

Juhani Pihkala

# Kun näkö heikkenee

Kännykkä auttaa







**Juhani Pihkala**

# **Kun näkö heikkenee**

**Kännykkä auttaa**

QR-code is registered trademark of Denso Wave Incorporated  
Kirjan kansi: Image by Racool Studio on Freepik.

matjuh@gmail.com

1. painos

© 2024 Juhani Pihkala

Kustantaja: BoD · Books on Demand GmbH, Helsinki, Suomi

Kirjapaino: Libri Plureos GmbH, Hampuri, Saksa

ISBN: 978-952-80-8253-8

# SISÄLLYSLUETTELO

|  |           |
|--|-----------|
| <b>Esipuhe</b> .....   | <b>9</b>  |
| <b>1. Työkalupakki</b> .....                                     | <b>12</b> |
| A. PIN-koodit ja salasanat .....                                 | 13        |
| B. Sovellusten ostaminen ja asentaminen .....                    | 15        |
| C. QR-koodeista .....  | 20        |
| D. Kuuntelun ja yhteydenpidon avuksi .....                       | 25        |
| <b>2. Puhelimen ja tabletin asetuksista</b> .....                | <b>29</b> |
| A. Mobiililaitteen asetukset .....                               | 30        |
| B. Alkunäytön kuvakkeiden paikan lukitseminen .....              | 33        |
| C. Näkyvyyden parantaminen .....                                 | 34        |
| <b>3. Tekstin kirjoittaminen</b> .....                           | <b>40</b> |
| A. Tekstin kirjoittaminen virtuaalinäppäimistöllä .....          | 40        |
| B. Tekstin kirjoittaminen puhumalla .....                        | 42        |
| <b>4. Tekstin lukeminen kuuntelemalla</b> .....                  | <b>49</b> |
| A. Teksti puheeksi -äänet .....                                  | 50        |
| B. Tekstin lukeminen kuuntelemalla .....                         | 52        |
| 1. Tekstin kuuntelu laitteen näytöltä .....                      | 52        |
| 2. Pakkausten ja julkaisujen tekstin lukeminen .....             | 81        |
| <b>5. Videoavustaja</b> .....                                    | <b>87</b> |
| Be My Eyes .....   | 87        |
| <b>5. Puhelut</b> .....  | <b>97</b> |
| A. Puhelujen soittaminen, vastaanottaminen ja lopetus .....      | 97        |
| 1. Numeron valinta numeronäppäimistöltä .....                    | 98        |
| 2. Numeron valinta viimeksi soitetuista ja yhteystiedoista ..... | 99        |
| 3. Ohjausnumeron valinta näppäimistöltä .....                    | 100       |
| 4. Puheluun vastaaminen ja lopetus .....                         | 101       |
| 5. Uuden numeron tallentaminen yhteystietoihin .....             | 102       |
| 6. Soittaminen pikavalintanumerolla .....                        | 103       |
| B. Puhelinnumeron äänivalinta .....                              | 105       |
| C. Kuvallinen pikavalintaluettelo .....                          | 107       |
| D. Tabletin käyttö puhelimenä .....                              | 113       |

|   |            |
|---|------------|
| <b>7. Pikaviestimet</b> .....                             | <b>115</b> |
| A. Google Messages .....                                  | 116        |
| B. WhatsApp Messenger .....                               | 119        |
| 1. WhatsApp puhelimena .....                              | 121        |
| 2. WhatsApp tekstiviestimenä .....                        | 123        |
| 3. WhatsApp kamerana .....                                | 126        |
| 4. WhatsApp ääninauhurina .....                           | 129        |
| 5. WhatsApp paikantimena .....                            | 131        |
| 6. WhatsApp liittimenä .....                              | 132        |
| <b>8. Sähköposti</b> .....                                | <b>133</b> |
| <b>9. Kirjat ja lehdet</b> .....                          | <b>136</b> |
| A. E-kirjat ja äänikirjat .....                           | 137        |
| B. Lehti- ja uutispalveluita .....                        | 141        |
| C. Wikipedia tietosanakirja .....                         | 143        |
| <b>10. Palvelusivusto</b> .....                           | <b>144</b> |
| <b>11. Kodin pienet apurit</b> .....                      | <b>147</b> |
| A. Kalenteri .....  | 148        |
| B. Valaistusvoimakkuus .....                              | 152        |
| C. Äänenvoimakkuus .....                                  | 154        |
| D. Laskukone .....  | 156        |
| E. Suurennuslasi .....                                    | 157        |
| F. Taskulamppu .....                                      | 158        |
| G. Aikaan liittyviä sovelluksia.....                      | 160        |
| H. Lämpötila ja sää .....                                 | 167        |
| I. Ääninauhuri .....                                      | 169        |
| J. Kääntäjä .....   | 170        |
| K. Terveys .....  | 172        |
| <b>12. Sijainti, suunnistautuminen ja matkustus</b> ..... | <b>174</b> |
| A. Paikantaminen .....                                    | 175        |
| B. Kartta .....   | 179        |
| C. Matkustaminen .....                                    | 180        |

|  |            |
|--|------------|
| <b>13. Valokuvaus ja Videointi</b> .....           | <b>184</b> |
| <b>14. Asiointi ja palvelut</b> .....              | <b>187</b> |
| A. Tunnistautuminen .....                          | 188        |
| B. Pankkipalvelut .....                            | 190        |
| C. Julkiset palvelut .....                         | 191        |
| <b>15. Musiikki ja video</b> .....                 | <b>193</b> |
| <b>16. Radio ja televisio</b> .....                | <b>200</b> |
| A. Yle Areena .....                                | 201        |
| B. TV-ohjelmien saavutettavuus Yle-Areenassa ..... | 206        |
| C. TV-ohjelmaoppaita .....                         | 209        |
| D. Kaikki suomalaiset radiokanavat .....           | 210        |
| <b>17. Elokuvat</b> .....                          | <b>211</b> |
| A. Elokuvan ääni kuulokkeisiin .....               | 212        |
| B. Elokuvia kotiin katsottavaksi .....             | 216        |
| C. Ilmaisia elokuvia .....                         | 217        |







## Esipuhe

**Kun näkö heikkenee – Kännykkä auttaa** -teos on suunnattu erityisesti **näkörajoitteisille** ja heidän **tukihenkilöilleen**. Kirja tarjoaa käytännönläheisiä ohjeita **Android**-puhelimien ja -tablettien käyttöön päivittäisessä elämässä. Opas auttaa nauttimaan älylaitteiden peruskäytöstä. Kirja on kirjoitettu selkeästi ja ymmärrettävästi, ja se sisältää paljon havainnollistavia kuvia ja esimerkkejä.

”Kun näkö heikkenee” käsittelee mobiililaitteen käyttäjän arkipäiväisiä tarpeita, kuten tekstin kirjoittamista puheella, puheluiden soittamista, WhatsAppin käyttöä, sähköpostien lähettämistä sekä tekstien ja e-kirjojen kuuntelua. Lisäksi kirjassa annetaan vinkkejä radion, musiikin, elokuvien ja television viihdetarjonnan hyödyntämiseksi. Kirjassa esitellään myös tekoälyn mahdollisuuksia mobiililaitteita käytettäessä.

**Kun näkö heikkenee**, on hybridikirja, joka laajenee verkkoon QR-koodien avulla. Voit tutustua Google Play Kaupassa olevien sovellusten ominaisuuksiin, nähdä kuvia sovellusten näytöistä, tuotekuvauksia, arvosteluja ja tietoja tuotteen viimeisimmästä päivityksestä. Skannaamalla kirjan QR-koodin voit ladata sovelluksia omaan laitteeseesi.

Kirjan työkalupakin ”QR-koodeista” -osiossa käsitellään QR-koodien skannausta. Koska älypuhelimet ja tabletit sekä niiden Android-versiot eroavat jonkin verran toisistaan, kirjan

ohjeissa voi olla epätarkkuuksia. Kirja on suunniteltu Android-version 14 mukaisesti.

*Sovelluksen  
logo (kuvake)*

*Sovelluksen  
Nimi ja Tekijä*

*QR-koodi sovelluksen  
Google Play Kauppaan*



”Kun näkö heikkenee – Kännykkä auttaa” teoksessa on monia vastaavia, mutta päivitettyjä ohjeita kuin aiemmin julkaistussa ”**Kännykkä kaveriksi – Seniorin selviytymisopas**” -teoksessa. Kohderyhmänä ovat tällä kertaa erityisesti näkörajoitteiset ja heidän tukijansa. Valtaosa näkörajoitteisista on senioreita.

Kirjassa kuvatut toimenpiteet saattavat vaihdella riippuen mobiililaitteesi merkistä, mallista sekä ohjelmiston versiosta. Tekijä ei ole vastuussa tappioista tai vahingoista, jotka johtuvat kirjan tietojen käytöstä. Linkit muiden tahojen verkkosivuille on tarkoitettu vain informatiivisiksi, eikä tekijä ole vastuussa näiden linkkien sisällöstä. Tekijällä ei ole suhdetta tavaramerkkeihin tai niiden omistajiin.

Vaikka kirja on laadittu huolella, tekijä ei takaa tietojen täydellistä oikeellisuutta. Kirjassa olevien linkkien ja QR-koodien toimivuudelle ei voi antaa niiden elinikää pidempää takuuta. Internetin luonteeseen kuuluu, että uusia sovelluksia ja verkkosivustoja syntyy ja niitä myös poistuu jatkuvasti.

## Näkörajoitteisen tukihenkilölle

Näkörajoitteiset henkilöt ovat usein iäkkäitä, ja vanhetessa mobiililaitteiden käyttö voi muodostua haasteelliseksi. Tällöin tukihenkilön rooli on arvokas. Tukihenkilö ei ainoastaan kannusta, vaan myös neuvoa ja auttaa näkörajoitteista kännykän ja tabletin käytössä ja niiden keskeisten toimintojen hallitsemisessa.

Voitte yhdessä valita sovelluksia, jotka sopivat näkörajoitteisen tarpeisiin ja mielenkiinnon kohteisiin, sekä harjoitella niiden käyttöä. On tärkeää ylläpitää ja kerrata näitä taitoja, jotta näkörajoitteinen voi käyttää laitettaan itsenäisesti esimerkiksi seuratessaan uutisia, lähettäessään viestejä ja kuvia sekä hakiessaan tietoja Internetistä.

Näkörajoitteisten henkilöiden itsenäisyyden ja kommunikointikyvyn edistäminen on olennaista heidän sosiaalisen elämänsä ja päivittäisen toimintakykynsä ylläpitämiseksi. Seuraavassa on muutamia ohjeita, joita tukihenkilön kannattaa noudattaa:

1. **Kärsivällisyys:** Uuden oppiminen vie aikaa, joten kärsivällisyys on tärkeää.
2. **Selkeät ohjeet:** Anna selkeitä ja yksinkertaisia ohjeita.
3. **Toistuva harjoittelu:** Toistaminen auttaa uusien taitojen muistamisessa.
4. **Positiivinen palaute:** Kannustava palaute innostaa ja lisää motivaatiota.
5. **Henkilökohtaiset asetukset:** Säädä sovellusten ja laitteiden asetuksia käyttäjän tarpeisiin sopivaksi.

# 1.

## TYÖKALUPAKKI

Työkalupakista löydät ohjeita QR-koodien lukemiseksi ja Android-sovellusten lataamiseksi Google Play Kaupasta. Täältä löydät myös ohjeen aloitusnäytön kuvakkeiden lukitsemiseksi, jotta ne pysyvät paikoillaan eivätkä siirry tai katoa vahingossa.

- A. PIN-koodit ja salasanat
- B. Sovellusten ostaminen ja asentaminen
- C. QR-koodeista
- D. Kuuntelun ja yhteydenpidon avuksi

### **Huolehdi älypuhelimien ja tabletin tietoturvasta:**

1. Päivitä laitteen ohjelmisto ja virussuoja.
2. Älä koskaan kerro henkilökohtaisia tietojasi tai pankkitunnuksiasi, jos joku pyytää niitä puhelimella, sähköpostilla tai tekstiviestillä.

## A. PIN-KOODIT JA SALASANAT

Varmista, että puhelimesiasi on aina tarpeeksi latausta. Jos puhelin tai tabletti sammuu kokonaan, kytke se laturiin ja anna sen latautua. Kun laite on ladattu, käynnistä se pitämällä virtanäppäintä alhaalla, kunnes laite käynnistyy uudelleen.

### SIM-kortin PIN-koodi

- Jos puhelin sammuu täysin, tarvitset puhelimen käynnistämiseen **SIM-kortin PIN-koodin**. Tämä koodi suojaa puhelinta luvattomalta käytöltä.
- Jos näppäilet PIN-koodin väärin kolme kertaa, SIM-kortti lukkiutuu. Tällöin tarvitset kahdeksannumeroisen PUK-koodin sen avaamiseen. PUK-koodin löydät kortista, josta irrotit SIM-kortin, mobiilioperaattorisi myymälästä tai verkkosivulta.



- Kirjoita SIM-kortin **PIN-koodi** ja **PUK-koodit** muistiin.

Wi-Fi-yhteyden avulla, voit käyttää puhelinta ja tablettia myös ilman SIM-korttia. Voit surffata netissä, käyttää sovelluksia ja soittaa esimerkiksi WhatsApp-puheluita. Huomaa kuitenkin, että tavalliset puhelut ja tekstiviestit edellyttävät matkapuhelinverkon käyttöä.

### Näytön lukituksen avaaminen




- Jos olet ottanut käyttöön **näytön lukituksen**, tarvitset sen avaamiseen PIN-koodin. Muista kirjata PIN-koodi muistiin.

## Sähköpostin ja sovellusten käyttäjänimi ja salasana

Monia mobiililaitteen toimintoja varten tarvitset Google-tilin. Kun sinulla on Google-tili, sen sähköpostiosoite on esimerkiksi muotoa: etunimi.sukunimi@gmail.com.

-  Kirjoita sähköpostiosoitteesi ja sen salasana muistiin.

Monet sovellukset vaativat rekisteröitymisen (Sign Up) ja kirjautumisen (Sign In) yhteydessä oman sähköpostiosoitteesi, mahdollisen käyttäjänimen sekä juuri tuolle sovellukselle valitsemasi salasanan. (ei Gmail- tai muuta sähköpostisalasanaa).

-  Kirjoita sovellusten sähköpostiosoite, käyttäjänimi ja salasana muistiin.

### Huom.!

Hanki pieni **muistivihko**, johon kirjoitat kaikki PIN-koodit, tunnusluvut, salasanat, käyttäjänimet ja muut tärkeät tiedot. Ne voivat olla tarpeen tulevaisuudessa.

## B. SOVELLUSTEN OSTAMINEN JA ASENTAMINEN

### Google Play Kauppa

Google Play Kaupasta voit hankkia puhelimeen ja tablettiin pieniä ohjelmia eli sovelluksia. Sovellukset on kehitetty eri tarkoituksiin, kuten tekstin kirjoittamiseen, viestien lähettämiseen tai vaikkapa valokuvien ottamiseen.

Useimmat sovellukset ovat **ilmaisia**. Osa sovelluksista on kuitenkin **maksullisia**. Voit ostaa sovelluksiin lisäominaisuuksia tai poistaa sovelluksesta mainokset pienellä maksulla.

Google Play Kaupasta voit ostaa myös **e- ja äänikirjoja** sekä tilata vaikkapa mainoksettoman YouTube Premiumin.

### 1. Sovellusten ostaminen

Voit ostaa sovelluksia Google Play Kaupasta:

#### 1. Google-tililtä

- Voit maksaa Google Play -tuotteita **lisäämällä Google-tiliisi maksutavan**, kuten luottokortin, debit-kortin tai PayPal-tilin.



## 2. Google Play -lahjakortilla

- Google Play –"lahjakortin" avulla voit maksaa sovelluksista lahjakorteilla, joita myydään marketeissa ja elektroniikkaliikkeissä. Tarjolla on kolme eri hintavaihtoehtoa: 15 €, 25 € ja 50 €. Lahjakorteissa ei ole käyttömaksuja tai vanhenemisaikaa.

Kun ostat sovelluksen tai maksat esimerkiksi sovelluksen mainosten poistosta, Google Play -tilisi saldo vähenee vastavasti.



Google Play lahjakortti

**Kun näkö heikkenee – Kännykkä auttaa** -teos on tarkoitettu näkörajoitteisille ja heidän tukihenkilöilleen. Kirja tarjoaa käytännönläheisiä ohjeita Android-puhelimien ja -tablettien käyttöön päivittäisessä elämässä. Kirja on kirjoitettu selkeästi ja ymmärrettävästi, ja se sisältää paljon havainnollistavia kuvia ja esimerkkejä.

Kirja käsittelee puhelimen käyttäjän arkipäiväisiä tarpeita, kuten tekstin kirjoittamista puheella, puheluiden soittamista, WhatsAppin käyttöä, sähköpostien lähettämistä sekä tekstien ja e-kirjojen kuuntelua. Lisäksi kirjassa jaetaan vinkkejä radion, musiikin, elokuvien ja television viihdetarjonnan hyödyntämiseksi. Kirjassa esitellään myös tekoälyn mahdollisuuksia mobiililaitteissa.

**Kun näkö heikkenee**, on hybridikirja, joka laajenee verkkoon QR-koodien avulla. Skannaamalla kirjan QR-koodin voit ladata sovelluksia omaan laitteeseesi.

