



FOR EN SIKKERHEDS SKYLD:

5 apps der kan redde dit liv

Din telefon kan både være en tidsrøver og fjerne dit fokus, men har du de rigtige apps, kan den også komme dig til undsætning.



Journalist
Niklas Ernst

I juli 2024 var engelske Ed Farnworth og hans tante Sarah Robert på vandretur i Schweiz. De to var draget op på højdedraget mellem Ebenalp og Säntis, der ligger i den nordlige del af Schweiz, og som på det højeste punkt rejser sig 2032 meter over havets overflade. Men pludselig gik det helt galt for tanten.

På de stejle bjergsider gled hun og faldt ifølge Ed Farnworth adskillige meter ned ad en bjergskråning. På vejen ned bankede hun hovedet ind i et træ. Da Ed Farnworth endelig nåede ned til sin faster, var han usikker på, om hun var i live. Hendes ansigt havde en lilla farve, hun havde en stor flænge i panden, og hendes arm var alvorligt brækket – foruden alle de andre knubs, hun havde fået på vej ned

ad skråningen. Gode råd var dyre, og det var her, Ed kom i tanke om en app på sin telefon. For han skulle have hjælp, og det skulle gå hurtigt.

Verden delt ind i små firkanter

Han åbnede app'en what3words på sin telefon, som han noget tid forinden havde downloadet. App'en deler hele jordkloden op i små felter på 3 x 3 meter og tildeler hver eneste af dem en unik kombination af tre ord. På den måde kan man lynhurtigt selv se og fortælle andre, hvor man befinder sig, med relativt stor nøjagtighed. Helt uden at skulle bruge lange og avancerede GPS-koordinater, som kan være svære at gengive i en presset nødsituation.

Tilbage på bjergskråningen havde Ed Farnworth fået fat i de schweiziske myndigheder og fortalt dem, at han og tanten befandt sig i firkanten med navnet "crabmeat.hers.froze". Da myn-

dighederne fik den information, tog det ikke længe at lokalisere de to vandrere i en redningshelikopter, og Sarah Robert blev kort efter fløjet til behandling på et nærliggende hospital.

App'en reddede hendes liv

Spørger man Ed Farnworth, er han sikker på, at app'en what3words reddede hans tantes liv:

"Det gjorde processen så meget hurtigere og forhindrede yderligere skader. Jeg er meget taknemmelig for, at jeg havde app'en på min telefon," har han forklaret til mediet Bolton News. Men det er ikke kun what3words, der kan redde dit liv.

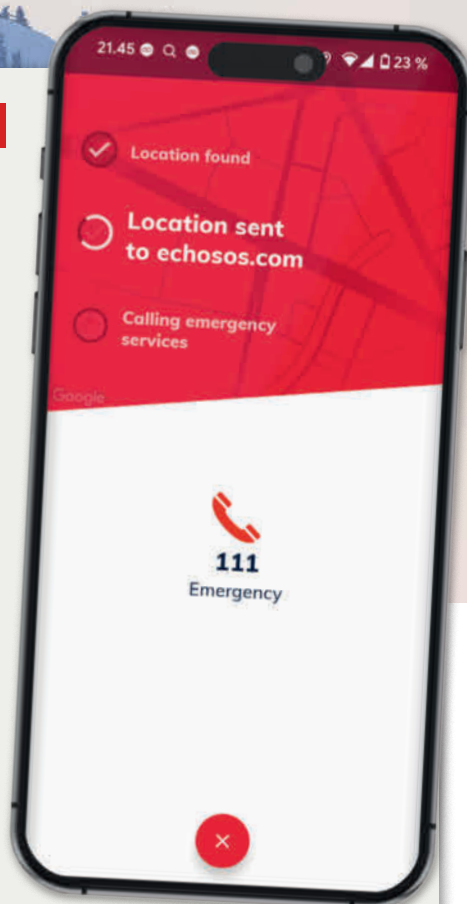
Faktisk findes der en del apps, der på forskellige måder kan hjælpe dig og dine nærmeste i nødsituationer. Vi har samlet en håndfuld af de bedste, som alle er gratis og findes både til iPhone og Android. Så hent dem nu – bare for en sikkerheds skyld.



EchoSOS

Når hjælpen skal være lige ved hånden

I fremmede lande er det ikke altid, man nødvendigvis har styr på, hvem man skal ringe til, hvis man står i en nødsituation. Især, hvis det ikke er en selv, der har planlagt turen, og man derfor ikke har sat sig særlig godt ind i det land, man rejser til. Er I en gruppe afsted, er det derfor en god idé, at alle har app'en EchoSOS installeret på telefonen. Med den kan du med et enkelt tryk på skærmen ringe til de lokale myndigheder og beredskab, som kan hjælpe dig i en nødsituation. App'en kan endda sende dit GPS-koordinater, selvom der ikke er forbindelse til nettet ved hjælp af en gammeldags sms.



Sådan henter du apps:

Scan bladet med dit kamera

Når du skal finde de apps, vi beskriver her i bladet, kan det foregå på flere måder. Den nemmeste måde er at bruge telefonens kamera. Det gør du på følgende måde: Åbn kameraapp'en på din smartphone, og ret den mod de QR-koder, som du kan se i bunden af beskrivelsen af de forskellige apps. Når telefonens kamera har scannet og registreret QR-koden, vil der dukke et link op til appbutikken på Android eller App Store på iPhone og iPad. Herefter skal du bare klikke på linket og downloade app'en.

Find app'en i butikken

Du kan også indtaste navnet på app'en manuelt og søge efter den i App Store og Google Play Butik. Navnet på app'en findes i bjælken over beskrivelsen af den pågældende app.



Få app'en til din Android-telefon



Få app'en til din iPhone





what3words

Fortæl præcist hvor du er

what3words er både fascinerende og praktisk. Idéen bag app'en er enkel: hele verden er delt op i små firkanter på 3 x 3 meter. Hver firkant har fået et navn bestående af tre ord, fx "antikke. kartoflen.silhuet". På den måde kan du hurtigt fortælle andre præcist, hvor du befinder dig – fx hvis du er faret

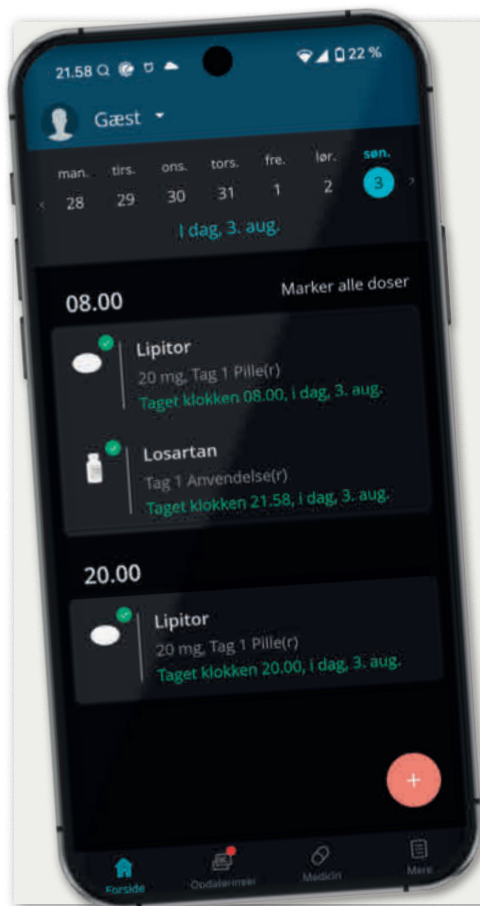
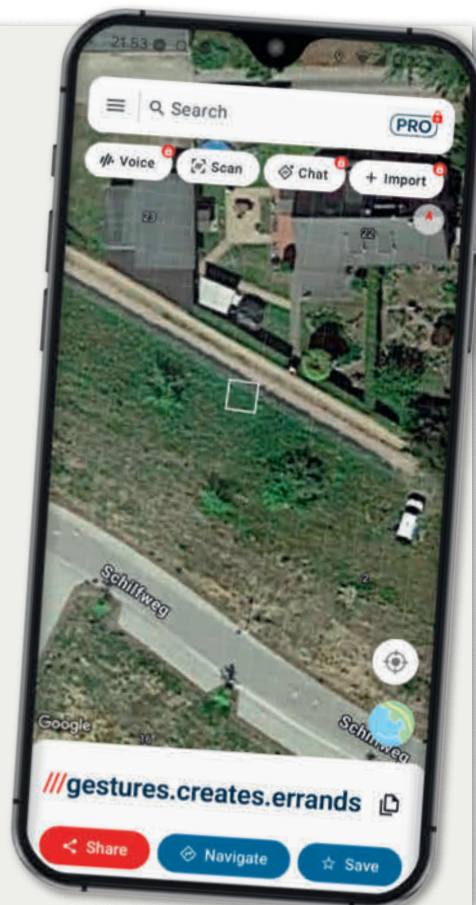
vild og står i et område uden tydelige pejlemærker. Systemet er særligt udbredt i Irland og Storbritannien, men flere og flere myndigheder bruger det efterhånden. *what3words* er desuden bygget ind i nogle bilers styresystem, hvor det både kan bruges til navigation og i en nødsituation.



Få app'en til din Android-telefon



Få app'en til din iPhone



Pille Påmindelse - Medisafe

Husk din vigtige medicin

Medisafe er en brugervenlig app, der hjælper dig med at huske din medicin. Når du opretter en påmindelse, er det nemt at søge efter medicinens navn og vælge styrke, dosering og antal tabletter. Derefter angiver du tidspunktet for indtagelse, og app'en sender en påmindelse, når

det er tid. I gratisversionen kan du lægge to forskellige slags medicin ind, hvilket er nok for mange. Har du brug for flere, kan du opgradere til premium for 35 kroner om måneden. *Medisafe* er overskuelig og nem at komme i gang med – også for brugere, der ikke er vant til apps.



Få app'en til din Android-telefon



Få app'en til din iPhone



Førstehjælp i lommen

Mange af os har på et tidspunkt gennemgået et førstehjælpskursus, men hvordan var det nu lige med rytmen, når man giver hjertemassage, og hvor mange pump skal der til, før man giver mund-til-mund? Med app'en *Førstehjælp – Røde Kors* får du akut vejledning direkte på skærmen i form af

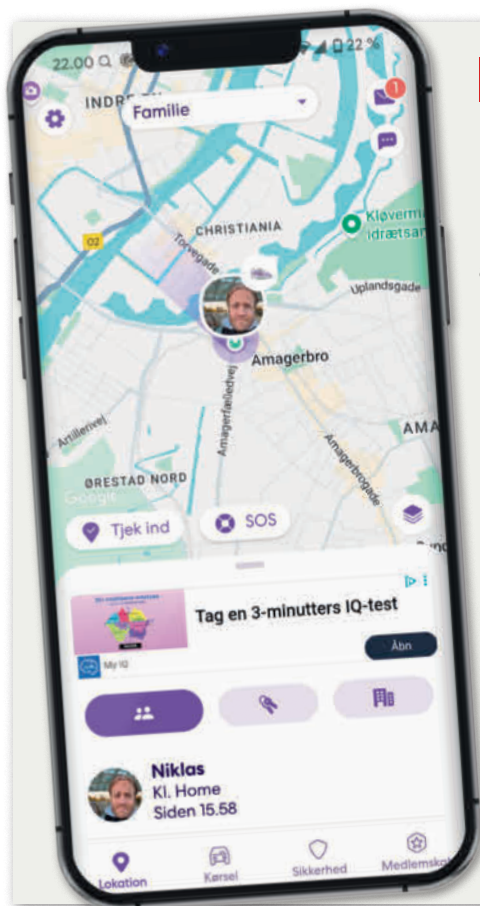
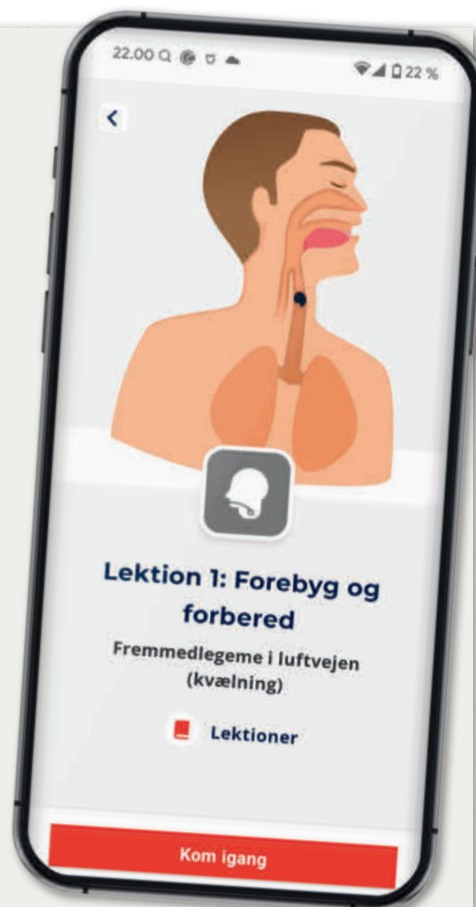
tydelige trin-for-trin instrukser, der viser, hvordan du håndterer forskellige nødsituationer og yder førstehjælp. Du kan også genopfriske dit førstehjælpskursus med øvelser i app'en, der lærer dig at redde liv, uanset om det drejer sig om forgiftning, kvælning eller blødninger.



Få app'en til din Android-telefon



Få app'en til din iPhone



Styr på hele din familie

Med app'en *Life360* er du sikker på, at ingen bliver væk. Idéen er enkel: du installerer app'en på din egen telefon, og det samme gør de personer, som du vil dele din lokalitet med. Når det er gjort, og I har oprettet en såkaldt "cirkel", kan I se hinandens placering på et kort. Herfra kan I også

nemt sende beskeder til hinanden, ligesom du kan sende en SOS-alarm til din cirkel, der deler din lokation, hvis du føler dig utryk. App'en kan bruges på ferier, så I ikke mister hinanden, men også i hverdagen, hvis du vil holde styr på børn eller familiemedlemmer, der har brug for ekstra hjælp.



Få app'en til din Android-telefon



Få app'en til din iPhone

