

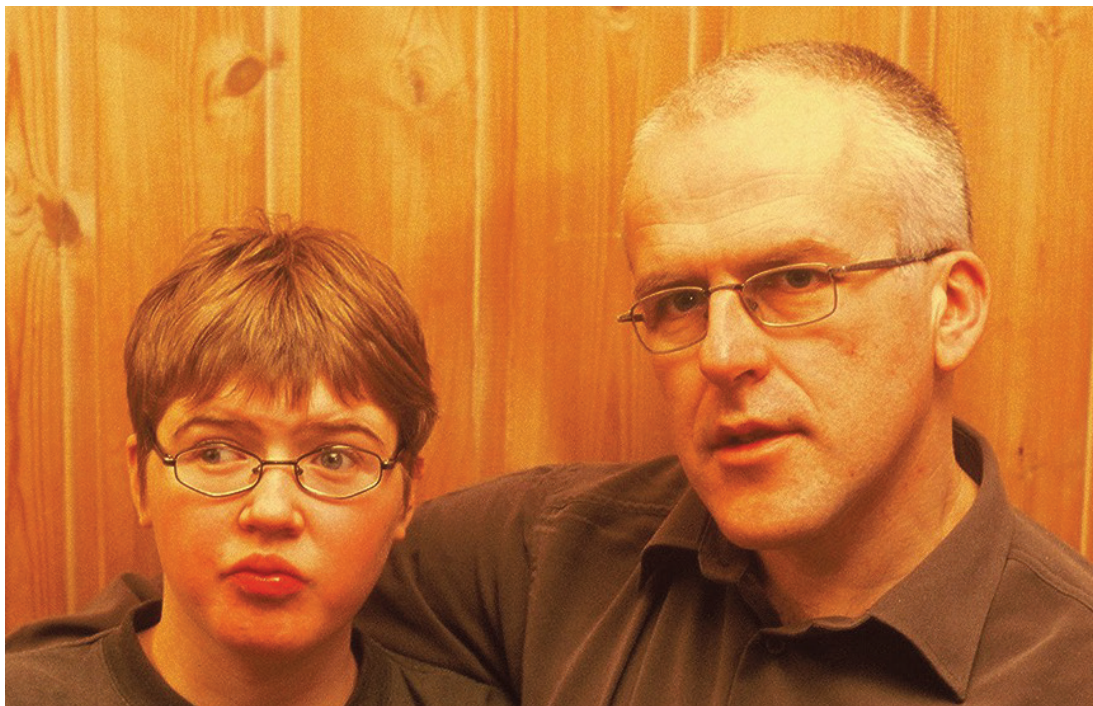
# Cognita Klokka – en veileder for bruk og innstillinger

# Innhold

<b>01</b>	<b>Idéen</b>	<b>side 3</b>
	Oversikt	side 4
<b>02</b>	<b>Komme i gang</b>	<b>side 5</b>
	Montering	side 8
	Normal drift	side 5
	Innstilling av display	side 5
	Påminning	side 5/6
	Innstilling av påminning	side 6
	Kvittering av påminning	side 6
	Varslingsutgang	side 6
	Innstilling av klokke	side 7
	Vandrehastighet	side 7
	Innstilling av vandrehastighet	side 7/8
	Starttidspunkt på dagen	side 8
	Innstilling av starttidspunkt på dagen	side 8
	Aktivitetskort	side 8
	Symboler	side 8
<b>03</b>	<b>Vedlikehold</b>	<b>side 9</b>
	Rengjøring	side 9
	Teknisk	side 9
	Et eksempel fra virkeligheten	side 9
	Tekniske data	side 9
	Illustrasjon og kontaktinformasjon	side 10

# 01

## Innledning



### Ideen til klokka kommer fra Asgeir Tranås som forteller:

”Jeg er far til en autistisk jente. Et av de mange frustrerende problemene som vår datter hadde var at alt måtte skje NÅ. Ble det sagt at vi skulle besøke farmor, så hadde hun ingen begreper om å vente to timer før vi skulle dra. Hun godtok heller ikke at hun måtte vente til Barne-TV startet. Hva som skulle skje først og sist var ubegripelig.

I 1997 var jeg på et seminar arrangert av Autistforeningen i Nord Trøndelag. En foredragsholder påpekte viktigheten av rettlinjert framstilling av gjøremål ved hjelp av piktogrammer (billedsymboler). Det ville avhjelpe en del frustrasjon og gi mer selvstendighet i undervisningssammenheng. En annen foredragsholder snakket om problemer rundt tidsbegrepet. Da fikk jeg ideen om klokka.

Da første prototype stod ferdig og den skulle testes, brukte vår datter svært kort tid å skjønne funksjonen. Hun fant fort ut at det ikke var noe vits i å mase om barne TV. Hun så jo at lyset ikke hadde nådd helt fram til kortet som viste barne- TV. Selv om klokka til tider ikke er i funksjon, er det ikke lengre mas om “straks”.

Jeg er elektroingeniør og har stor interesse for elektronikk og data. Derfor så jeg den tekniske løsningen. Jeg har jobbet også i flere år som lærer og skjønnte den kognitive og pedagogiske problemstillingen. Jeg har vært svært engasjert i arbeidet med vår datter, derfor ble dette min ide.

## Oversikt

**1. Klokka** er et lys som viser hvor langt på dagen vi har kommet. Lyset vises som et punkt på tidslinjen.

**2. Tidslinjen** indikerer tiden langs en linje – fra begynnelse til slutt på et tidsintervall.

**3. Liten aktivitetslinje.** Aktivitets- og situasjonsbilder plasseres ved rett tidsintervall på den lille eller store aktivitetslinjen. Det er to aktivitetslinjer som gir mulighet for to størrelser aktivitets- og situasjonsbilder. Den øverste rekken er for små (3cm høye) bilder og den nederste rekken for store (5cm høye) bilder.

**4. Stor aktivitetslinje** gjør det mulig å feste symboler og aktivitetskort på en enkel og fleksibel måte.

**5. Døgnsekvenslysene** viser hvilken del av døgnet NÅ befinner seg i.

**6. Påminningslampene** gir påminning gjennom lydsignal og lyssignal på grønn eller rød påminningslampe. Det er forskjellig lydsignal for rød og grønn påminning. Bruker kan kvittere ut alarmen ved å trykke på påminningslampen. Alarmen stopper automatisk etter ett minutt.

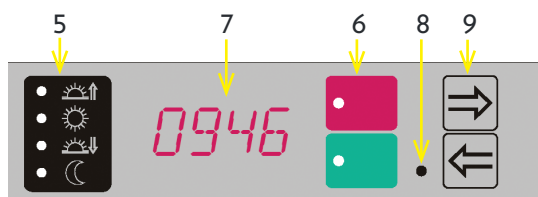
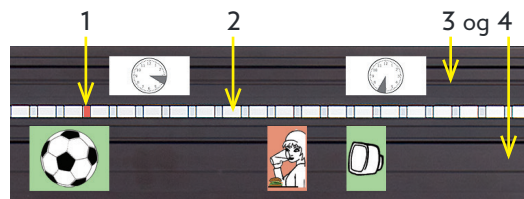
**7. Displayet** viser tiden ved hjelp av en digital klokke. Det er mulig å fjerne visningen ved å trykke en gang på den skjulte bryteren.

**8. Skjult bryter** betjenes med spissen på en penn. Bryteren kan også brukes til å slå av og på displayet, men også for å gjøre innstillinger som å stille korrekt klokkeslett, stille vandrehastigheten og starttidspunktet på dagen.

**9. Innstillingsbryterne** brukes til innstilling av tidspunkt for påminning, men også for å stille inn korrekt klokkeslett.

**10. Varslingsutgang** gir mulighet til å formidle påminningene på en alternativ måte, som for eksempel med ekstern lyd giver eller en radiosender.

**11. Kontakt** for tilkobling av strømforsyning.



# 02

# Komme i gang

## Montering

COGNITA KLOKKA er beregnet for veggmontering og skrues fast med vedlagte 4 skruer og eventuelt murpluggen der hvor det er murvegg. Det er i utgangspunktet tenkt at COGNITA KLOKKA skal henge vannrett på en vegg, men det er ingenting i veien for at den kan henge loddrett.

1. Sett pluggen til strømforsyningen i klokkes høyre side, sørg for at du hører et klikk, da vil ikke pluggen falle ut.
2. Tilkobl strømforsyningen til spenningsnettet.
3. Tiden vil nå bli indikert med et lyspunkt på tidslinjen og klokkeslett blir vist i displayet.
4. Ved å trykke på innstillingsbryterne vil lyspunktet på tidslinjen og tiden flytte seg med 10 minutters intervaller fremover eller bakover.
5. Trykk deg frem til tidspunktet som du vil sette en påminning. Lyspunktet på tidslinjen vil da blinke.
6. Trykk deretter på rød eller grønn påminningsbryter. Påminning er nå aktivert for dette tidspunktet.

## Normal drift

I det man har satt strøm på klokka vil den være i normaldrift. Når klokka er i normal drift vil lyspunktet "NÅ" lyse. Et av døgnssekvenslysene vil også lyse for å vise hvilken del av døgnet man befinner seg. Lyspunktet og døgnssekvenslysene oppdateres forøvrig ettersom tiden går og i henhold til satt vandrehastighet.

## Display av/på

Digitalklokka viser nøyaktig tid og er beregnet for den som stiller tidspunkter for påminning. Med displayet blir det lettere å sette påminning til riktige tidspunkt. Hvis displayet forstyrrer den som bruker klokka, kan visningen fjernes ved å trykke ett kort trykk på den skjulte bryteren. Ved neste korte trykk aktiveres displayet igjen.

## Påminning

- Når klokka kommer til et tidspunkt med påminning, vil det bli gitt lydsignal og lyssignal på grønn eller rød påminningslampe, samtidig som lyspunktet på tidslinjen vil lyse.
- Det er forskjellig lydsignal for rød og grønn påminning. Rød lampe vil gi "et kort pling", mens grønn lampe vil gi "to korte pling".
- Rød og grønn påminning er helt uavhengige av hverandre.

- Dersom både rød og grønn påminning er satt for samme tidspunkt blir dette varslet med "et kort og deretter to korte pling" skilt av en pause, og rød påminning vil bli angitt først.
- Med vandrethastighet satt til 24 timer (dvs. når produktet brukes som kalender) er det ikke mulig å gi påminning. Dette fordi det ansees uhensiktsmessig å ha påminning ved overgang til nytt døgn.
- Hvis en innstillingsbryter trykkes og holdes inne i mer enn 0,5 sekund vil lyspunktet begynne "å løpe" bortover tidslinjen. Dersom det er satt påminning ved et valgt tidspunkt, vises dette ved at påminningslampen(e) lyser fast for den/de påminningene som er satt.

### Innstilling av påminning

1. Ved å trykke på innstillingsbryterne vil lyspunktet på tidslinjen flytte seg fremover eller bakover. Displayet vil også endre klokketidspunkter i takt med innstillingen.
2. Trykk deg frem til tidspunktet som du vil sette en påminning, lyspunktet på tidslinjen vil da blinke.
3. Trykk deretter på rød eller grønn påminningsbryter. Påminningen er nå aktivert for dette tidspunktet.
4. Ved å trykke ett kort trykk på rød eller grønn påminningsbryter vil påminningen kun bli vist med rødt eller grønt lys. Hvis du trykker og holder påminningsbryteren inne i 1 sekund til du hører en lite "knepp" vil påminningen bli gitt med både lys og lyd.
5. Ett trykk på rød eller grønn påminningsbryter vil fjerne eventuell satt påminning.
6. Når man stiller inn tidspunkter for påminning vil lyspunktet blinke. Blinkingen vil gi seg etter 5 sekunder, og lyspunktet for "NÅ" vil vises på tidslinjen igjen.

### Kvittering av påminning

- Påminningen vil vare helt til den blir kvitteret ut ved å trykke på påminningslampen som lyser. Lydsignalet blir kvittert automatisk.
- Rød eller grønn påminningslampe vil slutte å lyse dersom påminningen blir kvittert. Blir ikke dette gjort, vil det forsette å lyse til lyspunktet på tidslinjen flytter seg.
- Har man satt påminning for et tidspunkt vil dette gjenta seg hver dag.

NB! Hvis påminningen ikke blir kvittert (lampen lyser) vil det ikke være mulig å sette ny påminning.

### Varslingsutgang

På klokkas høyre side er det et rundt hull. Dette er alarmutgangen hvor det kan tilkobles eksternt utstyr. Dette kan for eksempel være en blinkende lampe, en kraftig høyttaler eller en talemaskin. Det kan være nyttig å bruke en radiosender for å videresende alarmen til et annet sted i situasjoner hvor brukeren av klokka ikke befinner seg i nærheten av klokka eller ikke kan høre ordinær alarm.

- Alarmutgangen blir aktivert samtidig med at en alarm blir aktiv.
- Alarmutgangen er kun aktuelt i de tilfeller hvor det er noe tilkoblet på utgangen.

## Innstilling av klokke

Klokka skal være innstilt til rett tid ved første gangs bruk, men må stilles ved skifte av sommer- og vintertid. Ved strømbrytning eller hvis klokka ikke er tilkoblet strøm er det ikke nødvendig å stille klokka på nytt. Alle alarmer og korrekt klokkeslett vil bli "husket".

**For å stille inn klokka må følgende gjøres;**

1. Bruk en penn eller en spiss gjenstand. Trykk og hold inne den skjulte bryteren i 3 sekunder til du hører et lite pip.

2. Nå vil tallene for timer blinke. Trykk tidspunkt frem eller tilbake ved hjelp av innstillingsbryterne. På denne måten setter du riktig time.

3. Trykk deretter et kort trykk på den skjulte bryteren. Tallene for minutter vil nå blinke. Trykk frem eller tilbake ved hjelp av innstillingsbryterne. På denne måten setter du riktig tid for minutter.

4. Klokka er nå stilt til rett tid.

For å komme ut av klokkeinnstilling må man trykke tre korte trykk på den skjulte bryteren. Hvert trykk på den skjulte bryteren vil gi et lite pip.

## Vandrehastighet

Vandrehastigheten bestemmer hvor lenge hvert enkelt lyspunkt på tidslinjen skal lyse. Det er sammenheng mellom vandrehastighet og hvor mange timer tidslinjen indikerer, det er fire forskjellige vandrehastigheter:

1. Med vandrehastighet 5 minutter, vil det si at lyspunktet vandrer 4 ganger over tidslinjen i løpet av et døgn. Hele tidslinjen viser et tidsintervall på 6 timer.

2. Med vandrehastighet 10 minutter, vil det si at lyspunktet vandrer 2 ganger over tidslinjen i løpet av et døgn. Hele tidslinjen viser et tidsintervall på 12 timer.

3. Med vandrehastighet 20 minutter, vil det si at lyspunktet vandrer 1 ganger over tidslinjen i løpet av et døgn. Hele tidslinjen viser et tidsintervall på 24 timer.

4. Med vandrehastighet 24 timer, vil det si at lyspunktet kun flytter seg en gang i døgnet, det betyr **Cognita klokka** vil virke som en kalender. Hele tidslinjen vil da indikere 72 døgn, det vil si ett døgn per lyspunkt.

## Innstilling av vandrehastighet

Ved første gangs bruk vil klokka være innstilt med vandrehastighet på 10 minutter. For å stille vandrehastigheten må følgende gjøres;

1. Bruk en penn eller en spiss gjenstand. Trykk og hold inne den skjulte bryteren i 3 sekunder til du hører et lite pip.

2. Trykk to korte trykk på den skjulte bryteren, hvert trykk på den skjulte bryteren vil gi et lite pip.

3. Døgnsekvenslyset vil nå blinke, bruk innstillingsbryterne for å velge vandrehastighet.

Man har følgende vandrehastigheter å velge mellom;

- 5 minutter      symbol for morgen      (sol opp)
- 10 minutter    symbol for dag            (sol hel)
- 20 minutter    symbol for kveld        (sol ned)
- 24 timer        symbol for natt            (måne)

4. Vandrehastigheten er nå stilt.

5. For å komme ut av innstilling av vandre hastighet må man trykke to korte trykk på den skjulte bryteren.

### Starttidspunkt på dagen

Ved første gangs bruk vil starttidspunktet være innstilt til klokka 06.00. Men starttidspunktet på dagen kan stilles inn etter hva som passer best for personen som bruker klokka. Hvis man for eksempel ønsker at starten på dagen skal være klokka 08.00 så stiller man dette inn.

**TIPS!** Starttidspunktet på dagen vil ofte være tiden på døgnet hvor hovedpersonen vanligvis står opp.

### Innstilling av starttidspunkt på dagen

For å stille starttidspunkt må følgende gjøres;

1. Bruk en penn eller en spiss gjenstand. Trykk og hold inne den skjulte bryteren i 3 sekunder til du hører et lite pip.
2. Trykk tre korte trykk på den skjulte bryteren. Hvert trykk vil gi et lite pip.
3. Tallene for timer vil blinke. Trykk deg frem eller tilbake ved hjelp av innstillingsbryterne. På denne måten setter du riktig time for starttidspunkt på dagen. Starttidspunktet har man kun mulighet for å sette til hele timer og ikke minutter.
4. Starttidspunktet er nå stilt.
5. For å komme ut av innstilling av starttidspunkt må man trykke ett korte trykk på den skjulte bryteren.

### Aktivitetskort

Med i pakken ligger det et sett med aktivitetskort. Disse er bøyelige. De kan bøyes litt for å monteres i aktivitetslinjen over eller under tidslinjen. Så snart du slipper kortet, retter det seg ut og blir stående der. Aktivitetskortene er lette å sette på **Cognita klokka**, og lette å ta av igjen.

**Tips!** Aktivitetskortene er laget på en slik måte at det kan brukes en Whiteboardtusj på dem. Da kan man lage fleksible symboler. Aktivitetskortene kan også brukes på begge sider og man kan tegne med en sprittusj på dem.

### Symboler

Med i pakken ligger det to sett med symboler 25 stk små (3x3cm) og 25 stk store (5x5 cm). Symbolene er ment som eksempler på noen daglige aktiviteter. Symbolene må gjerne benyttes, men det anbefales å bruke symboler som hovedpersonen er kjent med fra før. Størrelsene på symbolene er standard for ulike symboler som for eksempel Pictogrammer, Nilbild eller PCS. De vedlagte symbolene er klistremerker og kan monteres på aktivitetskortene. På denne måten blir de stivere og vil tåle mer. Symbolene kan også brukes direkte uten å fjerne papiret bak og uten aktivitetskort.

**Tips!** Ved å variere lengden på symbolet gir det en større forståelse av hvor lenge en aktivitet varer. Symbolet for å dusje bør derfor være kortere enn symbolet for en skitur. Klipp og lim sammen for å endre symbol lengden.



# 03

## Vedlikehold

### Rengjøring

Tørk av **Cognita klokka** med en fuktig klut.

### Teknisk

Tabellen under viser sammenheng mellom valgt vandre hastighet og antall mulige påminningstidspunkter per døgn.

Vandre hastighet	Antall alarmtidspunkt pr. døgn
5 minutter	$72 * 4 = 288$
10 minutter	$72 * 2 = 144$
20 minutter	$72 * 1 = 72$

### Et eksempel fra virkeligheten

#### Fortalt av Cognita Klokkes far, Asgeir Tranås; Tine Anette og en hjemreise.

Tine Anette bor i vår nabokommune hvor hun går på skole. I helgene reiser hun alene hjem med hurtigbåt. Denne reisen er væravhengig og det hender at ruten må innstilles.

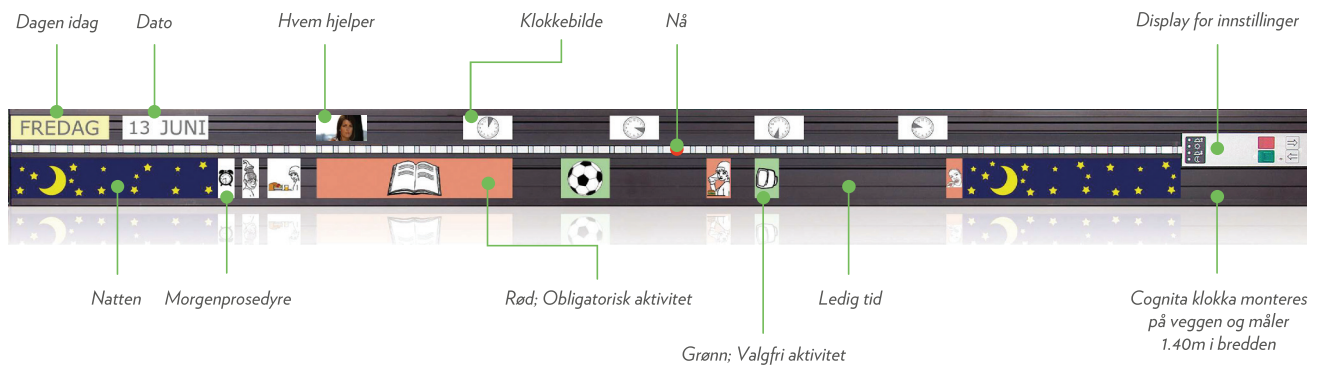
Første helga på nyåret 2003 skulle hun hjem og været var usikkert. På torsdag kveld ringte hun. Samtalen dreide seg om det usikre været og at pappa kanskje måtte hente henne med bil. I slutten av samtalen sier hun følgende: -Tine veint sjå te mårra (- Jeg får vente å se til i morgen)

Dette er en uttalelse som kom selvstendig og spontant. En god følelse for oss som kjenner henne godt. Hun hadde forstått at avgjørelsen om måten hun skulle komme seg hjem på måtte utsettes og hun var villig til å vente. Hun hadde en forståelse av at det fantes en morgendag og at hendelsene måtte skje i en hensiktsmessig rekkefølge.

Tine Anette var 19 år da dette skjedde. For noen år siden var dette en helt utenkelig situasjon. For henne var det tidligere bare en tid og det var NÅ. Vi som foreldre husker alle kampene og fortvilelsen rundt hennes manglende tidsforståelse. Det vil si: Vi skjønte ikke at mange av de daglig problemene og utfordringene skyldtes manglende tidsbegrep.”

### Tekniske data

Mål	163cm x 12,4cm x 3cm
Vekt	5 kg
Varslingsutgang	Jack 3,5mm stereo hunn
Lyspunkter	2 stk. røde med senteravst. 2cm - Døgnsekvenslys - 4 stk røde
Display	4x7 segment, rødt
Rød påminningsbryter	1 stk rød bryter med rødt lys
Grønn påminningsbryter	1 stk grønn bryter med grønt lys
Innstillingsbrytere	2 stk.
Skjult bryter	1 stk.
Antallet alarmtidspunkter	Se egen tabell
Påminning	2 stk. uavh. påminningssystemer - med lyd og lys



# Kontakt

Hvis du har kommentarer eller spørsmål i forbindelse med løsningen må du gjerne kontakte oss.

## Support

Tlf: 22 12 14 50  
support@cognita.no  
cognita.no

## Besøksadresse

Cognita AS  
Oscars Gate 92  
0256 Oslo

## Postadresse

Cognita AS  
Gjerstadveien 396  
4993 Sundebru