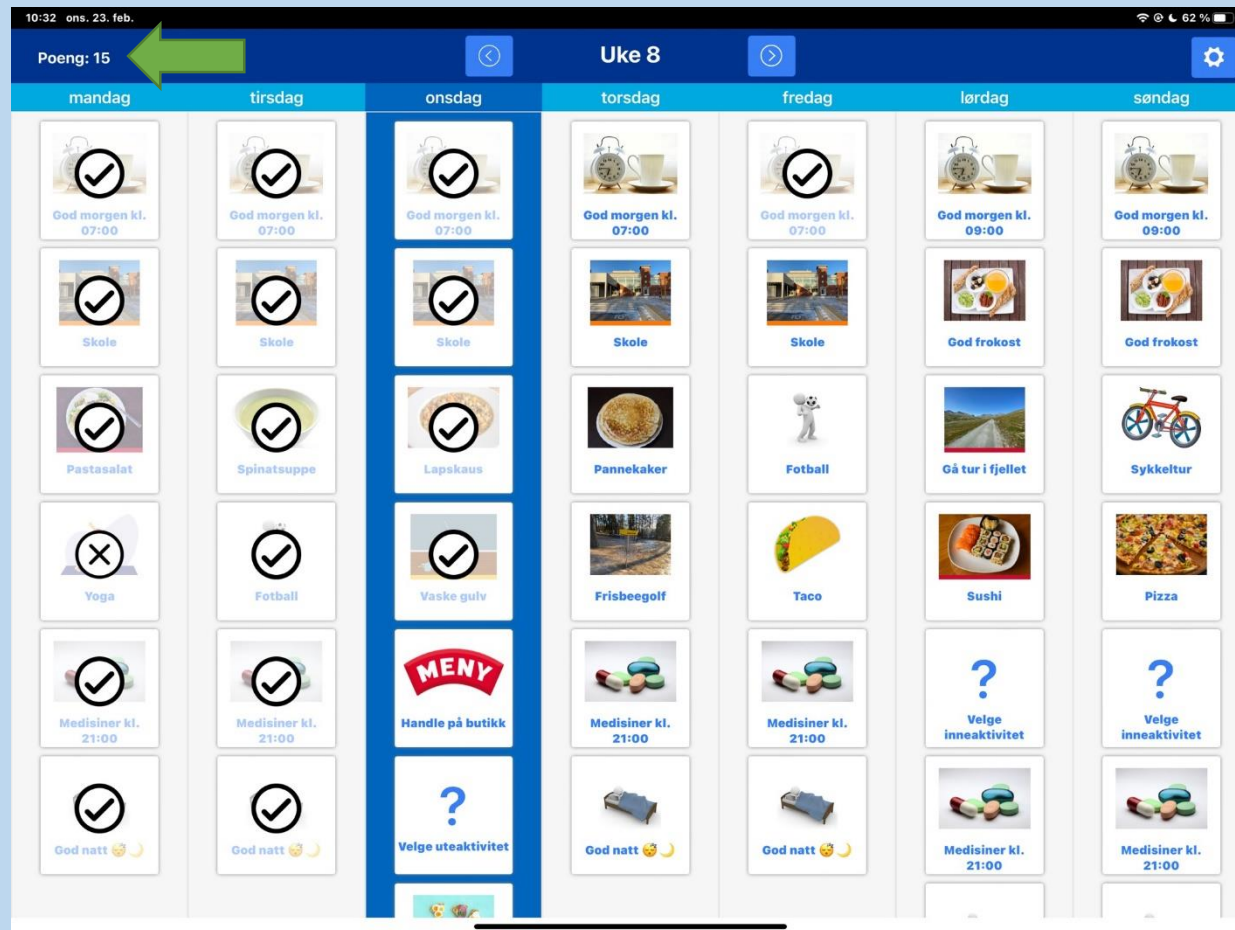
Når fargede rammer er aktivert kan man trykke på en av de fem fargene på venstre side av hovedbildet. Rammen legger seg da inn og vises i ukeplan, venstremeny og i aktivitet.

Poeng



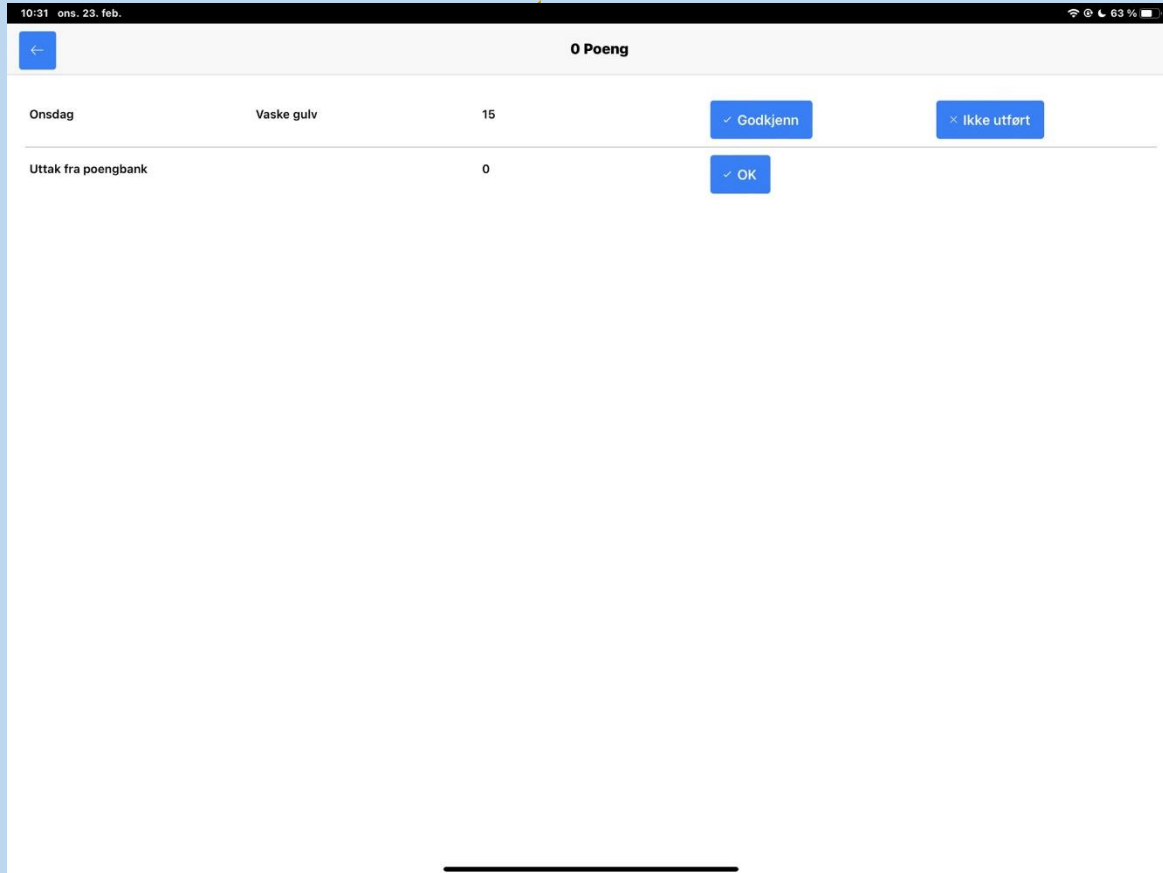
Poeng kan benyttes om brukeren av planen trenger ekstra motivasjon for å utføre enkelte oppgaver. Poengene legger seg inn i en poengbank som holder orden på opptjente poeng.

Poengbank



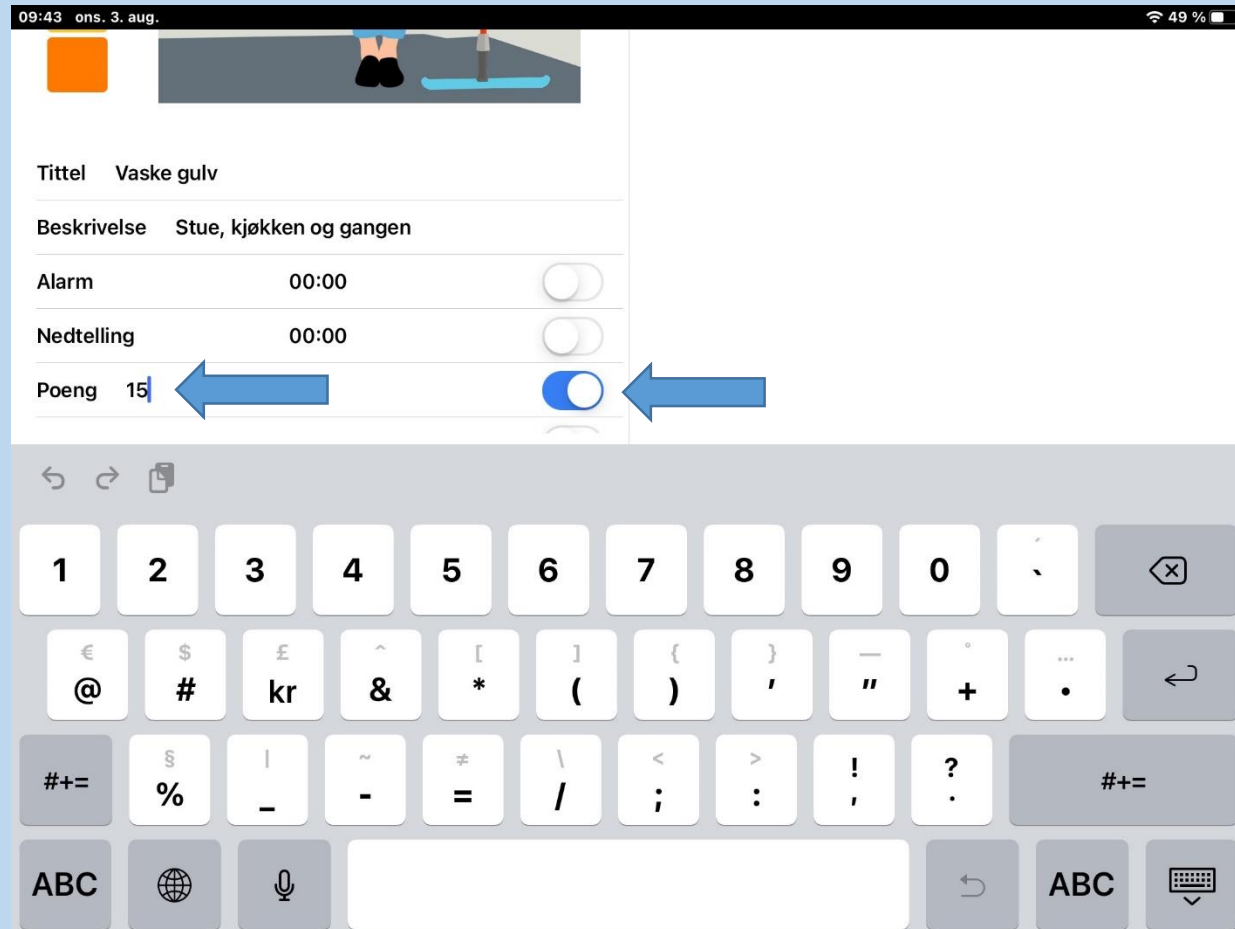
Når poeng er aktivert vil saldoen vises i øvre venstre hjørne i ukeplanen. Trykker man på poeng i ukeplanen kommer man til innlogging til poengbanken. Tilgangskode kan legges til eller fjernes. Koden er den samme som innloggingen til administrator modus.

Poengbank



I poengbanken ligger alle aktiviteter som er utført med tilhørende poeng. Poengene må godkjennes før de legges seg synlig i planen. Poengene kan overføres til ulike motivasjonssystemer og sparesøyler, eller så kan brukeren av planen få en oversikt over hva han kan kjøpe for poengene. Dette må tilpasses brukerens ferdigheter.

Hvordan legge inn poeng



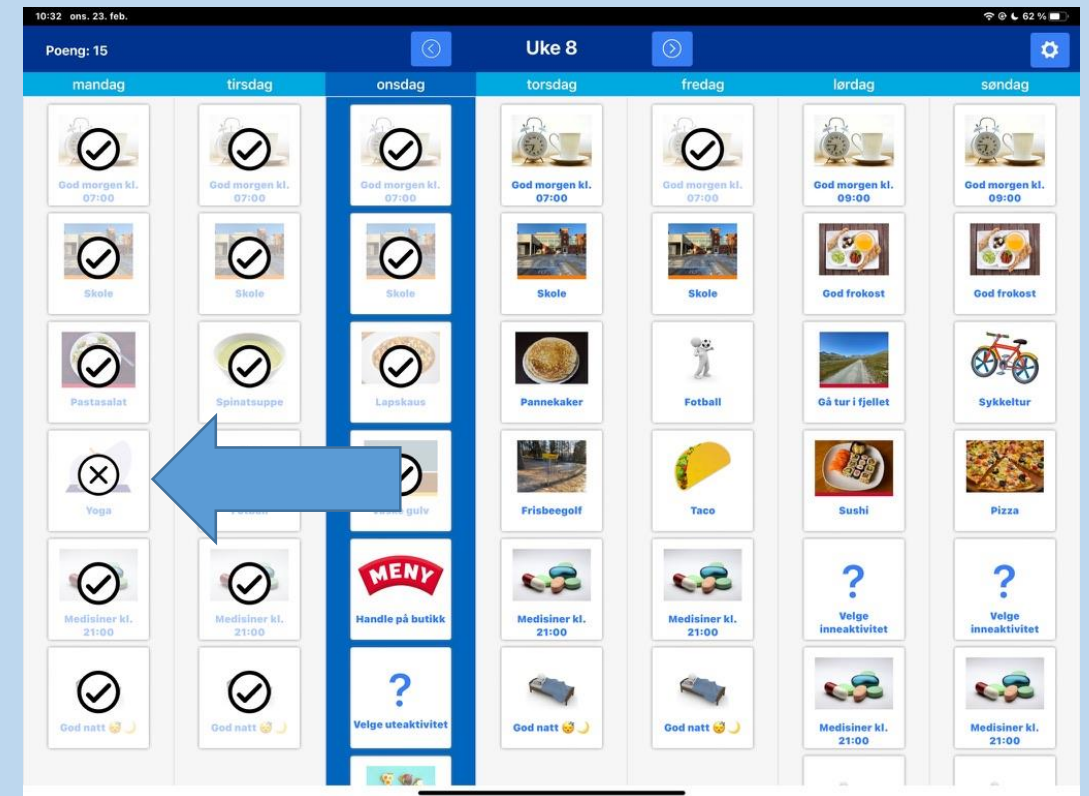
Aktiver switchbryter og skriv inn antall poeng

Avslå aktivitet



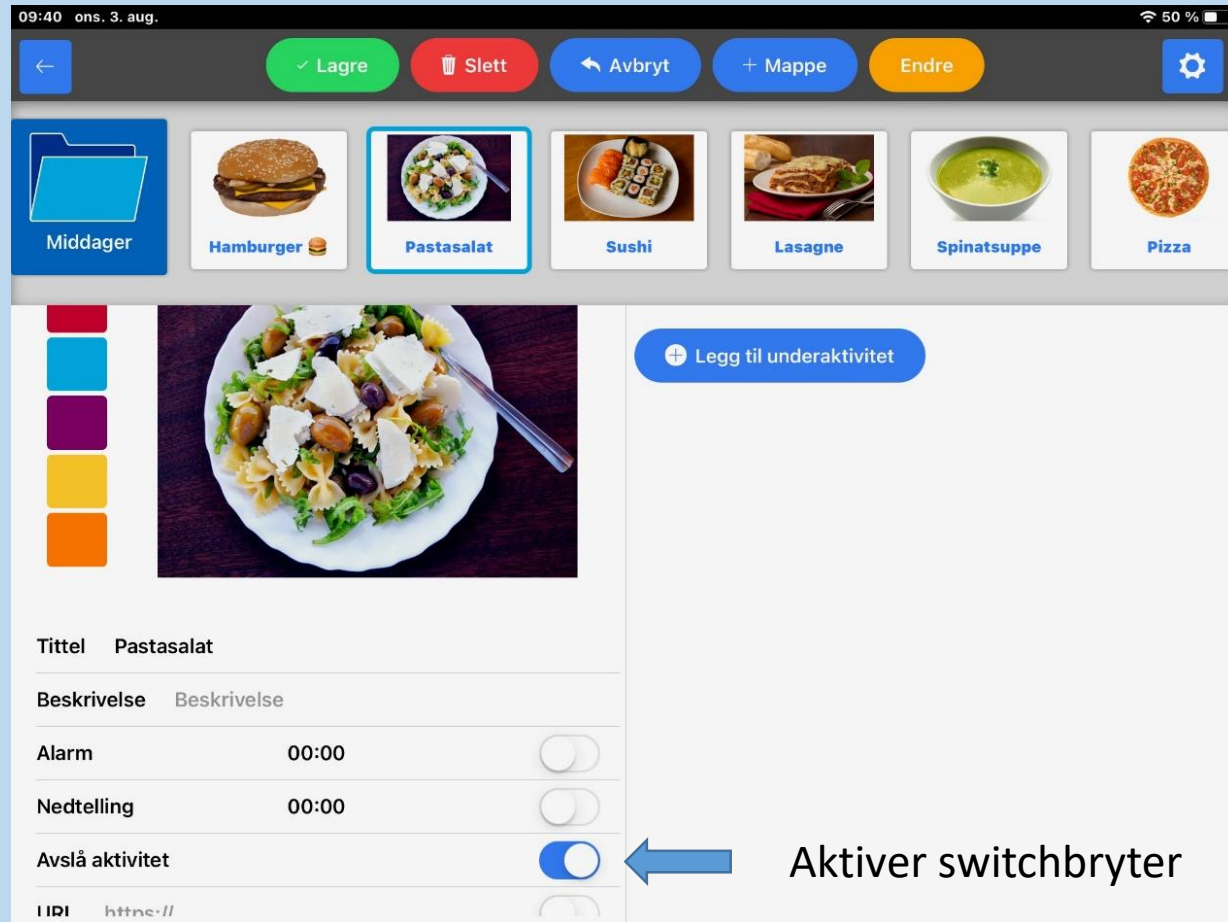
Ved å legge inn avslå aktivitet lar man brukeren selv ta valget på om man skal gjøre aktiviteten/oppgaven eller ikke. Dette må tilpasses funksjonsnivå og kan fint kombineres med poeng. Avslå knappen er forenelig med bør-oppgaver i atferdsavtaler.

Avslå aktivitet fortsetter

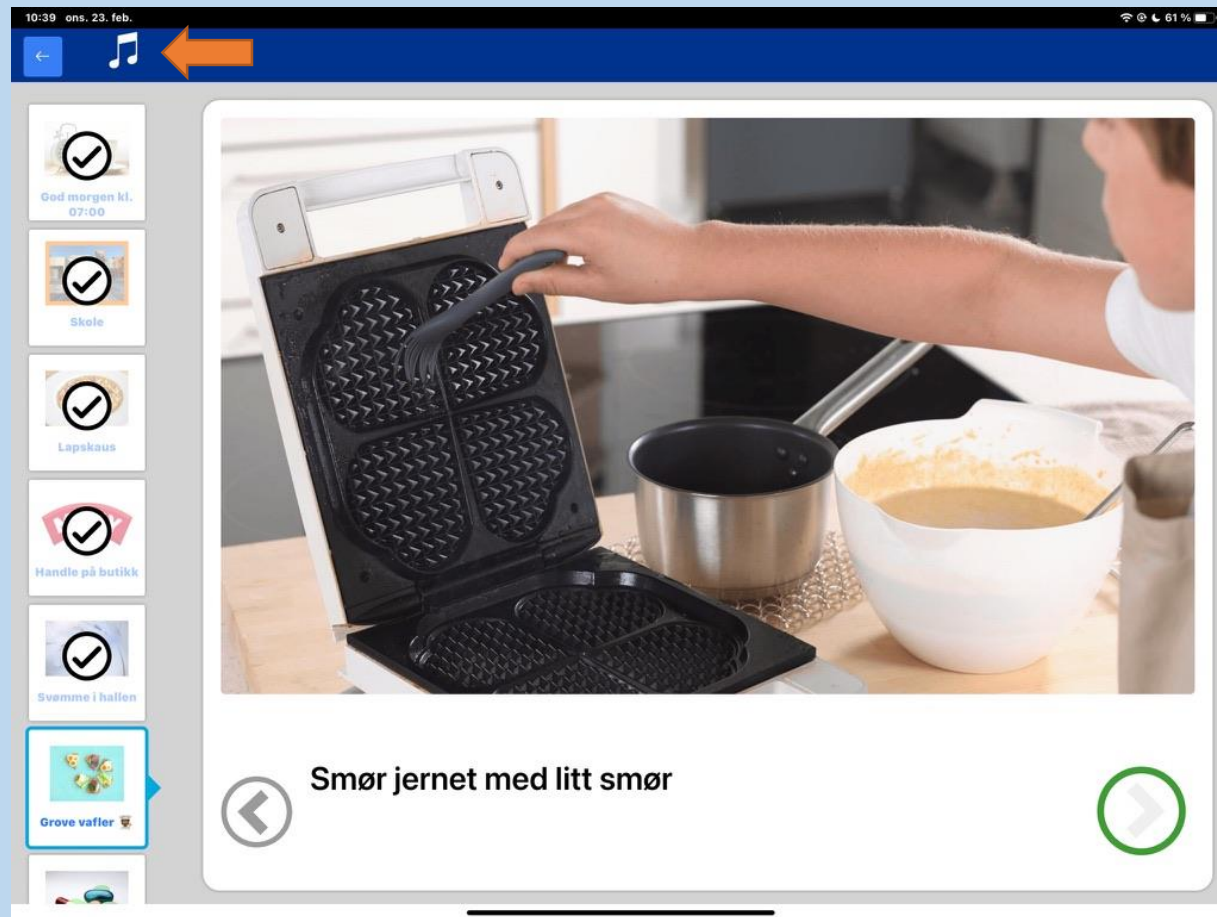


Avslåtte aktiviteter vises med kryss

Hvordan legge inn «avslå aktivitet»



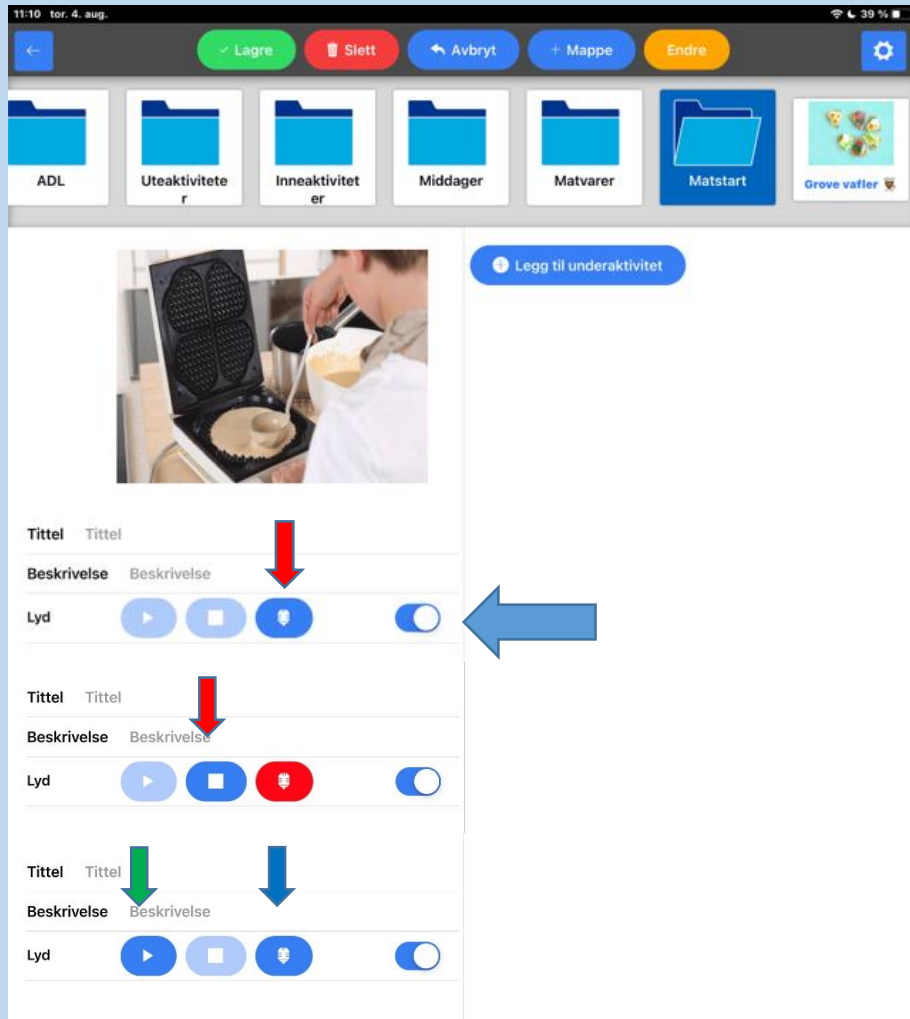
Lyd



Lyd kan legges på alle aktivitetsmaler. Det er ingen begrensning i hvor lange lydfiler man kan legge til, men det anbefales å benytte korte lydfiler med klar informasjon.

Noten viser at det er en lydfil knyttet til aktiviteten. Lydfilen blir avspilt når man åpner aktivitetsmalen, og kan avspilles flere ganger ved å trykke på bildet

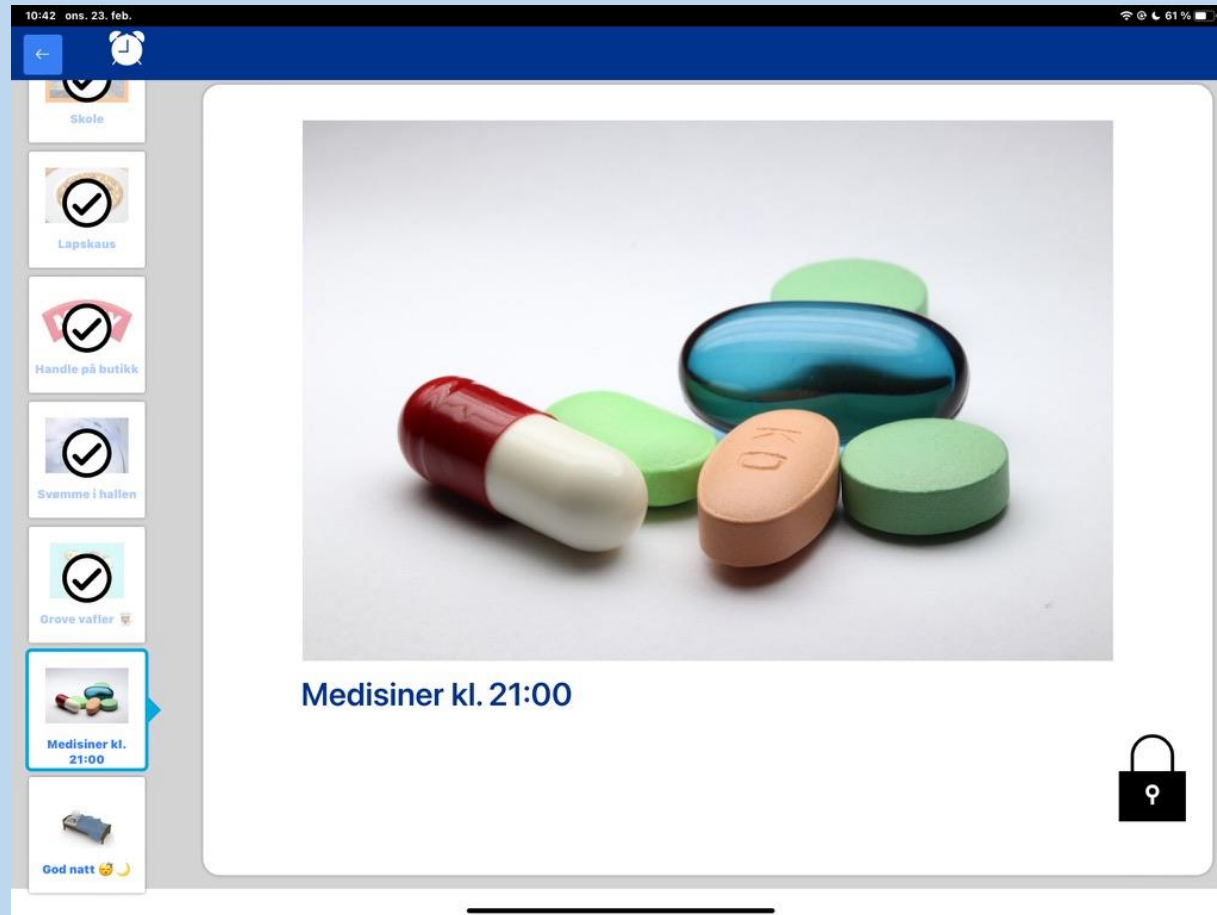
Hvordan legge til lyd



Aktiver lyd med switchbryter

1. Trykk så på mikron
2. Les inn beskjed/hjelp
3. Trykk stopp når beskjed er lest inn
4. Grønn pil viser at du kan spille av innholdet
5. Blå pil viser at om du trykker på mikrofon spiller du over beskjeden, og legger inn ny. (gå til punkt 2 og gjenta)

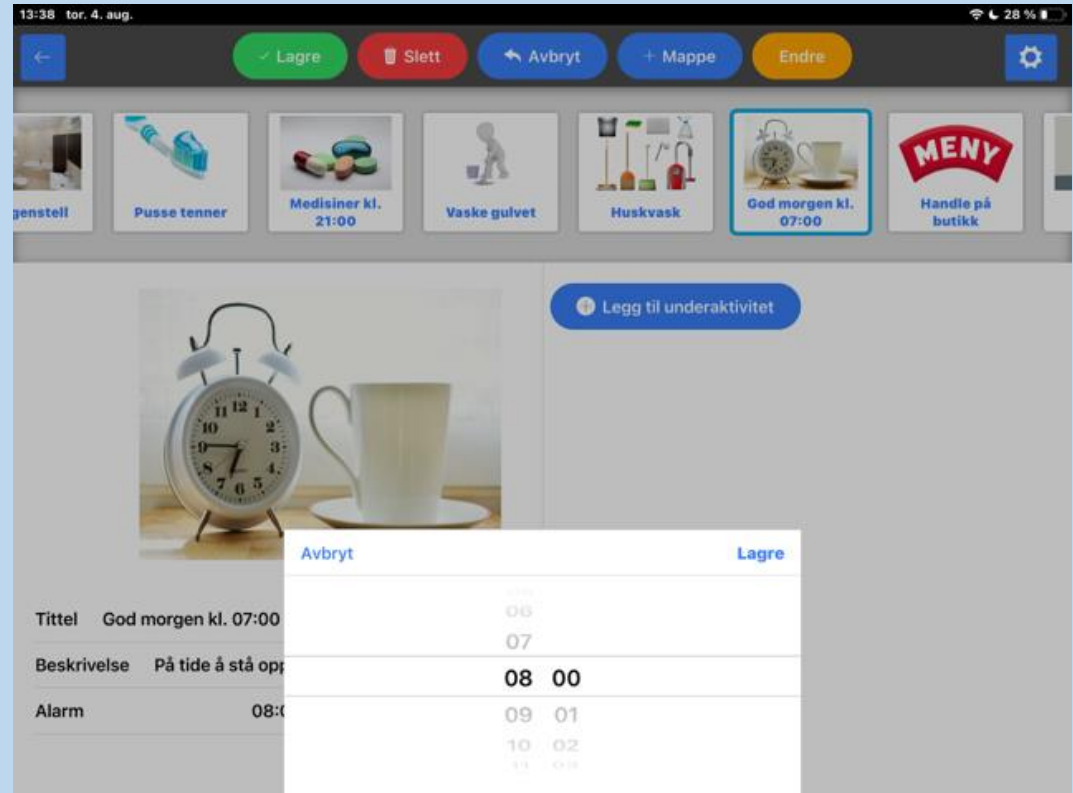
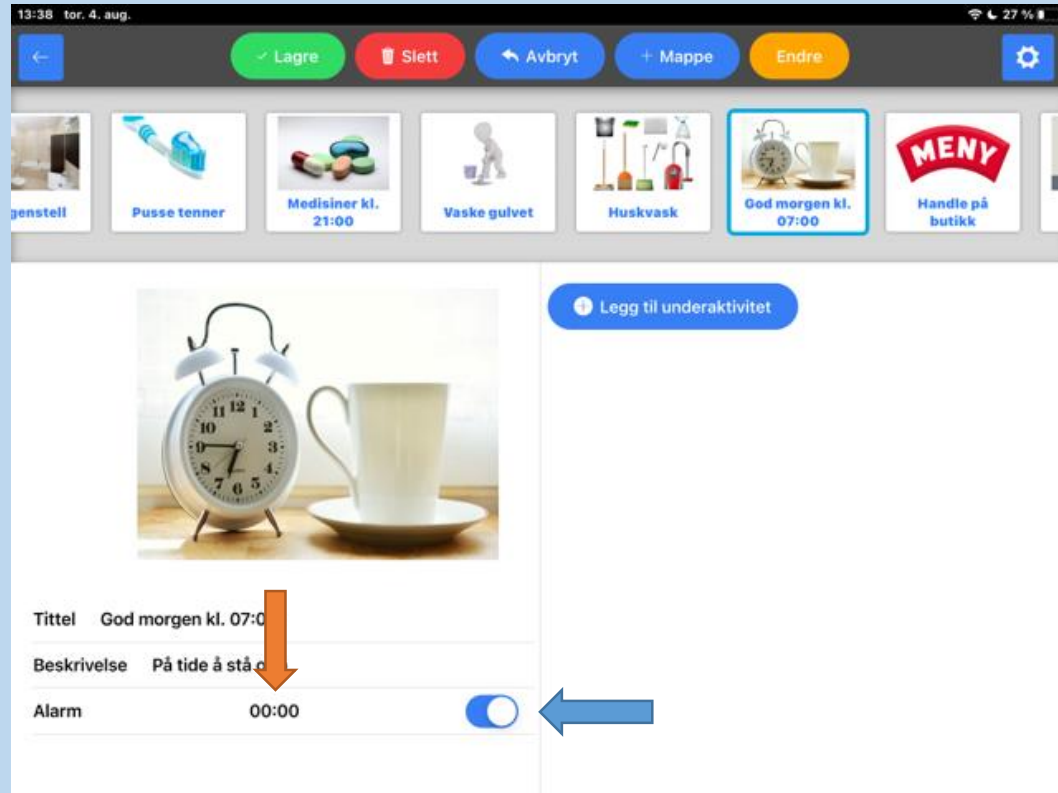
Alarm



Det er mulig å legge til påminner på den enkelte aktivitet ved å aktivere «Alarm».

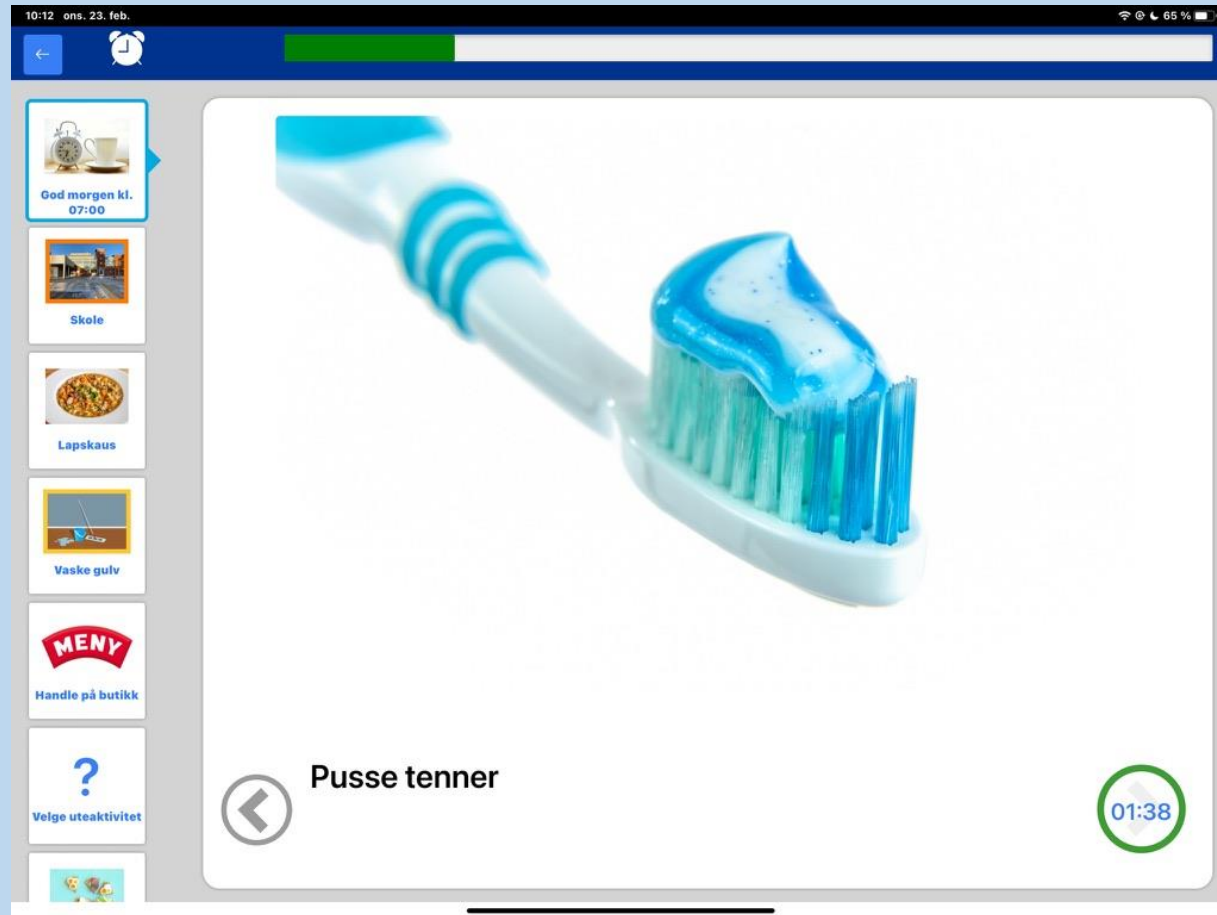
Påminnelsen kan bestå av både alarmsignal, «bannere» og pushvarsler. Alarmen aktiveres på angitt klokkeslett uavhengig av om ipaden er i bruk (på) eller i dvalemodus. Varselet deaktiveres ved å trykke på alarmsymbol eller ved kvittering på gjennomført aktivitet. Alarmen ringer i ett minutt og gjentas hvert femte minutt (Snooze) maksimalt fem ganger. Ved behov kan varselinnstillingene administreres i Apple Notification Center på enheten.

Hvordan legge til en alarm



Aktiver switchbryter, og trykk 00:00 får å sette tidspunkt for alarmen

Nedtelling



Nedtelling er tiltenkt å gi brukeren av planen informasjon om varighet i aktiviteter uten klar slutt.

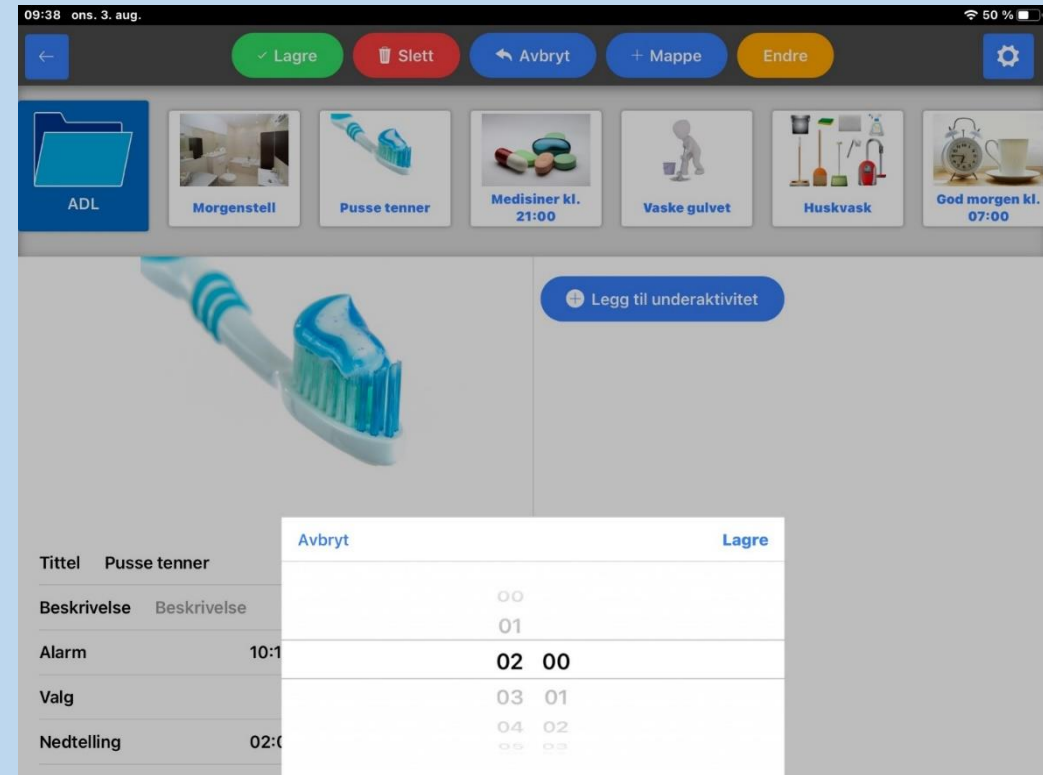
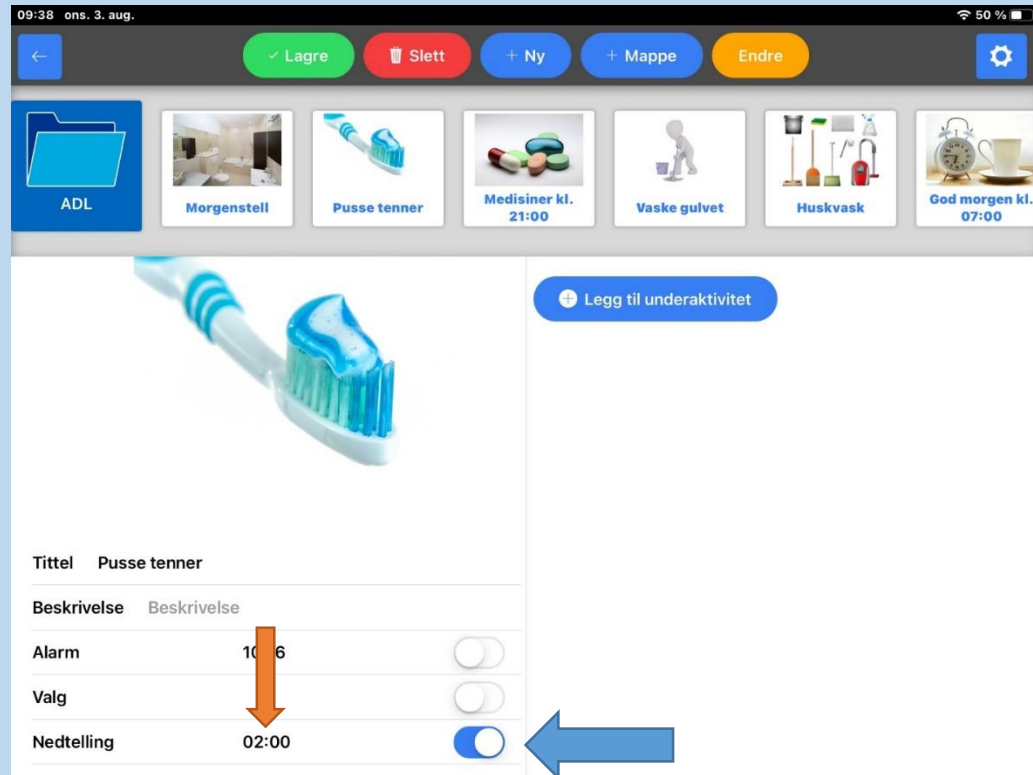
Nedtelling egner seg også godt på delhandlinger eksempelvis i handlingskjeder som matoppskrifter.

Tid visualiseres i øvre linje, samt at nedtellingen også går inne i den grønne sirkelen.

Maks tid er 59 minutter og 59 sekunder

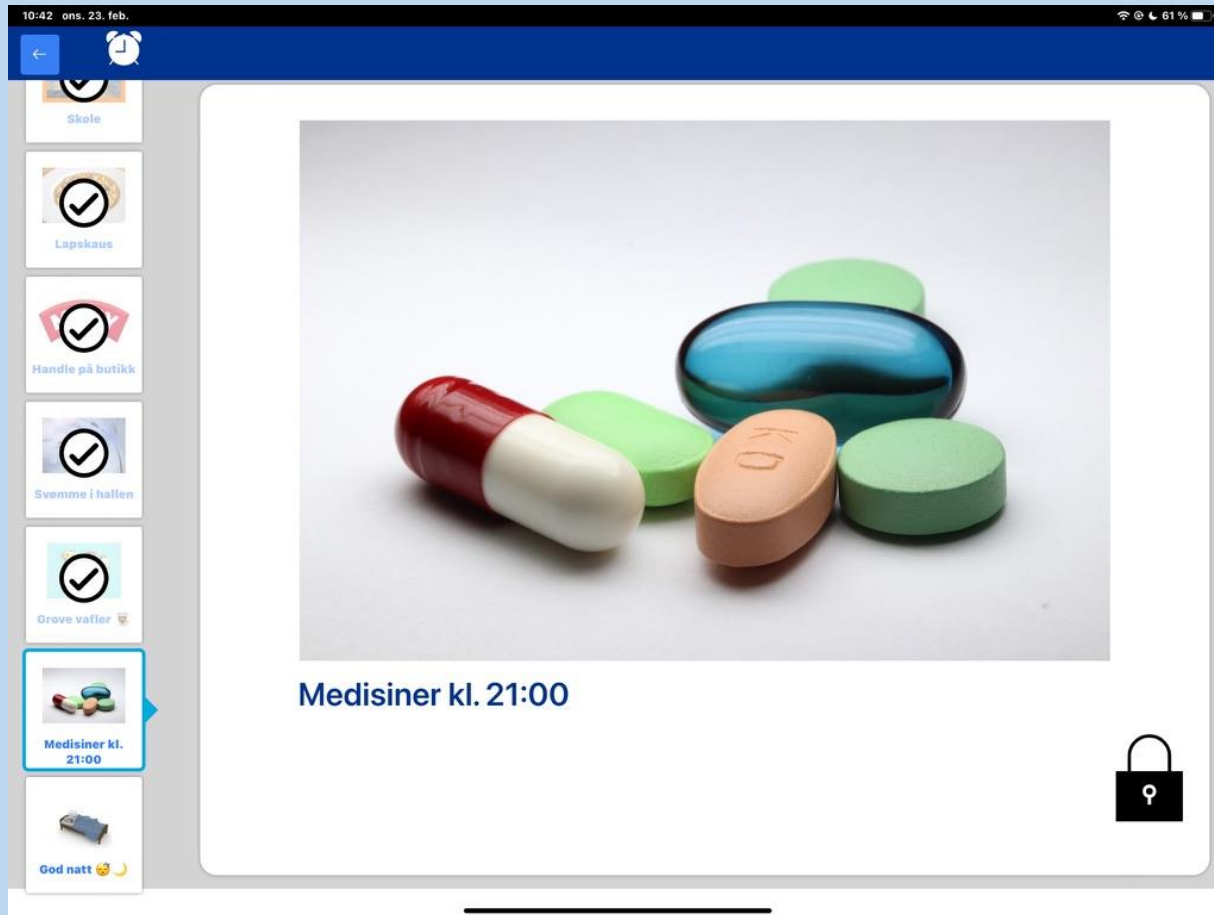
Oppgaven kan ikke bekreftes før tiden har gått ut.

Hvordan legget til en «timer»



Aktiver switchbryter, og trykk på minutt og sekund. Sett inn ønsket tid

Låse og åpne aktiviteter

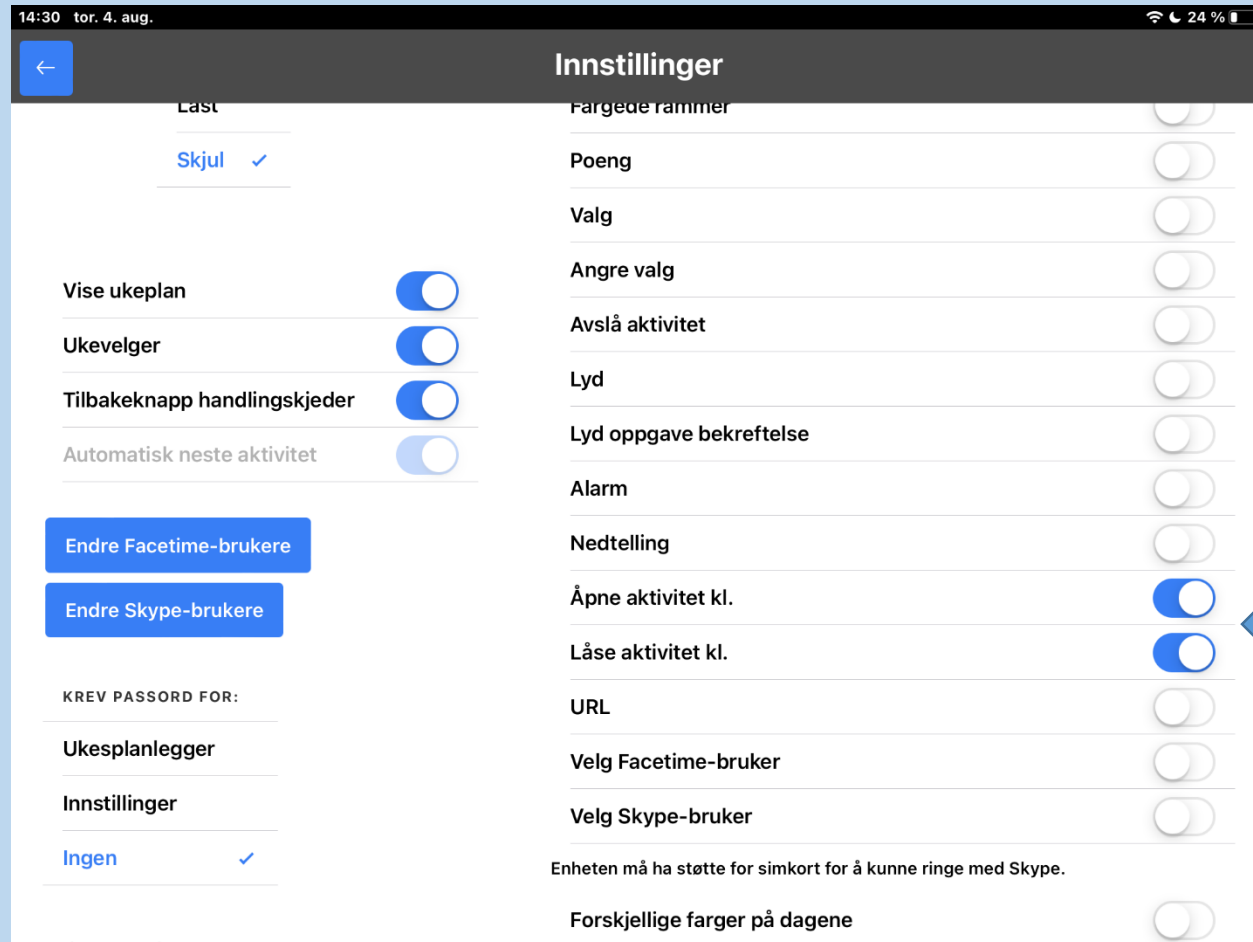


Aktiviteter som skal starte på et gitt tidspunkt, kan låses. Aktiviteten blir tilgjengelig med grønn sirkel til tiden som er satt opp.

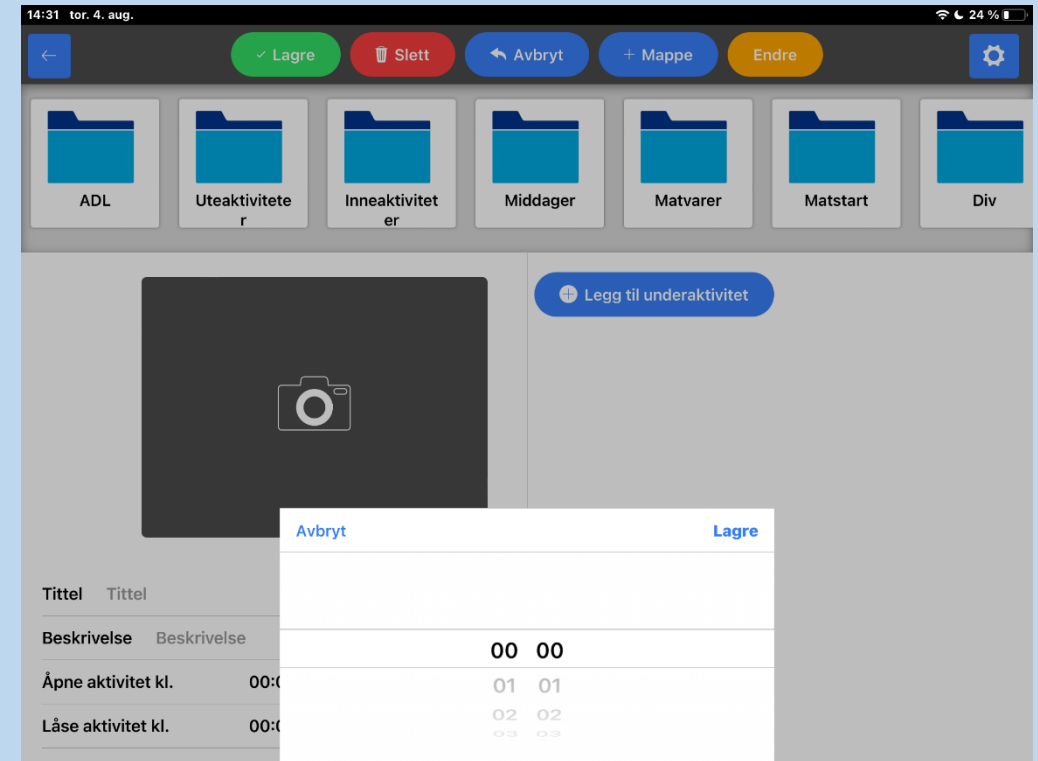
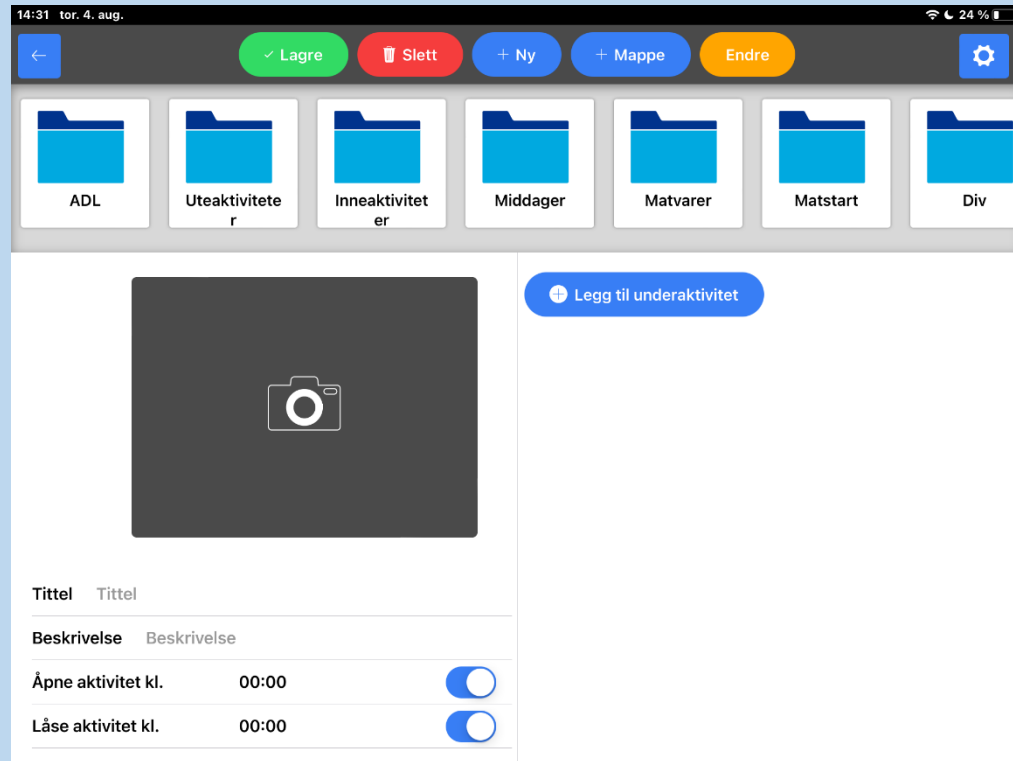
Funksjonen er tiltenkt å kompensere for at planen ikke er tidslinje-orientert, men basert på kronologi/rekkefølge.

Man kan også låse aktiviteter som ikke lengre er tilgjengelig. Eksempelvis aktiviteten Kino blir låst etter at filmen har begynt.

Aktiver låse og åpne aktiviteter



Aktiver låse og åpne aktiviteter



Aktiver switchbrytere, og trykk 00:00 og sett inn ønsket klokkeslett for åpning eller låsing av aktivitet.
Sett inn klokkeslett

URL



URL setter opp en hyperlink fra en nettside til e-plan. Dette gjør at brukeren av planen kan komme direkte inn på en oppsatt nettside ved å trykke på lenken i øvre linje, eller på bildet.

Nettleseren åpner seg i e-plan, og man kan trykke seg videre.

Linken kan være til en ønsket video på YouTube eller oppkobling til nettbanken.

Man må lukke nettleseren selv ved å trykke ferdig på nedre linje.



ÅPNE APPEN



Neste



Top New Zach King Funny Magic Vines - ...
ZK Magician • Sett 4,5 mill. ganger



The Funniest Cat Videos on the Internet...
PetWard • Sett 20 mill. ganger



🤔 Funniest 🐶 Dogs and 🐱 Cats - Awesome Funny Pet Animals Videos 🤗

Sett 71 565 359 ganger · for 2 år siden



515k



Liker ikke



Del



Lagre



Rapportér



Funny Animals' Life

1,34 mill. abonnenter

ABONNER

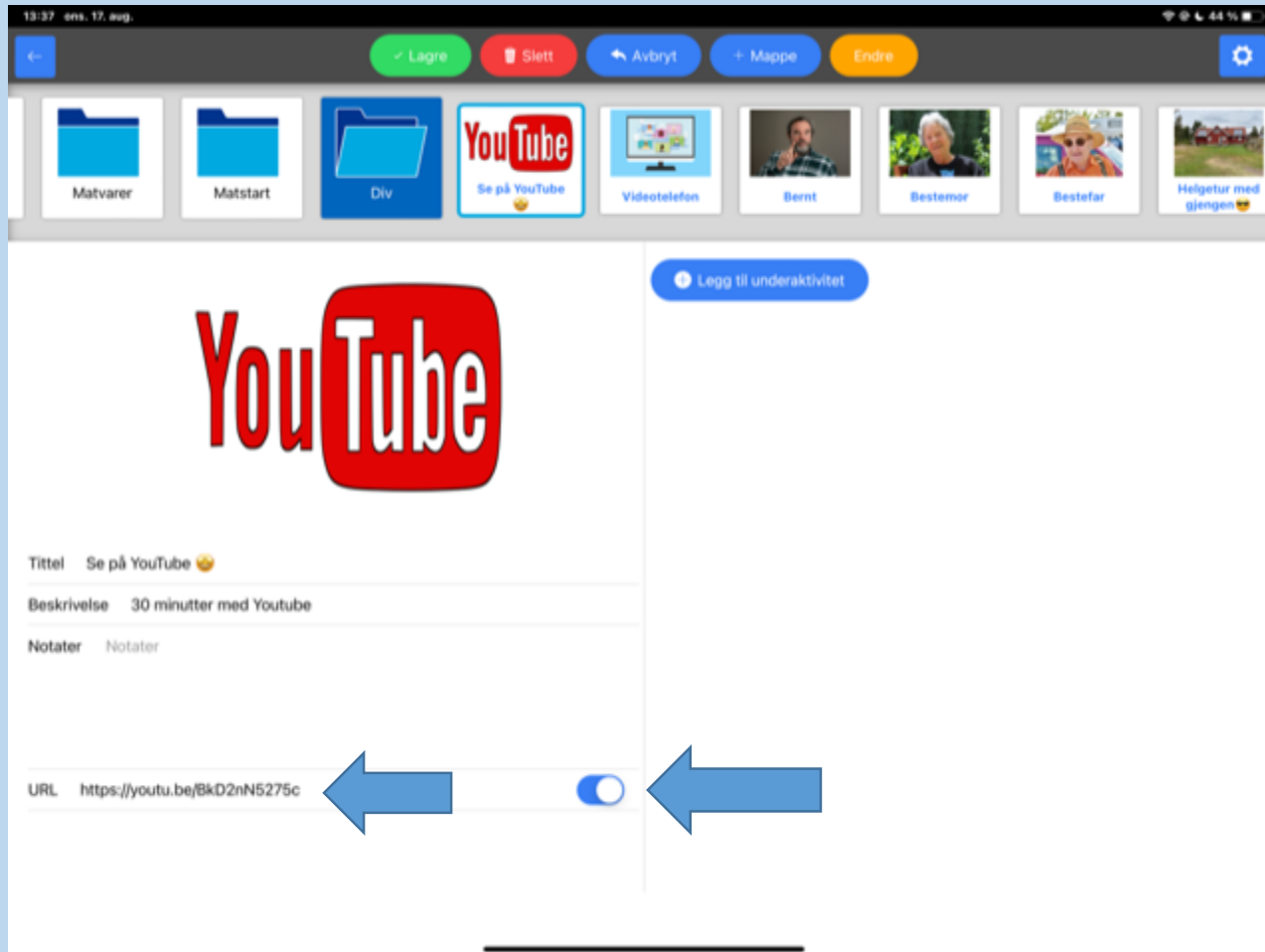
<https://m.youtube.com/watch?v=BkD2nN5275c&feature=youtu.be>

Ferdig



Trykk på URL lenken eller bildet tar deg direkte til video. Men når man er ferdig å se må man trykke ferdig nederst i venstre hjørne.

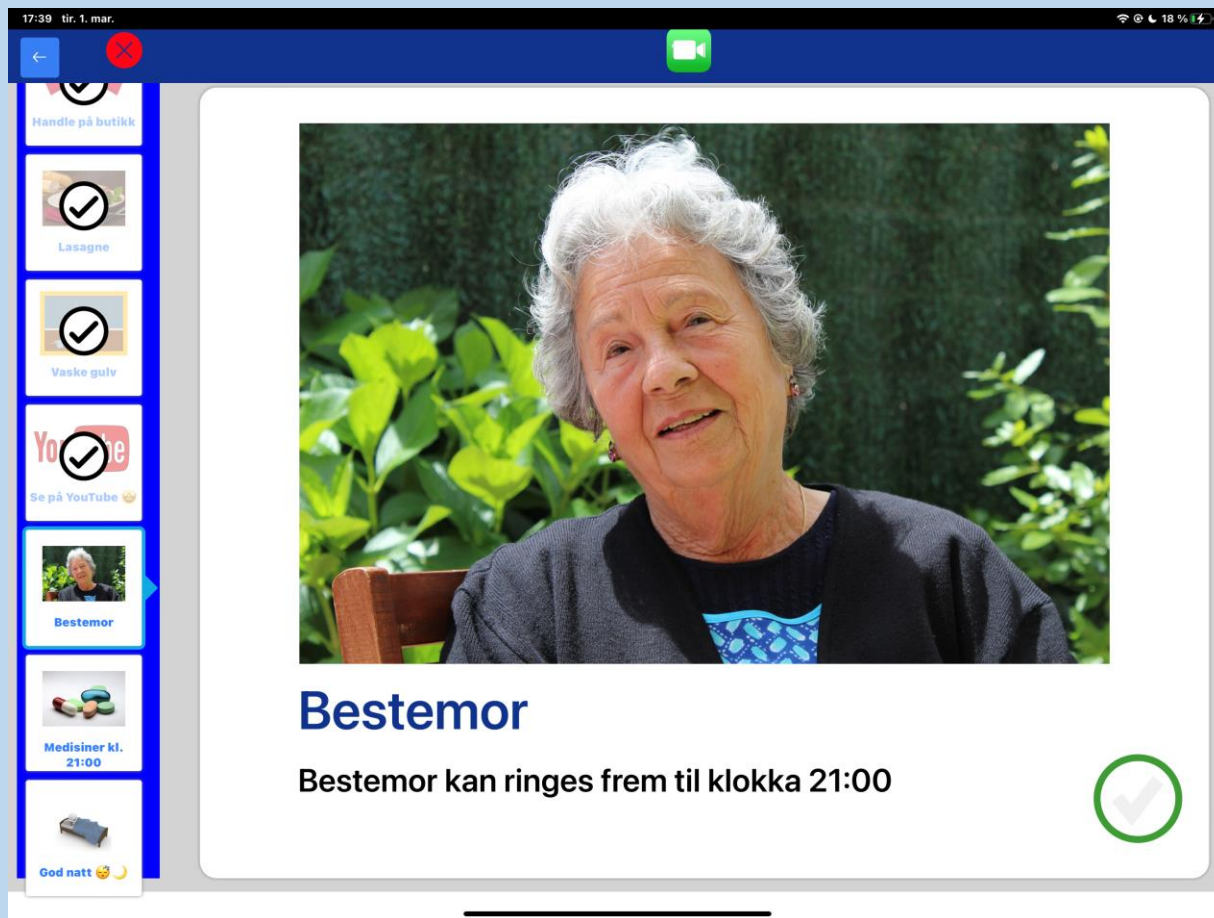
Legge inn URL



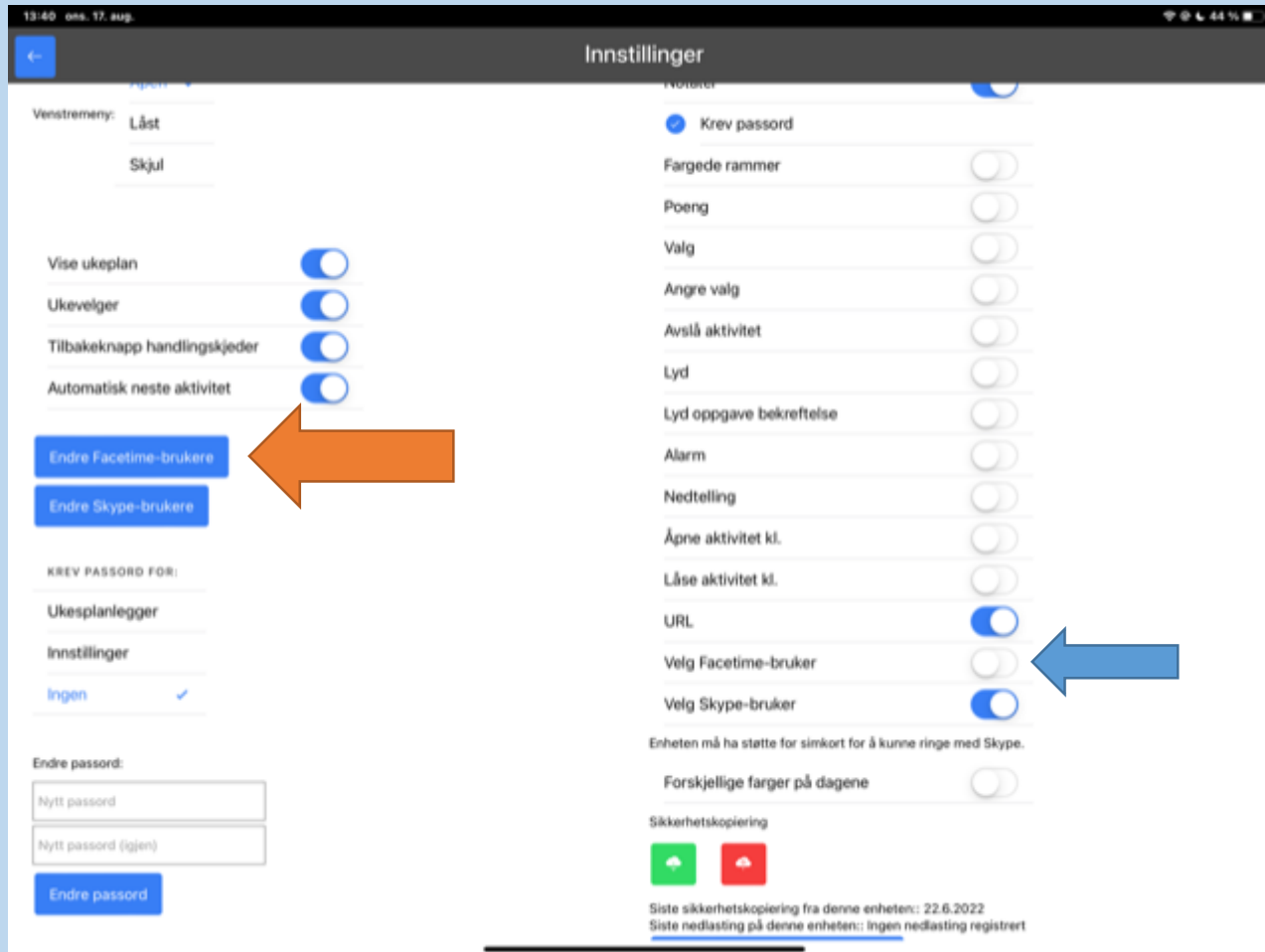
1. Aktiver switchbryter
2. Trykk på URL feltet og skriv eller kopier inn URL'en.

PS: Man trenger ikke å skrive http:// det holder med å skrive eksempelvis: vg.no

FaceTime



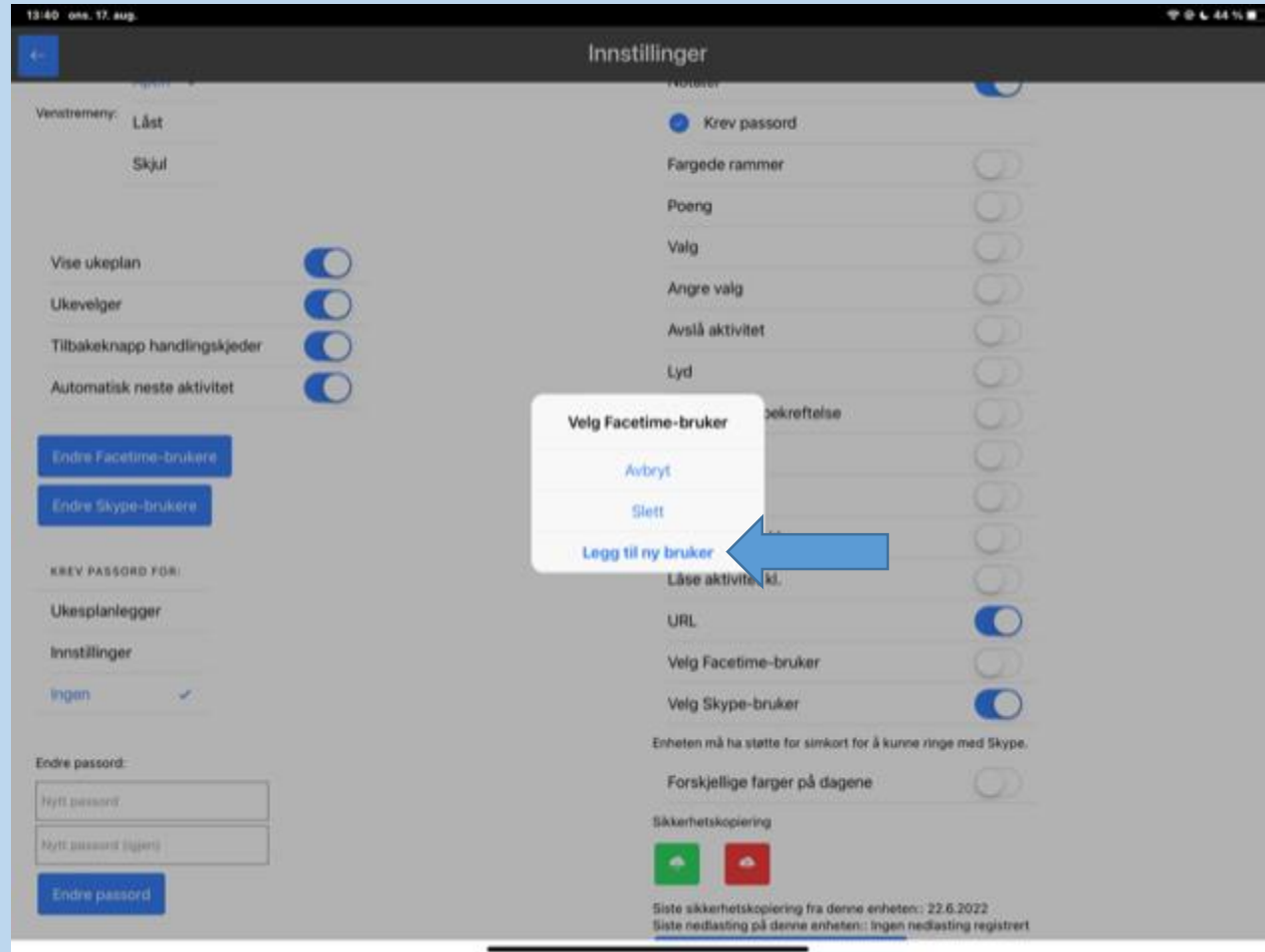
Legge inn FaceTime bruker



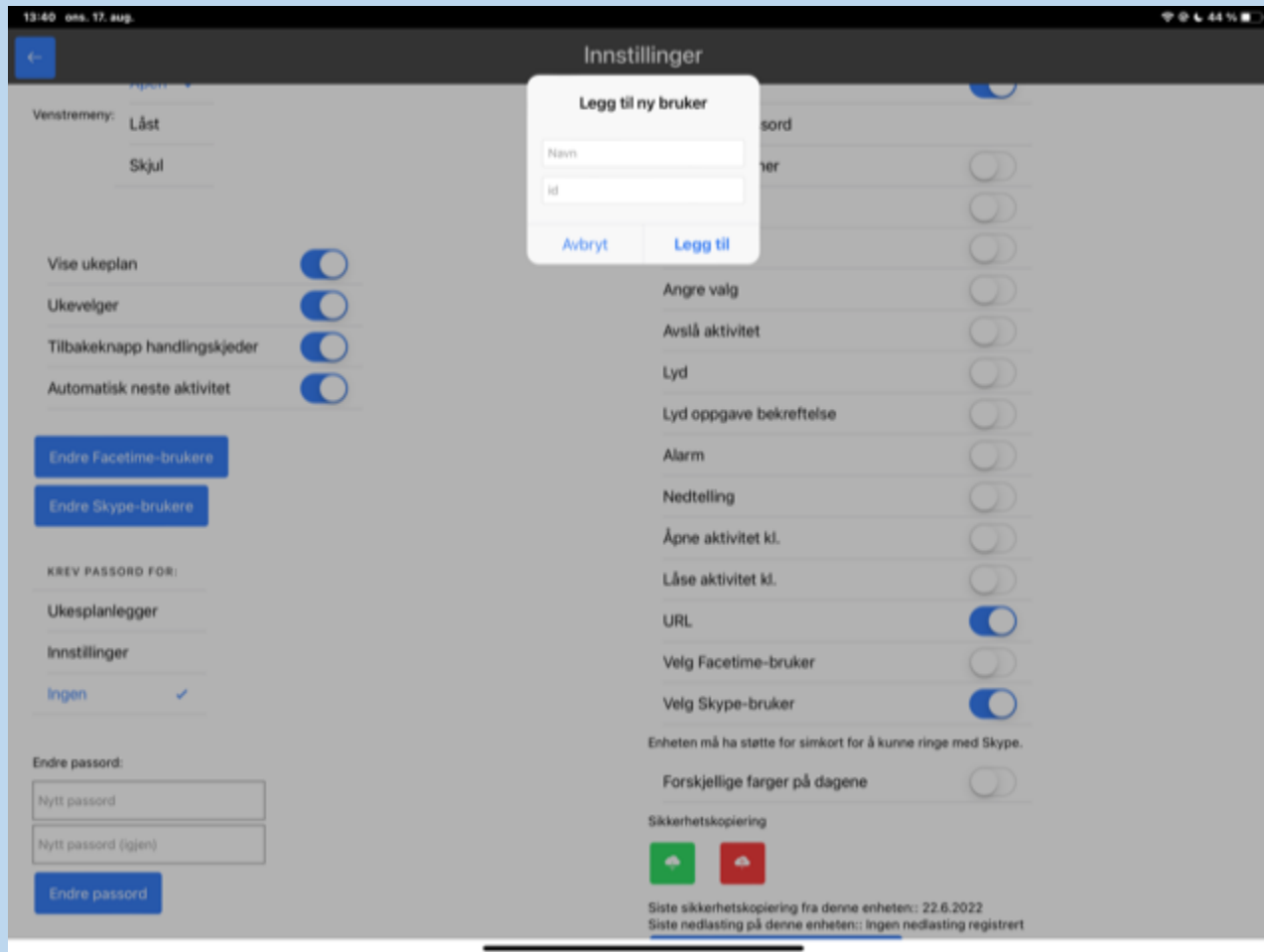
1. Aktiver switchbryter
2. Trykk endre FaceTime bruker

Legge inn FaceTime bruker

1. Trykk «Legg til ny bruker»

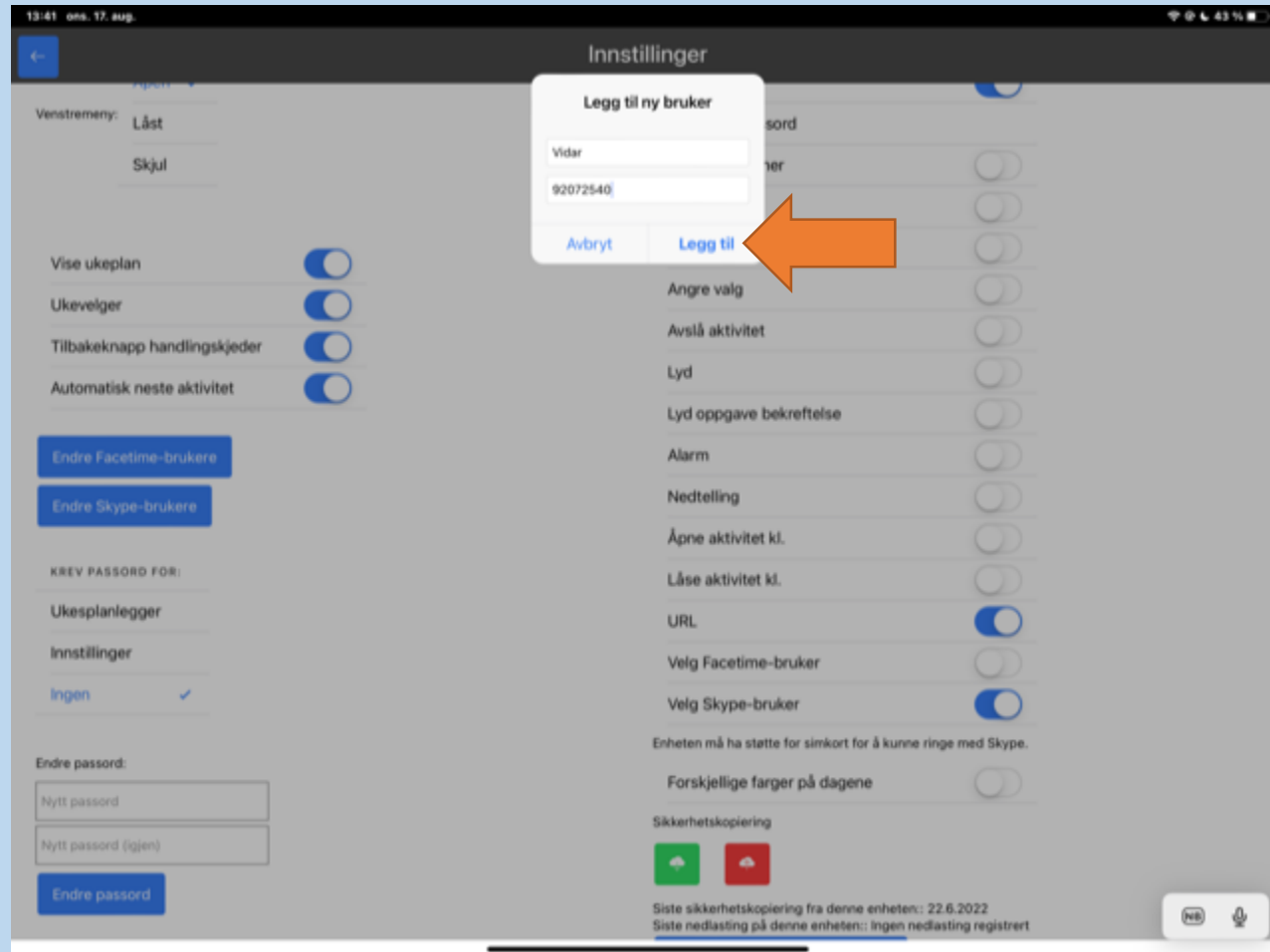


Legge inn FaceTime bruker



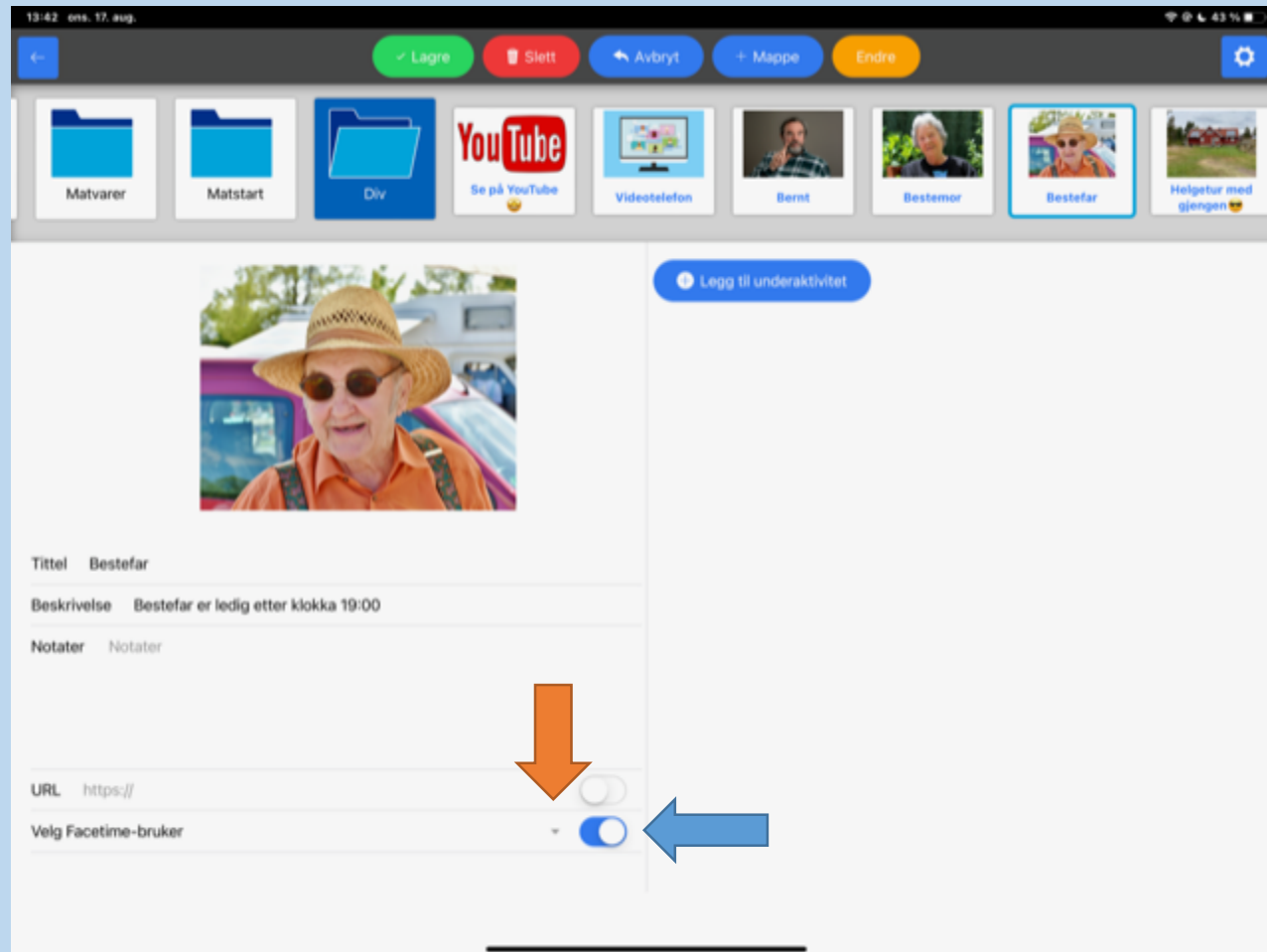
Skriv inn navn og id
Id = telefonnummer eller
mailadresse FaceTime er satt
opp på

Legge inn FaceTime bruker



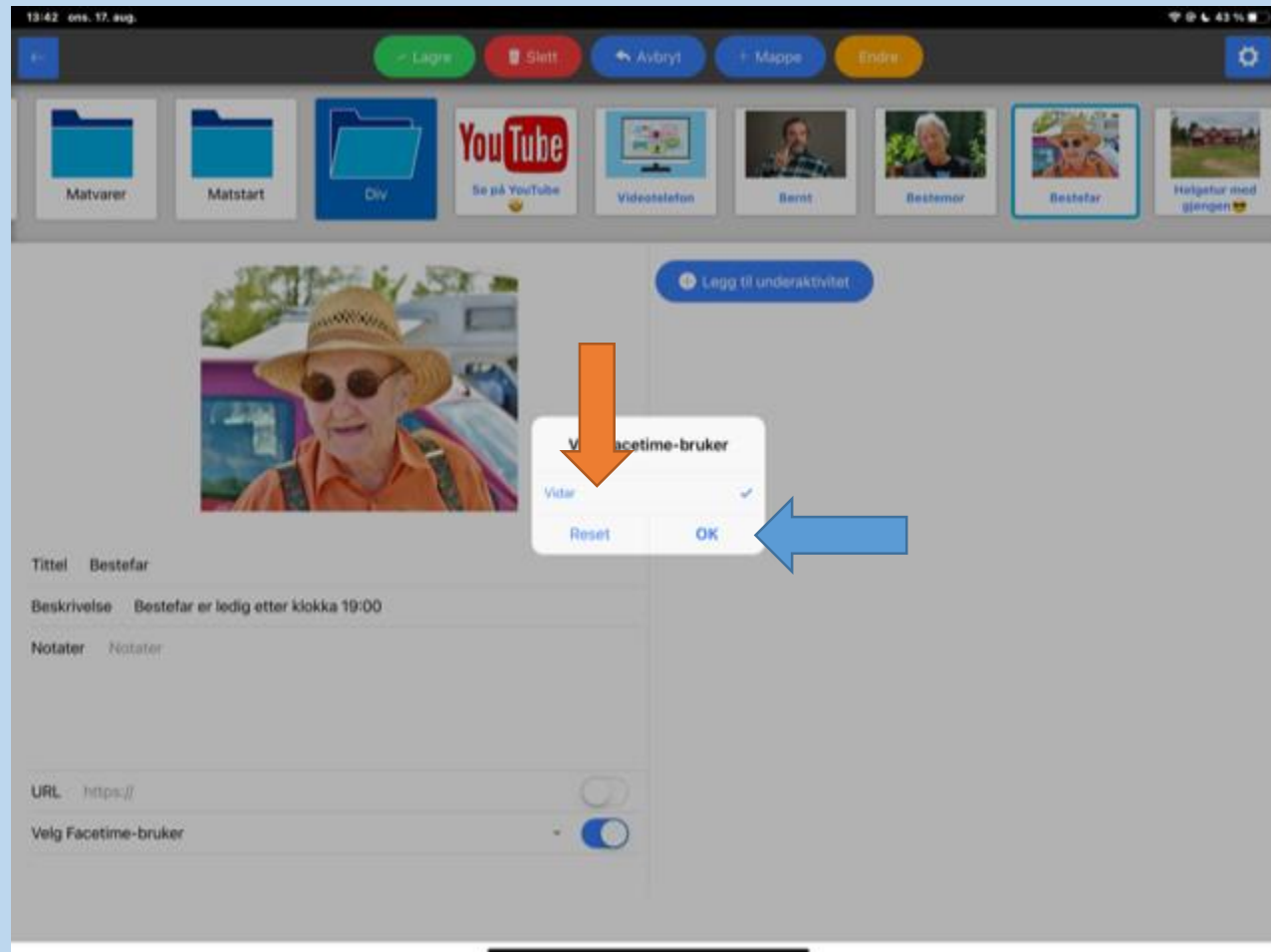
Trykk «Legg til»

Legg til FaceTime



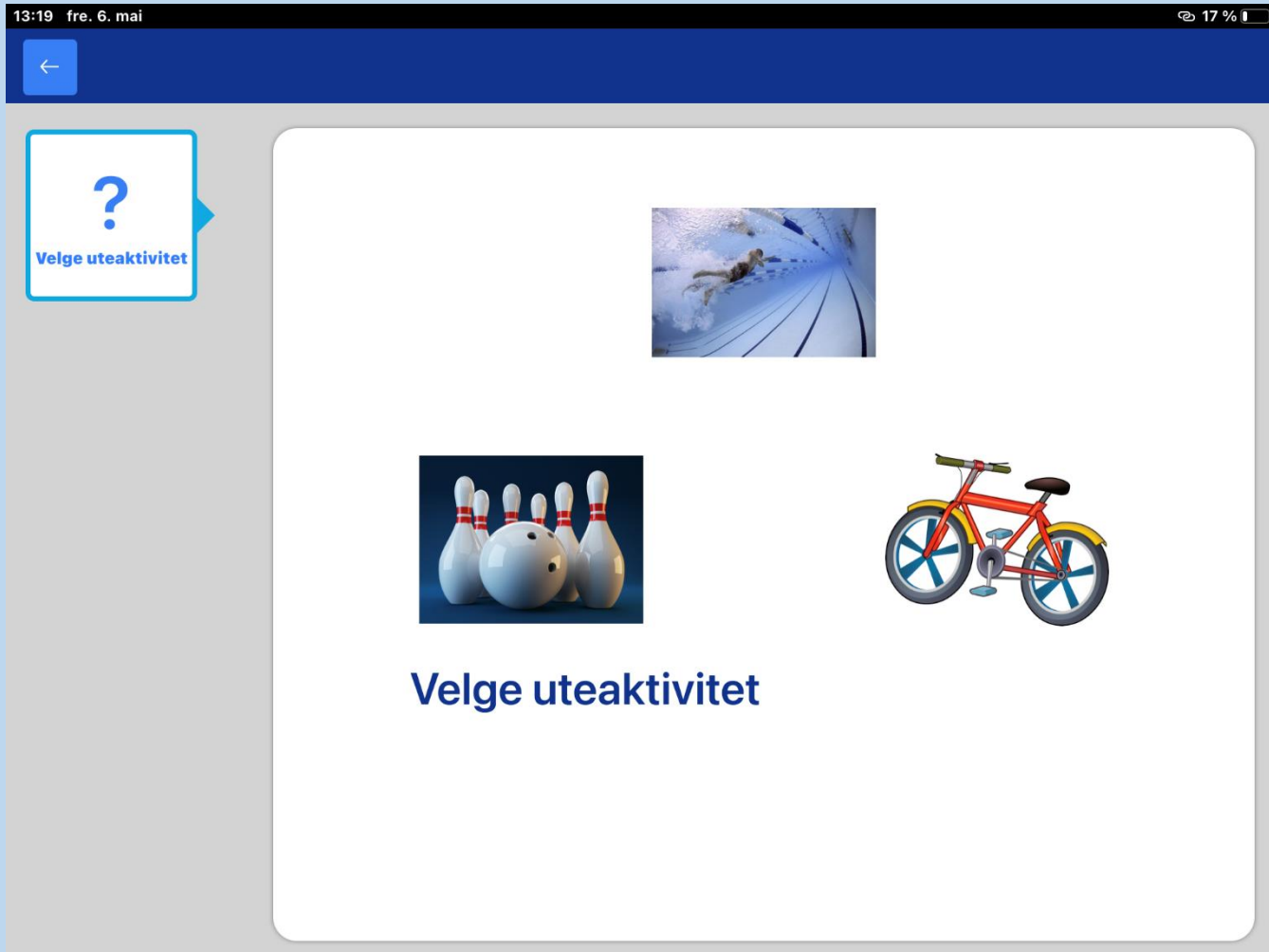
1. Aktiver switchbryter
2. Trykk trekant

Legg til FaceTime



1. Aktiver ønsket navn (avhuking blir synlig bak navn)
2. Trykk ok

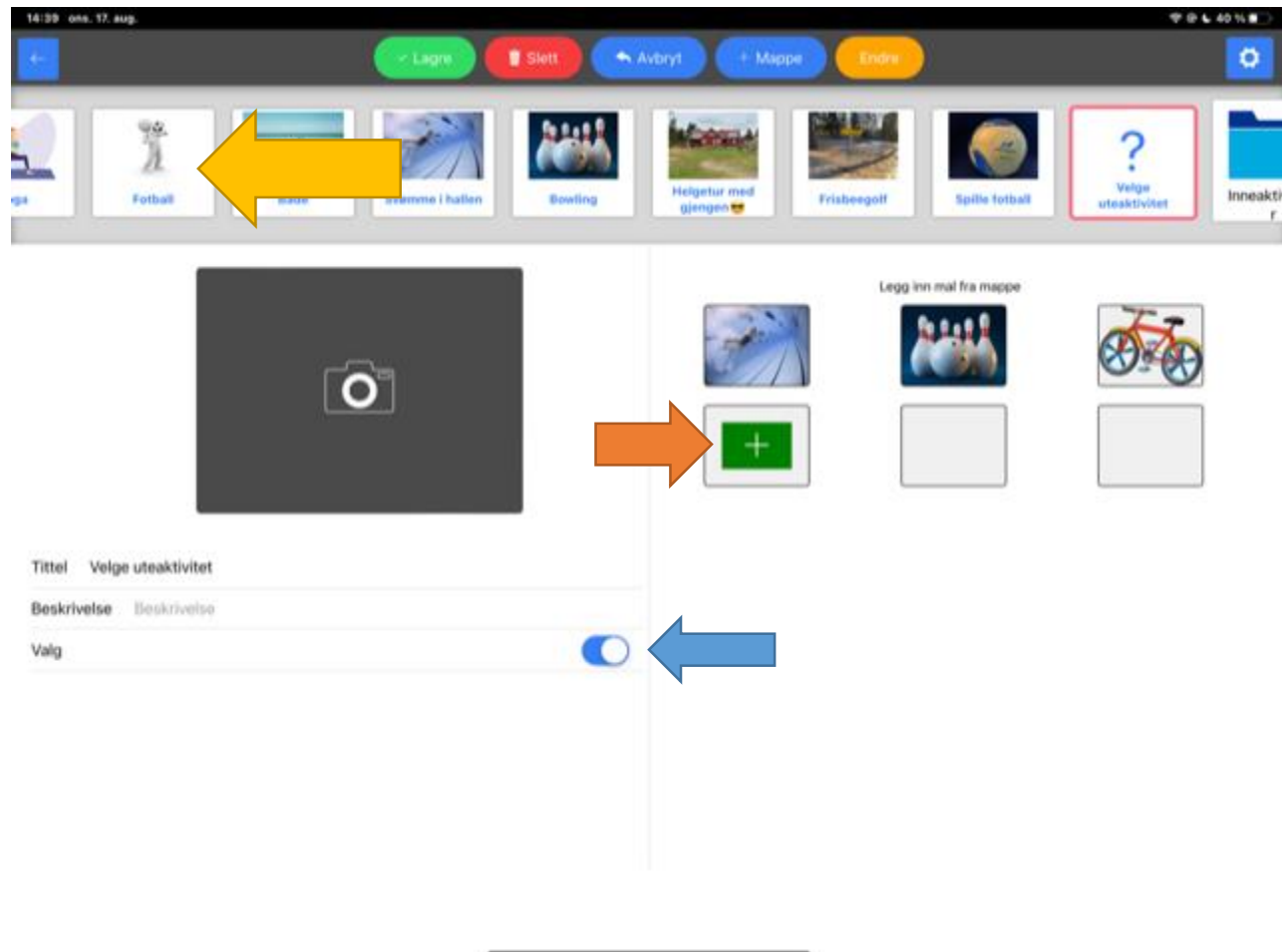
Valg



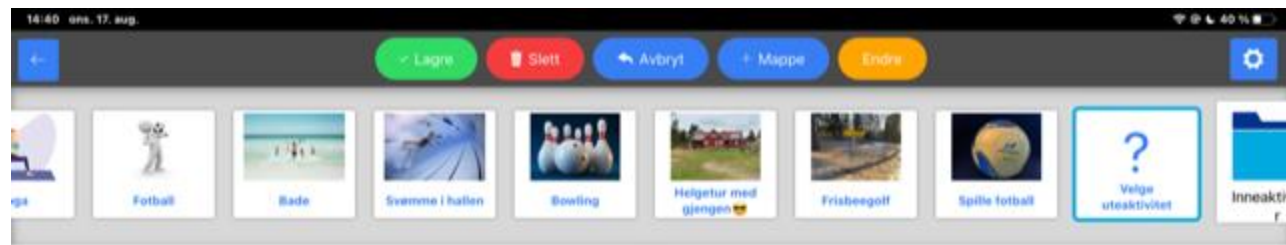
Valg er med på å legge til rette for at brukeren av planen skal ha mulighet til å medvirke i størst mulig grad. Valg må legges inn knyttet til brukerens ferdigheter. Det er mulig å legge inn fra 2 til 6 alternativer.

Valg er bygd opp som et utvalg av aktivitetsmaler. Når en er valgt legger den seg inn i planen

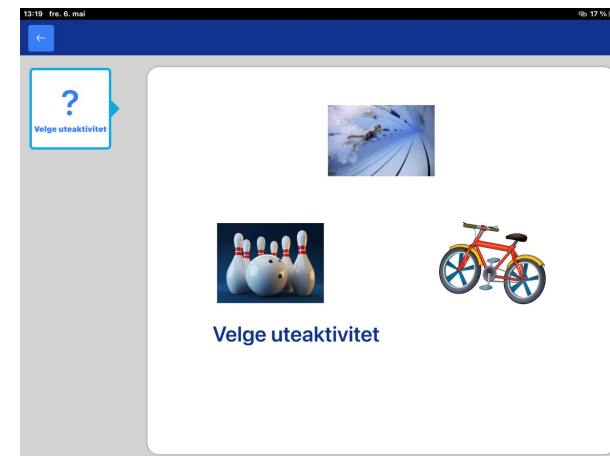
Legge inn valg



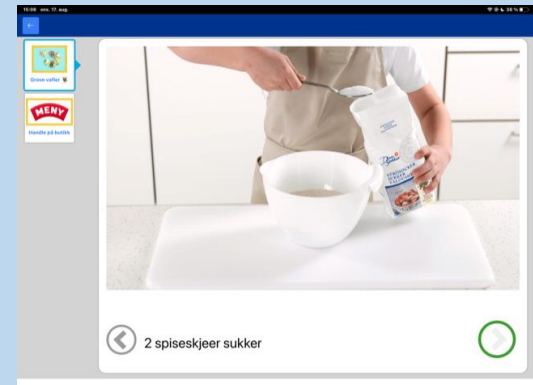
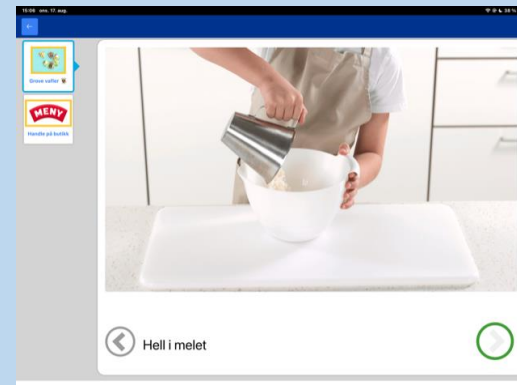
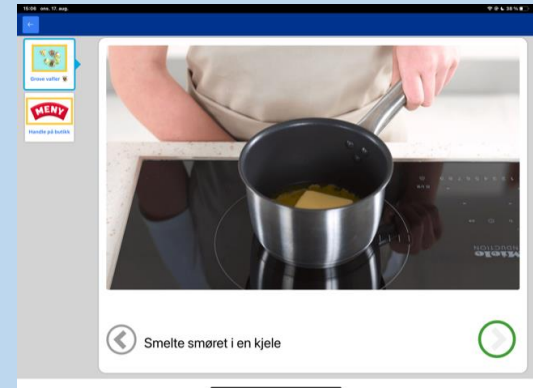
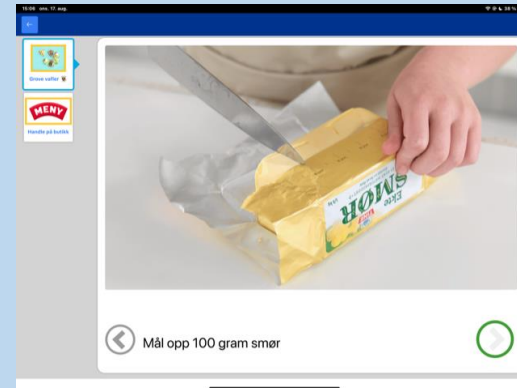
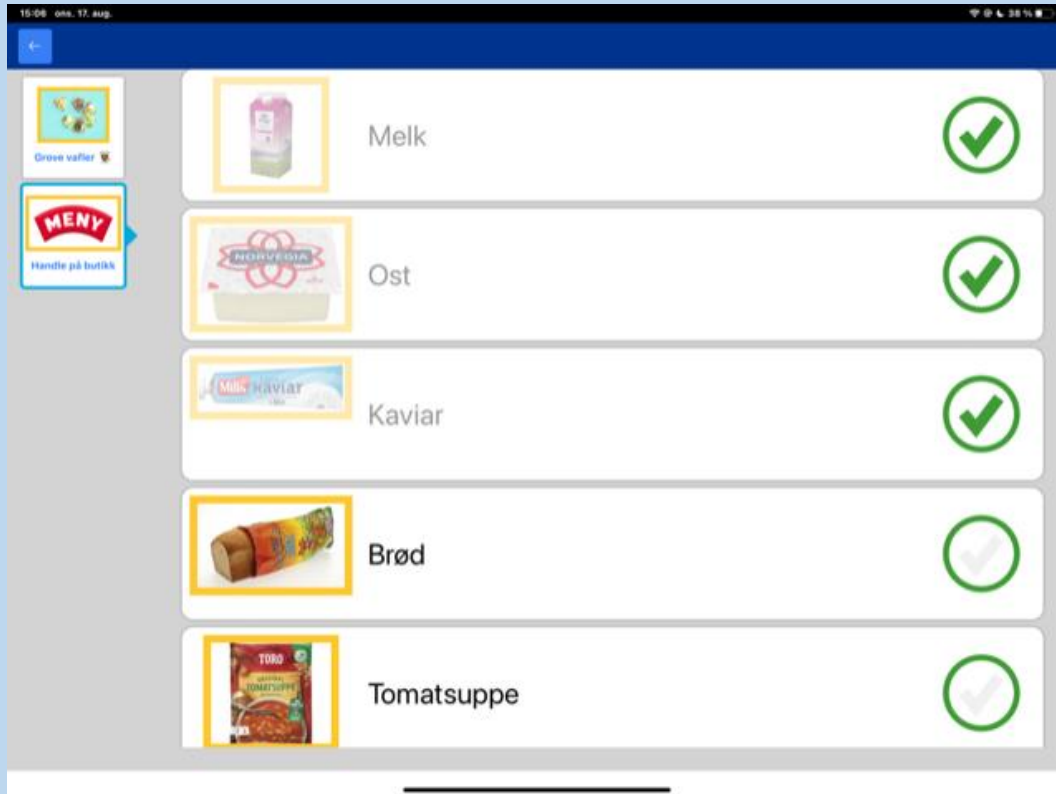
1. Aktiver switchbryter
2. Trykk på ett felt slik at det blir markert med grønn firkant med + tegn
3. Trykk på ønsket mal fra en av mappene.



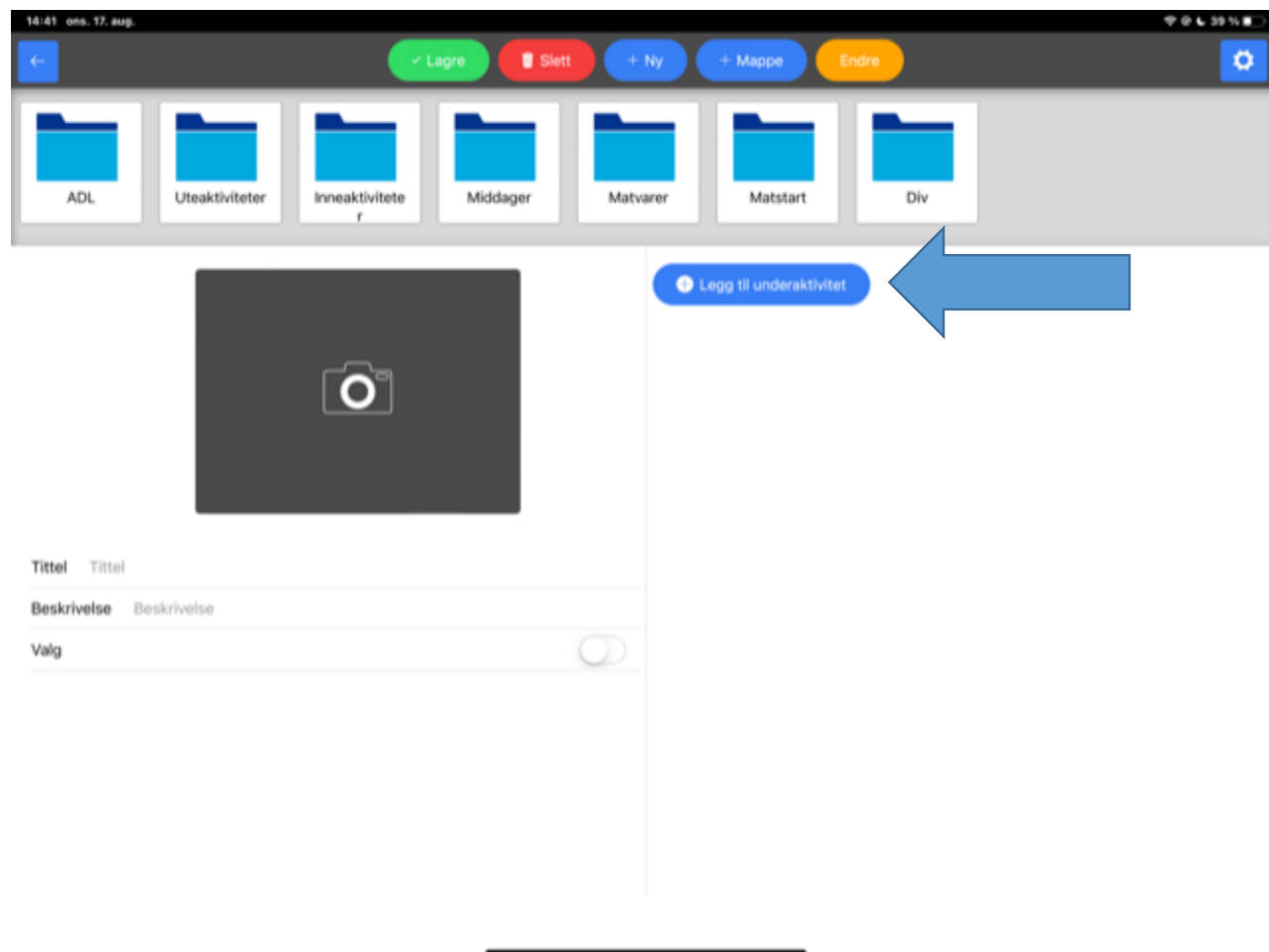
Om man ikke legger inn hovedbilde vil det ble vist et stort ?



Sjekkliste og handlingskjeder

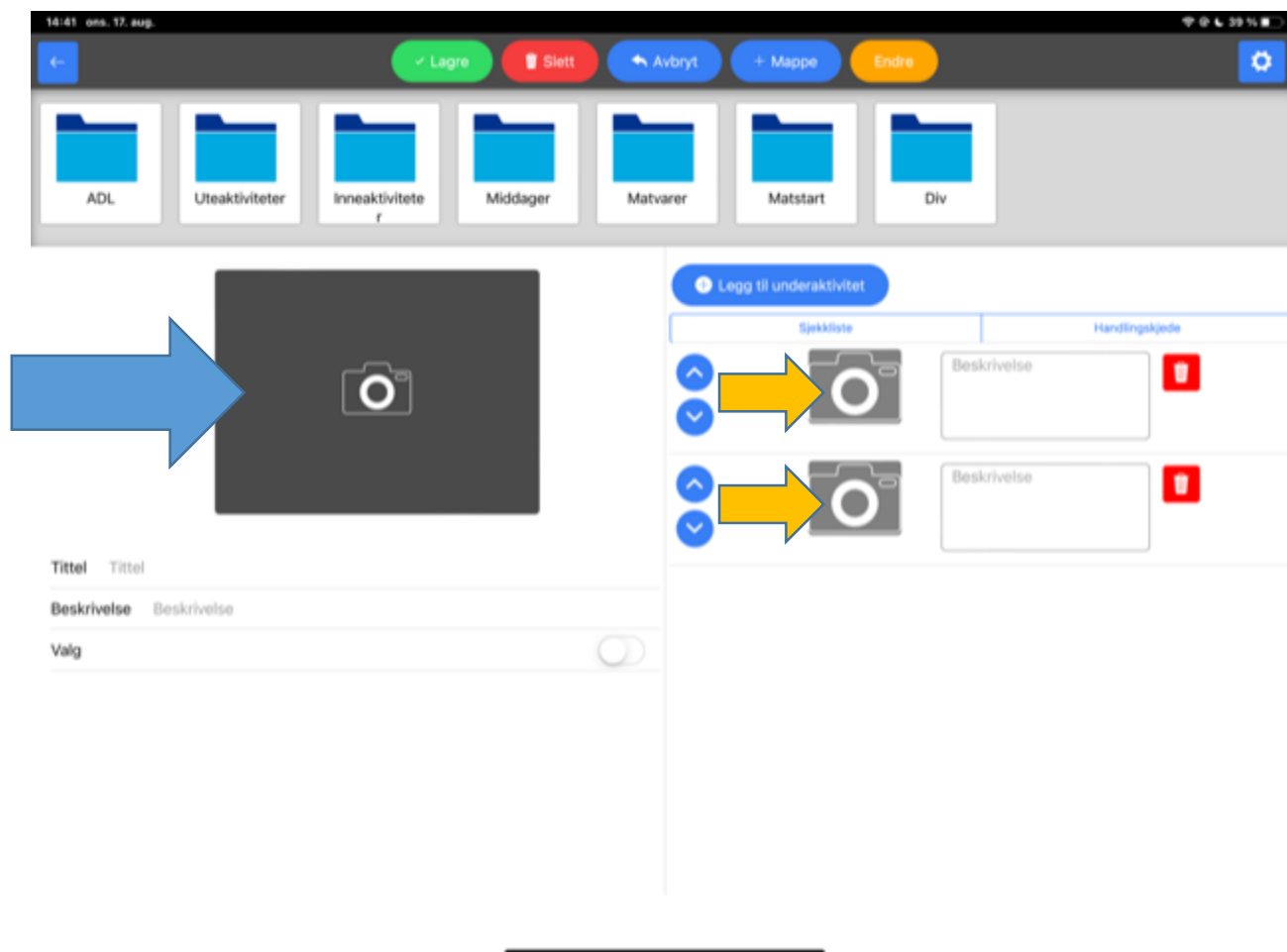


Hvordan legge til sjekklister og handlingskjeder



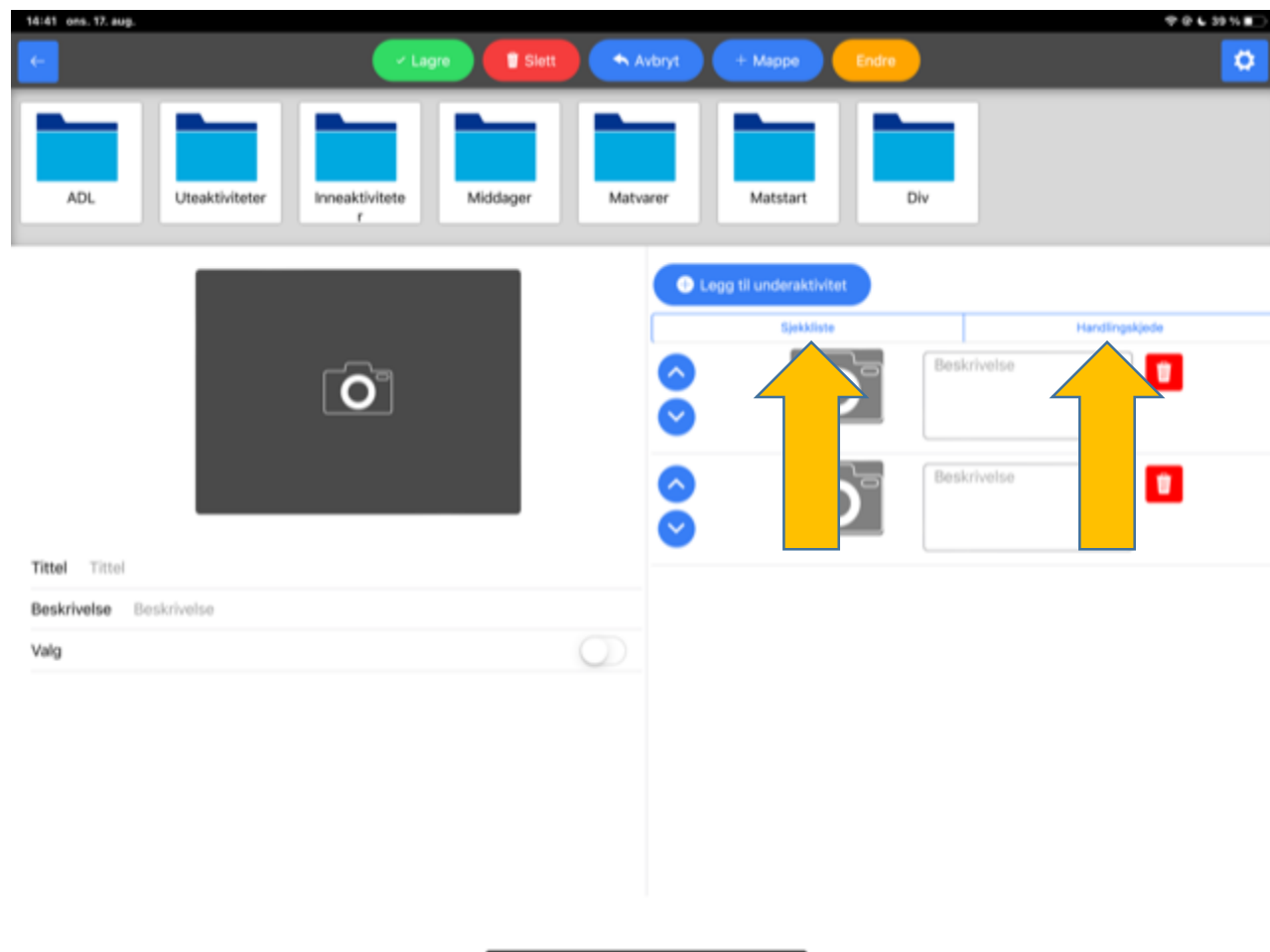
Trykk «Legg til underaktivitet»

Hvordan legge til sjekklister og handlingskjeder



1. Legg til hovedbilde med evt tittel og beskrivelse
2. Trykk og legg inn bilde på underaktivitetene med beskrivelse

Hvordan legge til sjekklister og handlingskjeder



Angi om underaktivitetene skal vises som sjekklister eller handlingskjeder.

Velger du handlingskjede kan også timer og lyd legges inn på hvert ledd