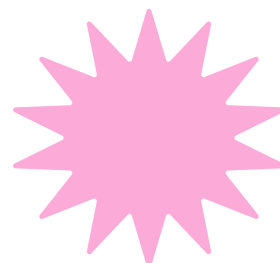


# SÅDAN INDSTILLER DU TELEFONER OG TABLETS TIL DIT BARN

## IPHONE OG IPAD



Du kan indstille telefoner og tablets, så de passer til dit barns alder. Det kan bidrage til at sætte gode rammer for skærmbrug, og at børn og unge i højere grad er beskyttet mod skadeligt og upassende indhold, når de bruger digitale enheder. Her kan du finde vejledning til, hvordan du gør. Det er vigtigt at tale med dit barn om, hvilke indstillinger der tages i brug og hvorfor. Du kan finde mere information om aldersvarende indstillinger på Medierådet for Børn og Unge's hjemmeside: [www.medieraadet.dk](http://www.medieraadet.dk)

*Bemærk at funktioner, indstillinger og genveje kan have forskellige navne alt efter hvilken enhed, man anvender, samt softwareopdatering. Vejledningen er udarbejdet af Medierådet for Børn og Unge.*

### 1. OPRET BØRNEPROFILER PÅ IPHONE OG IPAD

Lav en børnekonto, der giver dig mulighed for at tilpasse enheden til dit barns behov.

Med en børneprofil kan du opsætte aldersspecifikke begrænsninger og rammesætte en mere tryk digital oplevelse. Så snart du opretter en børnekonto, vil du blive præsenteret for en række muligheder og funktioner, som du kan bruge til at tilpasse dit barns profil.

### SÅDAN GØR DU

1. Gå til **Indstillinger > Apple-konto > Familie**
2. Tryk på **Inviter familie-ikonet** og vælg **Opret børnekonto**
3. Indtast barnets oplysninger og følg vejledningen

### 2. BLOKER ANSTØDELIGT INDHOLD

Sæt aldersbegrænsninger for at beskytte dit barn mod upassende indhold. Dette understøtter, at dit barn ser indhold, der passer til dets alder.

### SÅDAN GØR DU

1. Gå til **Indstillinger > Skærmtid**
2. Tryk på **Indhold og anonymitet**
3. Tryk på **App Store, medier, internet og spil** og indstil adgang og aldersgrænser til indhold som film, musikvideoer og apps

### 3. BLOKER WEBINDHOLD

Filtrér websites for at beskytte mod upassende onlineindhold. Dette hjælper med at skabe et mere sikkert onlinemiljø.

Blokerede websites vil ikke kunne tilgås, hvis **Begræns voksenindhold** er slået til. Hvis du har slået **Kun tilladte websteder** til, kan enheden kun tilgå de websteder, som du har tilladt.

### SÅDAN GØR DU

1. Gå til **Indstillinger > Skærmtid**
2. Tryk på **Indhold og anonymitet > App Store, medier, internet og spil > Webindhold**
3. Her kan du vælge **Begræns voksenindhold** eller **Kun tilladte websteder**
4. Her kan du desuden tilføje specifikke websites til tilladelses- eller blokeringslisten

### 4. BLOKER KØB AF APPS OG KØB I APPS

Undgå uønskede køb ved at deaktivere muligheden for køb af apps og køb i apps. Med denne indstilling er barnet nødt til at henvende sig til dig, hvis det ønsker at købe noget.

### SÅDAN GØR DU

1. Gå til **Indstillinger > Skærmtid**
2. Tryk på **Indhold og anonymitet**
3. Tryk på **App-installeringer og -køb**
4. Her kan du administrere, om dit barn skal have tilladelse til at købe apps og foretage køb i apps.

### 5. SPØRG FØR KØB

Med denne funktion bliver du notificeret, når dit barn ønsker at købe noget – for eksempel apps eller film.

**OBS:** Denne funktion kræver, at du har oprettet en børnekonto til dit barn, og at børnekontoen er tilknyttet dig via Familie-funktionen.

### SÅDAN GØR DU

1. Gå til **Indstillinger > Familie**
  2. Vælg familiemedlemmet, og tryk på **Spørg før køb**
  3. Slå **Kræv købsgodkendelse** til
- Du kan nu nemt godkende eller afvise køb direkte fra din enhed.

### 6. SÆT REGLER FOR SKÆRMFRI TID

Planlæg skærmfri tid for at skabe balance mellem skærmbrug og offline aktiviteter.

### SÅDAN GØR DU

1. Gå til **Indstillinger > Skærmtid**
2. Tryk på **Skærmfri tid**
3. Her kan du indstille skærmfri perioder, hvor kun telefonopkald og de apps, som du vælger, vil være tilgængelige på enheden

## 7. TIDSGRÆNSER PÅ SPECIFIKKE APPS OG WEBSTEDER

Sæt daglige tidsgrænser på specifikke apps og websteder.

### SÅDAN GØR DU

1. Gå til **Indstillinger > Skærmtid**
2. Tryk på **Apptidsgrænser**
3. Her kan du indstille daglige tidsgrænser på både appkategorier, specifikke apps og websteder

## 8. LÅS ADGANG TIL SPECIFIKKE APPS

Bruger dit barn en fælles familieenhed, kan du låse specifikke apps, så det kræver Face ID for at bruge dem.

### SÅDAN GØR DU

1. Find den valgte app på din hjemmeskærm
  2. Hold en finger på symbolet for app'en, indtil en menu åbnes
  3. Tryk på **Kræv Face ID** og følg vejledningen
- Den valgte app kan nu kun åbnes via Face ID.

## 9. BEGRÆNS SPIL

Rammesæt dit barns spiloplevelser og interaktion med andre spillere. Her kan du blandt andet indstille, om dit barn skal have mulighed for at sende private beskeder til andre spillere.

### SÅDAN GØR DU

1. Gå til **Indstillinger > Skærmtid**
2. Tryk på **Indhold og anonymitet**
3. Tryk på **App Store, medier, internet og spil**
4. I bunden under **Game Center** kan du administrere en række funktioner og tilladelser

## 10. ADMINISTRER ADGANG TIL INDBYGGEDE APPS OG FUNKTIONER

Bestem, hvilke indbyggede apps og funktioner dit barn skal have adgang til. For eksempel kan du fjerne muligheden for at bruge kameraet, Safari eller FaceTime.

Dette giver dig kontrol over, hvad dit barn kan bruge på enheden. Når en app eller funktion slås fra, fjernes den fra hjemmeskærmen, men den er ikke slettet fra enheden.

### SÅDAN GØR DU

1. Gå til **Indstillinger > Skærmtid**
2. Tryk på **Indhold og anonymitet**
3. Tryk på **Tilladte apps og funktioner** og vælg de apps og funktioner, du vil deaktivere