

# Välkommen till Kartan över oss!

*Just nu pågår en omfattande kartläggning av det inre landskap som uppstår när vi försöker tänka på framtiden. Undersökningen sträcker sig över hela landet och genomförs av MESB (myndigheten för emotionell och själslig beredskap) i samarbete med lokala organisationer.*

I starten kommer funktionären (i varselväst) att samla alla deltagare för en kort genomgång. Därefter kommer du att promenera på egen hand genom olika delar av stan. Mot slutet återsamlas alla, och inväntar varann vid startplatsen.

## Förbered dig så här:

1. Ladda ned appen **Kartan över oss** till din smartphone. Du behöver ha ett fulladdat batteri i mobilen, internetuppkoppling och hörlurar som passar din mobil.
2. Du kommer vara ute och promenera i 60-90 minuter, så ta på dig varma ytterkläder. Offentlig toalett finns i Kulturmagasinet, vid behov.
3. Sätt telefonen i "stör ej-läge" medan du deltar i vandringen. Det hindrar inkommande samtal

På iPhone aktiverar du STÖR EJ genom att i *Inställningar* aktivera "månen" (☾).

På Android hittar du STÖR EJ i verktygsfältet, som blir synligt när du drar med fingret uppifrån och ner på skärmen. Bläddra sedan åt sidan.

**OBS! Använd inte flygplansläge. I flygplansläget fungerar inte appen.**

4. Se till att strömsparläget **inte** är aktiverat. Om strömsparläget är aktiverat försämras mobilens kontakt med appen.

## När det är dags att starta:

5. Öppna appen **Kartan över oss** och välj din ort (Sundsvall).
6. Klicka på **Starta**. Guiden öppnas och ett meddelande visas på skärmen. Du blir ombedd att göra tummen upp till arrangören och hålla tummen uppe, tills arrangören ger klartecken.
7. Följ därefter speakerröstens instruktioner tills vandringen är över.

**OBS! Om appen ber dig aktivera platstjänster och notiser, tillåt det.**



## **TIPS som underlättar ditt deltagande**

- **För att spara batteri, minska ljusstyrkan på skärmen. Släck skärmen när du inte tittar på den.**
- **Zooma in eller ut på kartan genom att trycka lätt på skärmen med tummen och pekfingret och samtidigt föra dem isär eller ihop. Be en funktionär om hjälp om du inte får till det.**
- **Om du drar ur hörlurssladden kan det påverka uppspelningen. Behåll den därför i under hela promenaden!**
- **Om ljudet tystnar under promenaden, tryck på den blå punkt på skärmen där du befinner dig.**
- **Om det uppstår problem längs vägen, sök upp en av funktionärerna och be om hjälp.**

**MESB tackar på förhand för din medverkan.**

**Kartan över oss ritas vi tillsammans.**