

# Timstock

Tiden är osynlig, abstrakt och svår att förstå. För att synliggöra tiden kan tidshjälpmedel med färgindikering användas. Timstocken räknar ner tid med hjälp av röda lysdioder. Finns i flera olika tidsintervaller.



## Beskrivning

- När tiden passerar släcks lamporna en efter en.
- När tiden är slut blinkar och larmar Timstocken
- Ljudvolymen går att reglera

## Hantering

Genom att trycka en gång på önskad tidsmarkeringsknapp startar nedräkningen. Nedräkningen kan avbrytas genom att hålla nere de två yttre knapparna (blå+röd).

Timstocken är batteridrivnen och främst avsedd för användning inomhus. När apparaten inte fungerar som den ska behöver man byta batteri. Fungerar det inte efter batteribyte behöver den lämnas in, kontakta förskrivaren.

## Syfte

Att visuellt visa tiden. Detta skapar sammanhang genom att få svar på frågorna NÄR och HUR LÅNGE. Stärker individens självbestämmande vilket ger ökad trygghet.

## Förslag till introduktion av Timstocken på användning

- ▶ Vid introduktion av Timstocken är det lämpligt att börja med en eller ett par aktiviteter.
- ▶ Skapa förväntan inför positiva händelser t.ex. att få använda dator, TV eller dricka kaffe om fem minuter
- ▶ Visa NÄR något ska hända – t.ex. när jag ska äta, duscha, gå till skolan/arbete.
- ▶ Visa HUR LÄNGE någonting ska hålla på – t.ex. hur lång rasten är, hur länge jag ska duscha.
- ▶ För användning i våtutrymmen - använd Timstocken tillsammans med vattentät väska (finns att få som tillbehör)
- ▶ Ställ Timstocken för nedräkning tills det är dags för en positiv aktivitet. Ställ sedan tiden tills nästa aktivitet startar istället för sluttid för det roliga!
- ▶ Att starta upp och använda tidshjälpmedel kan kräva mycket stöd från omgivningen.