

# Hvordan sette skjermfri tid på iPad

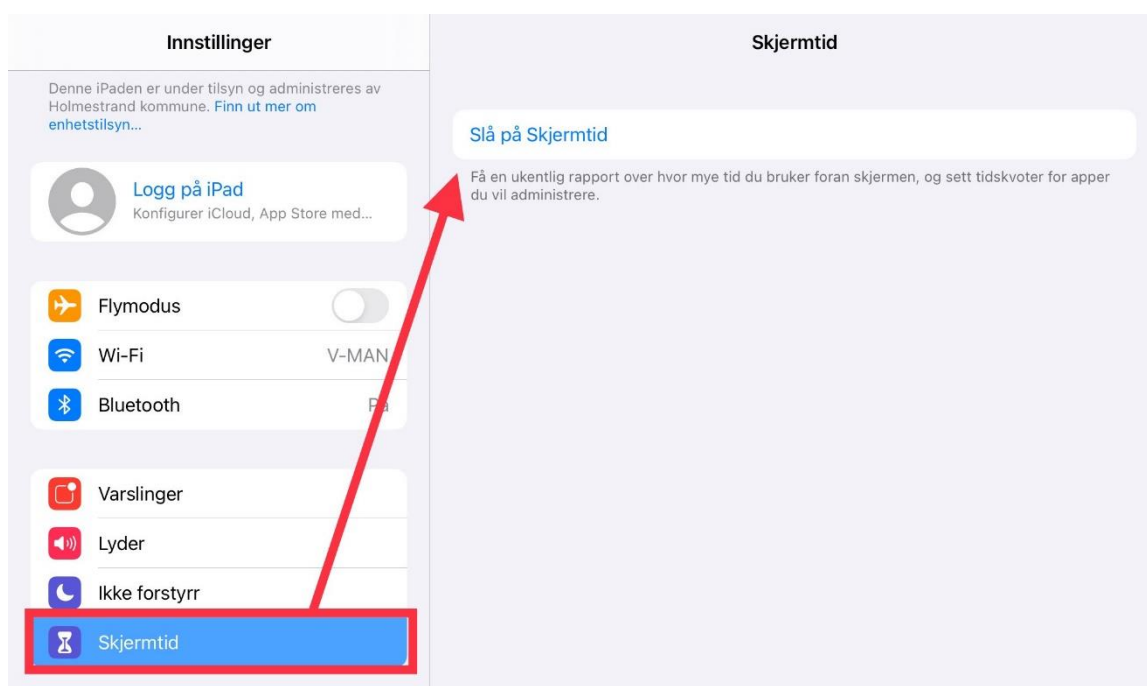
Veiledning for foresatte

## Hvordan sette skjermfri tid på iPadene

For noen kan det være aktuelt å sette skjermfri tid på iPadene. Om man for eksempel ønsker at iPaden ikke skal kunne benyttes på kvelden. Dette er en funksjon som foresatte kan tilpasse til sitt barn.

### Hvordan gjør man dette:

1. Åpne appen Innstillinger på iPaden
2. Velg Skjermtid – Slå på skjermtid



3. Trykk Fortsett på neste bilde
4. Velg så Dette er mitt barns iPad

**Dette er min iPad**

**Dette er mitt barns iPad**

5. Sett ønsket skjermfrie timer, og trykk på Angi skjermfri tid. Du bytter tid ved å trykke på klokkeslettet, og scrolle opp og ned. NB: Det er viktig at du ikke aktiverer skjermfri tid til å gjelde i skolens undervisningstid.



## Skjermfri tid

Sett opp en plan for skjermfri tid. Brukeren må be deg om tillatelse til mer skjermtid. Anrop, meldinger og andre apper du vil tillate, kan fortsatt brukes.

Starter	20:00
Avsluttes	07:00



Angi skjermfri tid

Ikke nå

6. Appgrenser - Velg Ikke nå



## Appgrenser

Sett daglige tidskvoter for appkategorier du vil administrere. Etter at kvoten er nådd, må du gi tillatelse før mer tid kan brukes.

 Alle apper og kategorier

 Sosialt

 Spill

[Vis alle kateorier](#)

Sett appgrense

Ikke nå

- Trykk Fortsett på neste bilde
- Angi en kode for skjermtid. **NB. Foresatte må huske denne koden.** Om koden glemmes, må IKT nullstille iPaden, og det som er lagret i de lokale appene på iPaden gå tapt.



- Det vil da komme opp mulighet for å legge inn Apple-ID. Elevene har ikke egen Apple-ID, og de skal derfor IKKE legges inn noe her. Trykk **Avbryt**



## Gjenoppretting av Skjermtid-passord

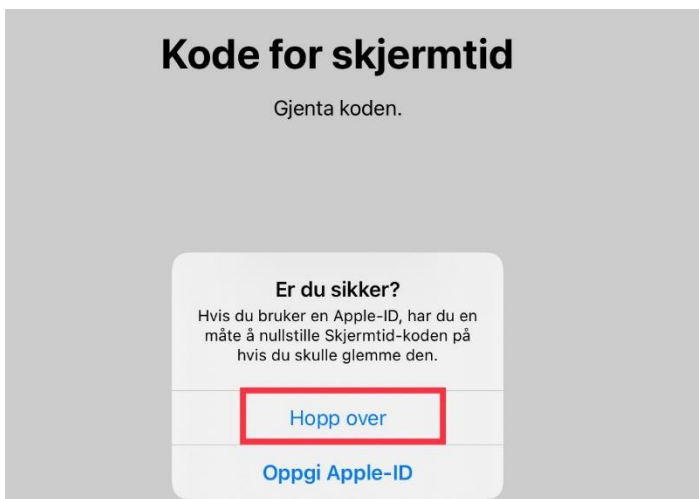
Hvis du glemmer Skjermtid-koden, kan du nullstille den med Apple-ID-en din.

Apple-ID

Passord

[Glemt Apple-ID eller passord?](#)

- Du vil her få opp et varsel på om du er sikker. Velg hopp over



11. For å Deaktivere skjermfrie timer. Åpner du Innstillinger, Skjermtid – Slå av Skjermtid. Koden må tastes for å få opphevet innstillingen.

