



Digitaalisia apuvälineitä

Apuvälineitä keskittymiseen

Sähköinen kalenteri

Sähköisellä kalenterilla voit tehdä erilaisia kalenterimerkintöjä ja muistutuksia.

Microsoft Viva Insights -sovellus

Viva Insights -sovelluksella voit laittaa tietokoneesi ilmoitukset pois päältä.

Apuvälineitä, joilla voi tehdä listoja ja muistiinpanoja

- Microsoft To Do -sovellus
- Google Keep -sovellus

Pomodoro-sovellukset

Pomodoro-tekniikassa työskentelet lyhyen ajan kerrallaan ja pidät sitten tauon.

Ajastinsovellukset

- Tide-sovellus
- Time Timer -ajastin

OneSec-sovellus

OneSec-sovellus auttaa sosiaalisen median ja muiden sovelluksien käytössä. Joskus sovellukset voivat häiritä keskittymistä. OneSec-sovellus antaa sinun harkita hetken ennen kuin avaat häiritsevän sovelluksen.



Apuvälineitä lukemiseen

Apuvälineitä, joilla voit kuunnella tekstejä

- Microsoft Word -sovellus
- Edge-selain
- Read Aloud -laajennus
- Google Lens -sovellus
- Microsoft Lens -sovellus
- iPhone- ja iPad-laitteet
- Mac-tietokone

Äänikirjoja Celia-kirjastossa

Celia-kirjastossa on kirjoja ja oppimateriaaleja.
Löydät sieltä esimerkiksi äänikirjoja.

Apuvälineitä kirjoittamiseen

Apuvälineitä, joilla voit muuttaa puheen tekstiksi

- Mac-tietokone
- iPhone- ja iPad-laitteet
- Androidin älypuhelin ja tabletti
- Word Windows-tietokoneella
- Microsoft Online

Ohjeita Datero-sivustolla

Dateron Älykkäitä välineitä -sivustolta löydät ohjeita,
miten voit lukea, kirjoittaa ja keskittyä helpommin.

Löydät ohjeita sivulta www.datero.fi/smaly-fi
Sivu on kirjoitettu yleiskielellä.



Apuvälineitä laskemiseen

Apuvälineitä, joilla voit laskea laskuja

- Photomath-sovellus
- Microsoft Copilot -sovellus
- Google Lens -sovellus

Lääkemaisteri-peli

Lääkemaisteri on peli,
jolla voi harjoitella hoitotyön lääkelaskuja.
Pelin voi ladata puhelimeen.

Apua matematiikkaan

Tukea matematiikan oppimiseen -sivulta löydät vinkkejä
laskemiseen ja laskutehtäviin.

Löydät sivun osoitteesta
www.oppimisvaikeus.fi/vinkkeja/matematiikka
Sivu on kirjoitettu yleiskielellä.

Tekoäly apuvälineenä

Tekoälyä voi käyttää lukemisen,
kirjoittamisen ja laskemisen apuvälineenä.

Jos työnantajasi tarjoaa tekoälyohjelman,
voit käyttää sitä työssäsi.

Varmista työnantajaltasi,
miten tekoälyä käytetään
ja mihin sitä saa käyttää.