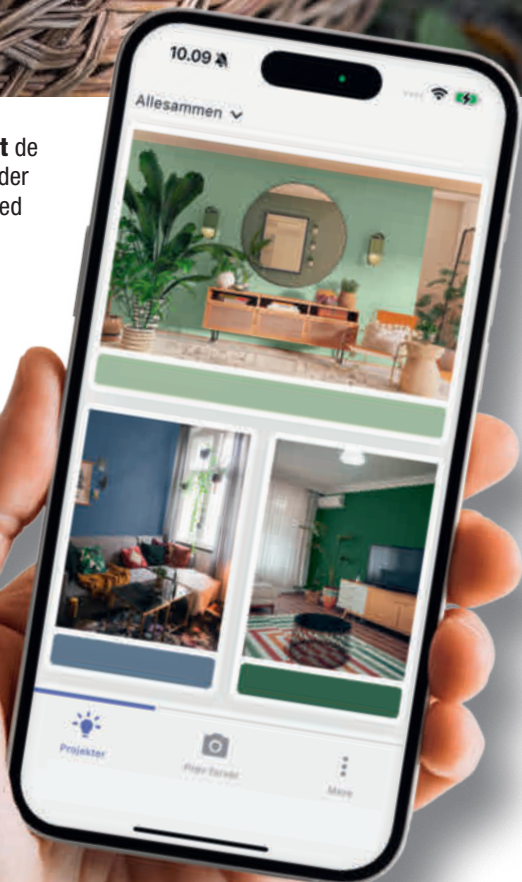


TURE I NATUREN



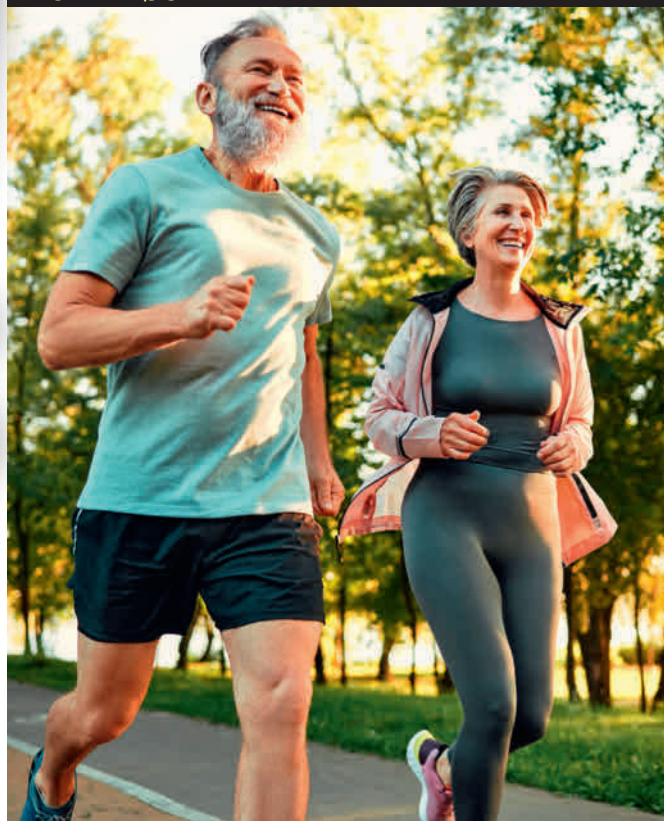
Vi har fundet de bedste apps, der hjælper dig med dine hobbyer.



GØR DET SELV



HOLDE ØJE MED DIT HELBRED



BRUG MOBILEN SOM DIGITAL HJÆLPER:

Få de mest nyttige apps til din telefon

Vi har fundet ni fantastiske apps, der hjælper dig med gør det selv-arbejdet, viser vej i naturen og giver en hånd med at passe på dit helbred.



Journalist
Morten Skeldal Østergaard

Der findes en app til næsten alt. Uanset om du vil finde den bedste vandrute, identificere en svamp, planlægge en ombygning eller huske at tage din medicin, kan din smartphone hjælpe dig.

Apples App Store og Googles Play Butik på henholdsvis iPhone og Android-telefoner indeholder millioner af apps til alle mulige formål. En stor del af de mange apps er gratis, og det kan være svært at finde ud af, hvad der er godt, og hvad der er skidt. Den rigtige app kan jo faktisk redde dig, når du er havnet i en uventet situation, og ikke har andet end din telefon ved hånden. Det har jeg selv prøvet i vidt

forskellige sammenhænge, som fx da jeg skulle finde vej på en tysk skovsti og måtte konstatere, at jeg ikke havde et ordentligt kort ved hånden. Jeg har også tit brugt telefonen som forstørrelsesglas, fordi jeg havde glemt mine læsebriller, og det var en app, der hjalp mig, da jeg i en periode skulle huske at tage penicillin hver dag.

Apps til et hvert formål

Små apps på telefonen har på mange måder ændret den måde, vi klarer hverdagens små og store opgaver på. Hvis du skal ud i naturen, kan en app vise dig vej, hjælpe dig med at genkende planter eller endda advare dig om farlige stier.

Hvis du elsker gør det selv-projekter, findes der apps, der kan måle vinkler, lave digitale grundplaner og vise dig,

hvordan din stue ville se ud i en ny farve, før du overhovedet løfter en mælarpensel.

Pas på dit helbred med en app

Også når det gælder sundhed, er der hjælp at hente. Med en app kan du holde styr på dine daglige skridt, registrere træningsresultater eller endda træne hjernen med små opgaver. En påmindelse om at tage din medicin kan gøre en verden til forskel, og det er blot små eksempler på, hvordan teknologi kan gøre hverdagen mere overskuelig. Det bedste er, at mange apps er gratis og nemme at bruge. Det gælder også de ni apps, vi anbefaler til at passe på dit helbred, være din guide på ture i naturen og fungere som din digitale værktøjskasse til gør det selv-arbejdet.

Alle apps virker på både iPhone og Android-telefoner

De ni apps, vi præsenterer, er alle gratis og kan hentes i app-butikkerne på iPhone og Android-telefoner. Alle ni apps hedder cirka det samme på de

to telefon typer, men hvis du vil være helt sikker på, at du henter den rigtige app, kan du scanne QR-koden, som vi har placeret ved hver af vores anbefalinger.



AllTrails

Viser vej til de bedste vandreture

AllTrails er en app til vandrere, som hjælper dig med at finde lokale vandreruter, planlægge din tur og følge din rute via GPS, så du undgår at fare vild. Du kan også vurdere ruter, uploade billeder, følge andre vandrere og føre dagbog over dine ture.

Appen er særligt populær blandt naturelskere, og du kan dele dine ruter, se distance, højdeændringer og kalorieforbrug. Den gratis version giver adgang til de fleste funktioner, men du kan også købe dig til ekstra fordele som offline-kort, 3D-kort, advarsler ved forkerte sving og Live Share, som gør det muligt for andre at følge din tur i realtid.

Vi opdagede AllTrails på en ferie, hvor vi forsøgte at finde rundt på naturstier i tyske Harzen ved hjælp af kortet i Google Maps. Hvis du bare én gang har haft en lignende oplevelse, vil du sætte pris på de detaljerede vandrekort i AllTrails.

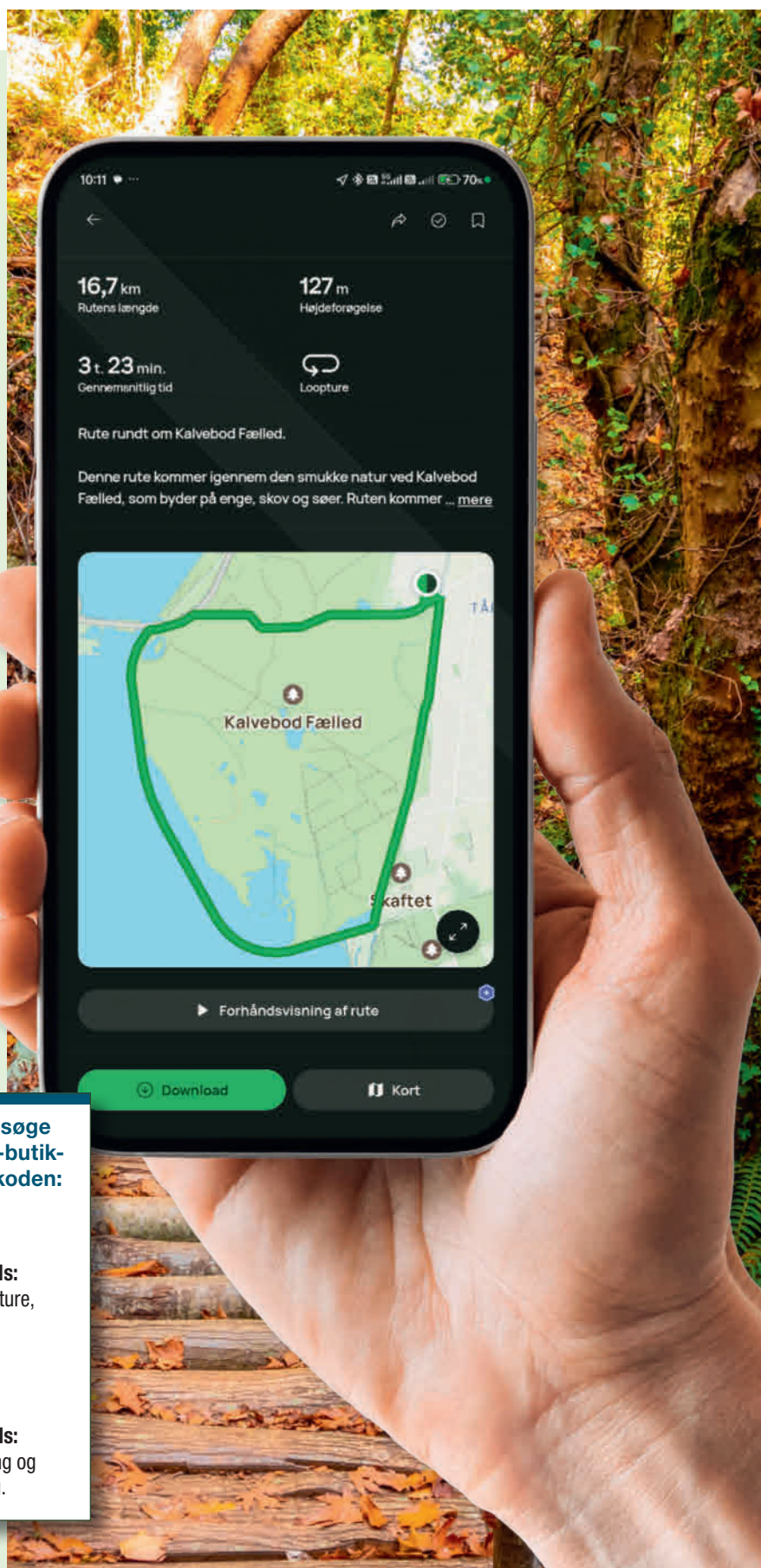
Hent app'en ved at søge på dens navn i app-butikken eller scan QR-koden:



AllTrails:
Vandreture,
cykling



AllTrails:
Trekking og
Cycling.

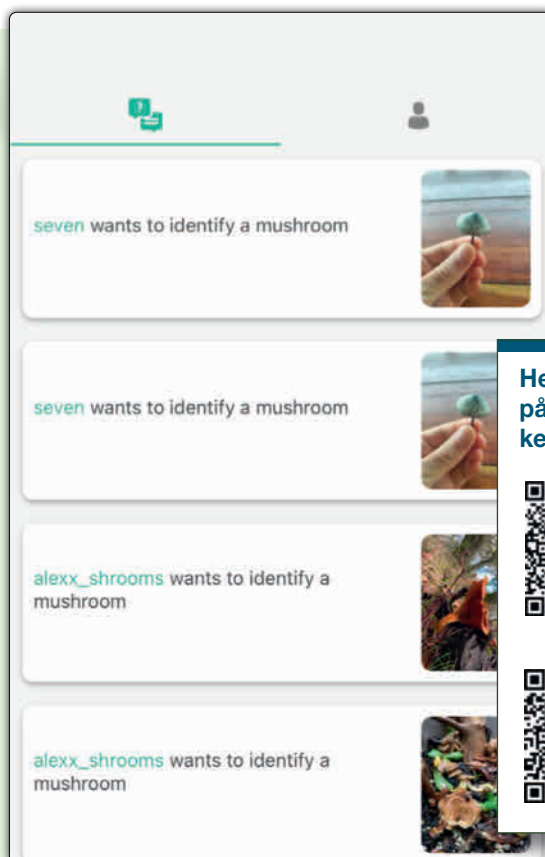


Mushroom Identify

Lær at kende forskel på svampe

Mushroom Identifier kan identificere svampe ved hjælp af kameraet i din telefon. Du kan også registrere i app'en hvilke svampe, du har samlet på dine tidligere svampeture.

App'ens navn er ikke helt det samme på iPhone og Android-telefoner, men funktionaliteten er grundlæggende den samme, og du kan fx se en kalender over, hvornår du skal gå på jagt efter de forskellige svampetyper. Husk, at det er en god idé at dobbelttjekke, om du har plukket den rigtige svamp, og hvis du er i tvivl, så lad være med at spise den.



Du kan bede andre om hjælp til at identificere en svamp ud fra et billede.

Hent app'en ved at søge på dens navn i app-butikken eller scan QR-koden:



Mushroom Identify - Automatic



Mushroom Identifier

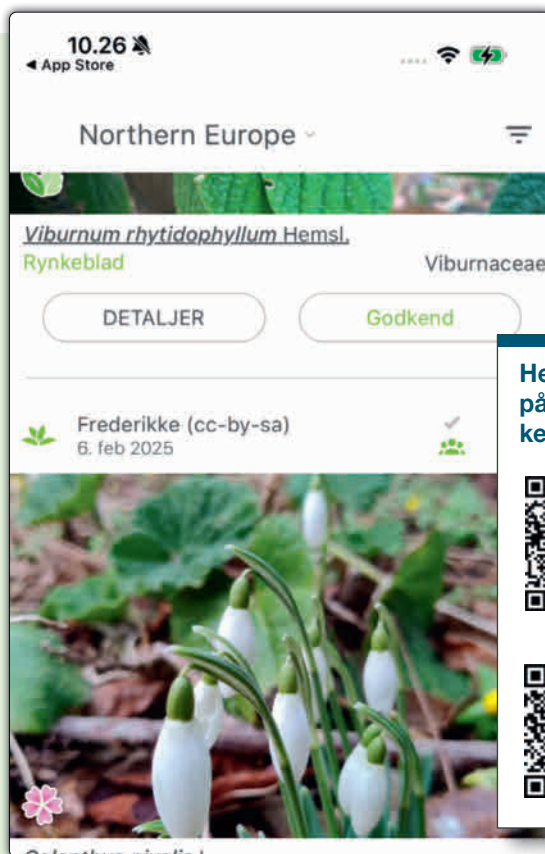
PlantNet

App'en giver dig navnet på planterne

For nogle mennesker er et træ bare et træ, men hvis du er lidt mere interesseret i naturen omkring dig, så er PlantNet en nærmest uundværlig følgesvend på vandreturen.

Ved at tage et billede med telefonens kamera kan du få PlantNet til at give dig navnet på en plante og samtidig servere en masse spændende detaljer om den.

Du skal bare åbne app'en, trykke på kameraikonet og tage et billede af fx et blad fra et træ. Få sekunder senere får du navnet på træet.



I PlantNet kan du også se andre brugeres billeder af planter, de har fotograferet med app'en.

Hent app'en ved at søge på dens navn i app-butikken eller scan QR-koden:



PlantNet Plante Identificering



PlantNet

Magicplan

Telefonen laver selv en grundplan

Det kan godt være en omstændelig proces at få tegnet en brugbar grundplan af dit hjem, inden du går igang med at restaurere et rum eller købe nye møbler, men sådan behøver det ikke nødvendigvis at være.

App'en Magicplan klarer opgaven næsten helt af sig selv. Du skal blot pege din telefons kamera rundt i rummet, og så tegner Magicplan en skitse over rummet i løbet af et par minutter. Funktionen bruger såkaldt augmented reality, hvor du kan se dine målinger lagt hen over kameraets billede fra den virkelige verden.

Det tager kun et par tryk på skærmen at tilføje vinduer eller døre, og når først rummet er færdigt, kan du placere modeller af dine møbler eller eksperimentere med at sætte modeller ind af de møbler, som du planlægger at indkøbe.

Du kan se det færdige rum i tre dimensioner for at få en bedre fornemmelse af, hvordan eventuelle ændringer vil komme til at tage sig ud.

Hent app'en ved at søge på dens navn i app-butikken eller scan QR-koden:



Magicplan



Magicplan



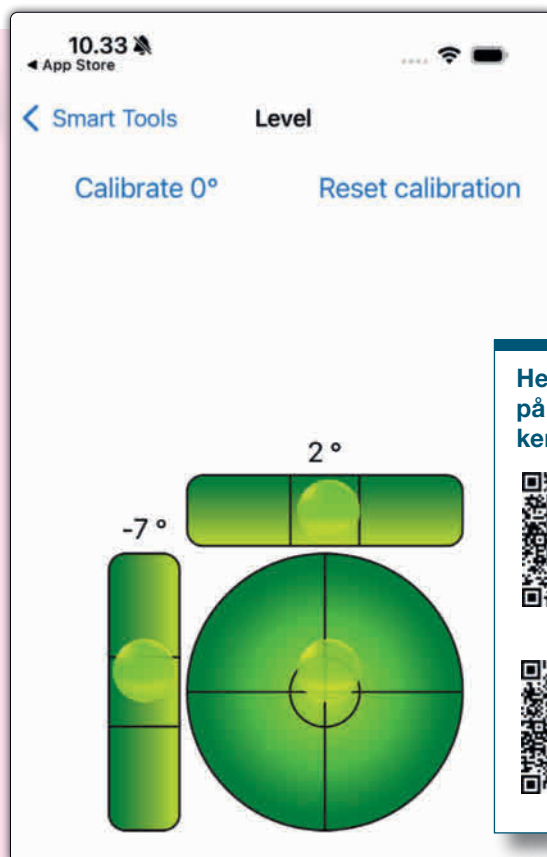
Smart Tools - All in One

En hel værktøjskasse i én app

Denne praktiske app kalder sig alt-i-én, og det er ikke helt forkert, for du får en hel værktøjskasse med funktioner, du kan bruge til dine gør det selv-projekter.

Vi er især glade for vaterpasset og forstørrelsesglasset, men vinkelmåleren er også rar at have ved hånden, hvis du ikke lige har din rigtige værktøjskasse indenfor rækkevidde.

Du kan lægge genveje på startskærmen til de funktioner, du bruger mest, så du slipper for at skulle åbne app'en først.



Smart Tools bruger telefonens indbyggede sensorer til at efterligne et vaterpas.

Hent app'en ved at søge på dens navn i app-butikken eller scan QR-koden:



Smart Tools
- All in One



Smart Tools
- All in One
Box

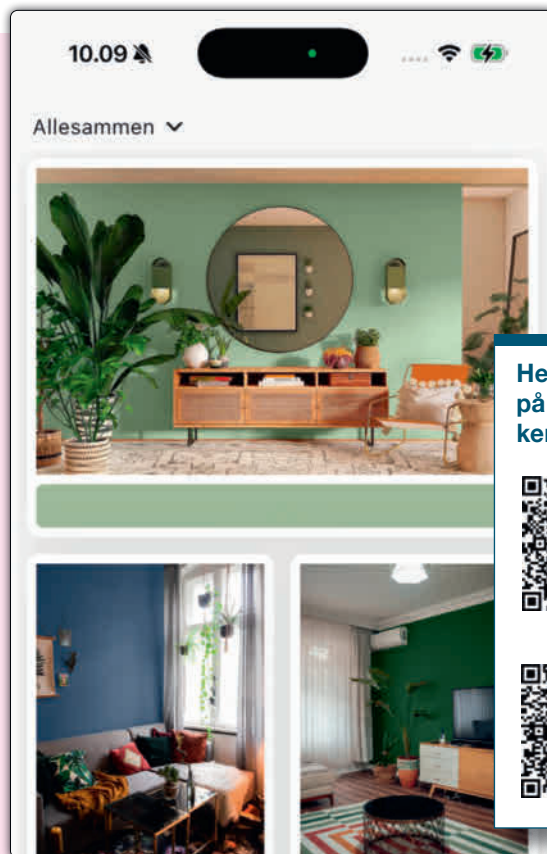
Paint my Room

Mal væggene med telefonen

Hvis du er i tvivl, om dine vægge trænger til lidt kulør, kan du se resultatet, inden du overhovedet er gået i gang med malerrullen.

Du tager bare et billede af væggen med app'en Paint my Room og vælger så en af de forudbestemte farver for at se et billede af, hvordan den vil se ud bag dine møbler.

Der er et lidt begrænset udvalg af farver at vælge imellem, men hvis din farve ikke er blandt dem, kan du købe den fulde version af Paint my Room til iPhone for 39 kroner eller til Android for 30 kroner.



Paint my Room erstatter din virkelige vægfarve med en farve, du selv vælger.

Hent app'en ved at søge på dens navn i app-butikken eller scan QR-koden:



Paint my Room
- Prøv farver



Paint my Room
- Prøv farver

Strava: Run, Bike, Hike

Mål dine gåture

Uanset om du går, løber, cykler eller noget helt fjerde, så kan aktivitets-app'en Strava gemme oplysninger om tid og længde på din tur.

Hvis du går eller løber, får du også at vide, hvor mange skridt du har taget undervejs på turen, og du kan se din rute på et kort.

Din placering registreres nemlig konstant via telefonens GPS-modtager, mens du bevæger dig, og du bestemmer selv om kortet skal vises som et almindeligt landkort eller om du hellere vil se turen tegnet ind på et detaljeret satellitfoto.

Strava kan gøre anstrengelserne lidt mere interessante ved at fortælle dig, når du er færdig, om du har slået dine personlige rekorder i fx antal højdemeter, eller om du har gået din længste tur nogensinde.

Du kan selv skrive noter om din tur, og hvis du kender andre, der bruger Strava, kan I kommentere hinandens aktiviteter.

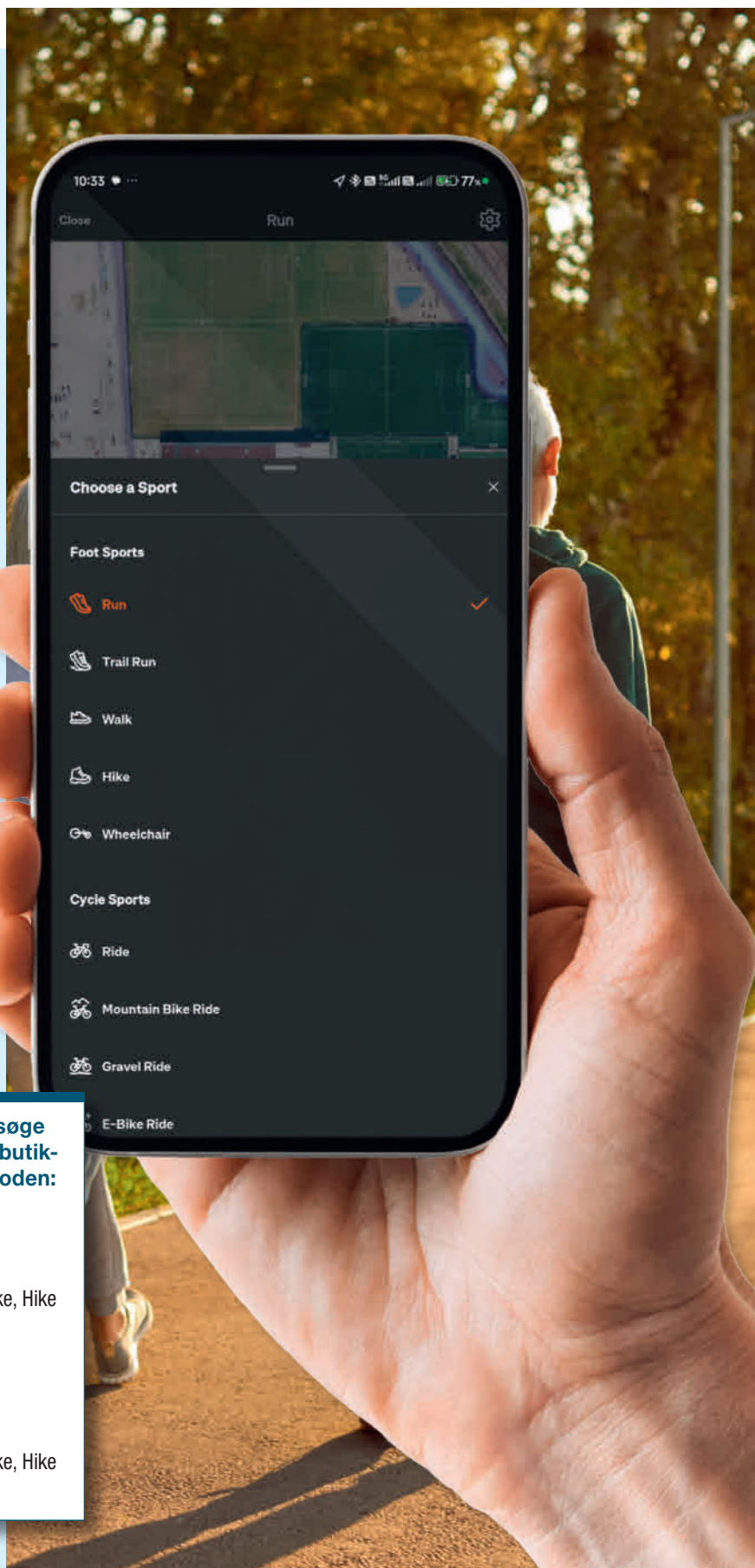
Hent app'en ved at søge på dens navn i app-butikken eller scan QR-koden:



Strava:
Run, Bike, Hike



Strava:
Run, Bike, Hike



Medicin og pille reminder

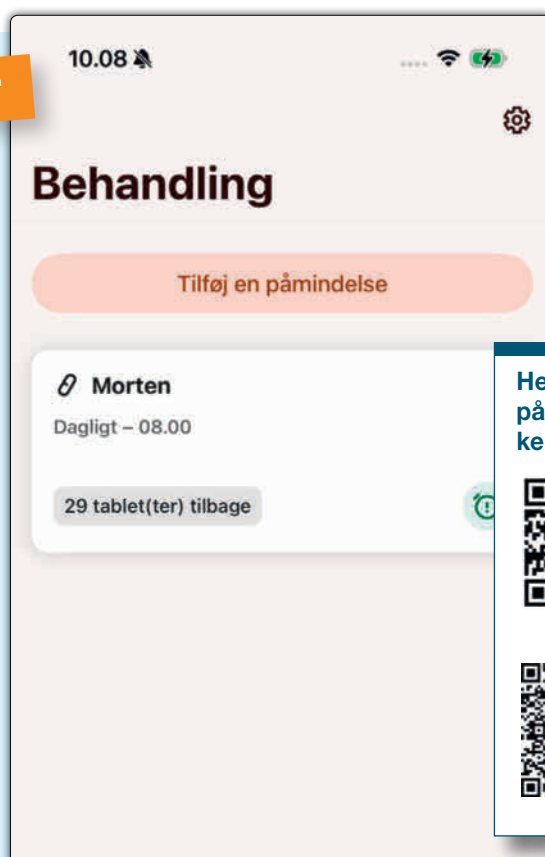
Husk at tage din medicin

App'en MyTherapy Medicin og pille-reminder rummer faktisk ikke en masse avancerede funktioner.

Den er blot skabt til at minde dig om, hvornår du skal tage dine piller eller andre former for medicin.

Det er nemt at indstille daglige alarmer, der dukker op på telefonen, når det er tid til at tage en pille, og app'en holder også styr på, hvor mange piller, der er tilbage i pakningen, så du ved, hvornår du skal på apoteket igen.

Når du har klikket ja til, at du har taget din medicin, kan du også se det i app'en, hvis du kommer i tvivl senere på dagen.



App'en regner også ud hvor mange tabletter, der er tilbage i pakken.

Hent app'en ved at søge på dens navn i app-butikken eller scan QR-koden:



Medicin og pille reminder



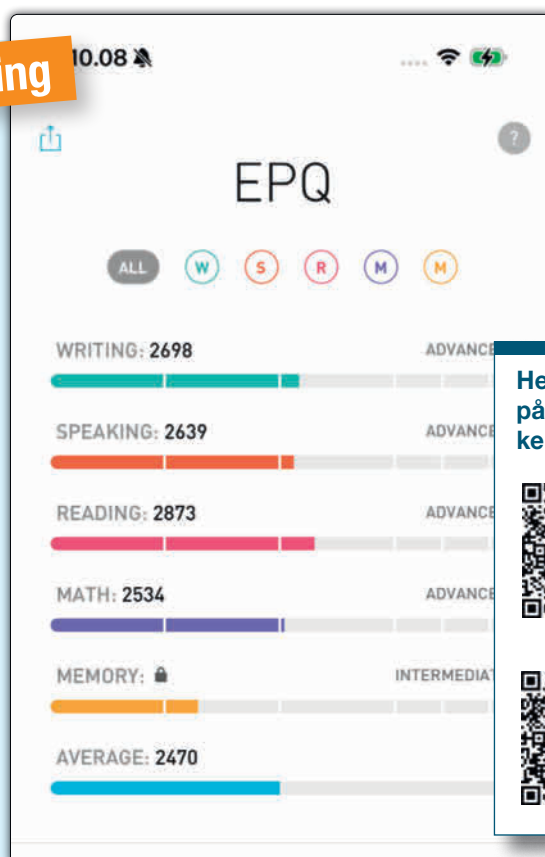
Medicin og pille reminder

NeuroNation - Brain Training

Træn hjernen med små opgaver

NeuroNation er en brugervenlig hjerne-trænings-app, der udfordrer dig hver dag med små opgaver inden for blandt andet matematik. App'en bygger på videnskabelige principper, og sværhedsgraden indenfor de forskellige kategorier tilpasser sig dit niveau, efterhånden som du løser opgaverne. Efter en indledende vurdering udarbejder app'en en personlig daglig træningsplan, hvor du fx kan øve dig i at huske navne.

NeuroNation giver dig detaljerede statistikker, så du kan sammenligne dine resultater med andre i din aldersgruppe eller bare evaluere dine egne fremskridt.



Neuronation tilpasser sig dit niveau, så du hele tiden bliver udfordret.

Hent app'en ved at søge på dens navn i app-butikken eller scan QR-koden:



NeuroNation - Brain Training



NeuroNation - Brain Training