



Schweizer  
Paraplegiker  
Vereinigung

Association  
suisse des  
paraplégiques

Associazione  
svizzera dei  
paraplegici

Swiss  
Paraplegics  
Association

## Nützliche Apps zu den Themen Reisen/Mobilität und Gesundheit/Ernährung

### Reisen/Mobilität



[Link zur iPhone-App](#)  
Android-App noch nicht  
vorhanden

**Name:** «ParaMap»  
**Zweck:** Informationen zu rollstuhlgängigen  
Lokalitäten in der Schweiz  
**Beschreibung:** Suchen Sie unterwegs, an  
einem von Ihnen gewünschten Ort in der  
Schweiz, nach Eurokey-Toiletten,  
rollstuhlgängigen Hotels, Bankomaten der  
Credit Suisse oder nach Rollstuhlparkplätzen.  
**Kosten:** Gratis



[Link zur iPhone-App](#)  
[Link zur Android-App](#)

**Name:** «PONS Online Dictionary»  
**Zweck:** Kostenloses Wörterbuch  
**Beschreibung:** Über 30 Wörterbücher in  
bisher 13 verschiedenen Sprachen stehen  
online und mobil zur Verfügung.  
**Kosten:** Gratis (es können auch werbefreie  
Versionen erworben werden)



[Link zur iPhone-App](#)  
[Link zur Android-App](#)

**Name:** «Wetter +»  
**Zweck:** Internationale Wettervorhersagen  
**Beschreibung:** Die App zeigt die aktuellen  
Wetterbedingungen sowie ein Vorhersage aller  
Wetterstationen weltweit für die nächsten fünf  
Tage an.  
**Kosten:** Gratis



[Link zur iPhone-App](#)  
[Link zur Android-App](#)

**Name:** «dict.cc»  
**Zweck:** Kostenloses Wörterbuch  
**Beschreibung:** Sie können 51 verschiedene  
Sprachen zuhause über WLAN laden und  
anschliessend ohne Internetverbindung  
nutzen.  
**Kosten:** Gratis (es ist eine werbefreie  
Version für zirka Fr. 6.– erhältlich)



[Link zur iPhone-App](#)  
[Link zur Android-App](#)

**Name:** «Wheelmap»  
**Zweck:** Onlinekarte zum Finden und  
Markieren rollstuhlgerechter Orte  
**Beschreibung:** Die App umfasst  
rollstuhlgängige Orte (in drei Kategorien)  
überall auf der Welt: WCs, Parkplätze,  
Einkaufsmöglichkeiten oder öffentliche  
Gebäude. Vorsicht: Die Orte sind von  
Benutzern erfasst worden, daher keine  
Garantie.  
**Kosten:** Gratis



[Link zur iPhone-App](#)  
[Link zur Android-App](#)

**Name:** «WC Guide»  
**Zweck:** WC Guide ist das grösste  
Verzeichnis öffentlicher Toiletten der  
Schweiz.  
**Beschreibung:** Mit dieser App können Sie  
WCs auf der Karte anzeigen lassen, Details  
zu den Toiletten abrufen und fehlende,  
eigene Toiletten eintragen. Rollstuhlgängige  
Toiletten sind ebenfalls als solche  
gekennzeichnet.  
**Kosten:** Gratis



[Link zur iPhone-App](#)  
Android-App nicht  
vorhanden

**Name:** «Pack the Bag»  
**Zweck:** Hilfe beim Koffer packen  
**Beschreibung:** Hier können Gepäcklisten  
verwaltet und neu erstellt werden. Checkliste  
durchgehen, abhaken, so kann nichts  
vergessen gehen! Eine elektronische  
Alternative zur Packliste der SPV.  
**Kosten:** Gratis



[Link zur iPhone-App](#)  
[Link zur Android-App](#)

**Name:** «City Map 2Go»  
**Zweck:** Reiseführer und Offline-Karten  
**Beschreibung:** Laden Sie vor Ihrer Reise  
die benötigten (Stadt-)Karten herunter.  
Diese können während der Reise im Offline-  
Modus (ohne Internet) genutzt werden.  
**Kosten:** Gratis (oder werbefreie und  
kostenpflichtige Version für zirka 5.–)



[Link zur iPhone-App](#)  
[Link zur Android-App](#)

**Name:** «Skype»  
**Zweck:** Telefonieren übers Internet  
**Beschreibung:** Mit dieser App können Sie  
gratis übers Internet telefonieren. Rufen Sie  
jemanden an, der die App auch installiert hat  
und online ist (Sie können die Person auch per  
Video sehen). Gebühren fallen erst an, wenn  
Sie vom Handy auf ein Festnetz anrufen  
möchten.  
**Kosten:** Gratis



[Link zur iPhone-App](#)  
[Link zur Android-App](#)

**Name:** «PostCard Creator»  
**Zweck:** Postkarten mit eigenen Fotos  
erstellen und innerhalb der CH versenden.  
**Beschreibung:** Egal wo Sie sind, mit  
PostCard Creator können Sie direkt von  
Ihrem Smartphone Postkarten (eine Karte  
gratis pro Tag) im Format A6 versenden.  
**Kosten:** Gratis



[Link zur iPhone-App](#)  
[Link zur Android-App](#)

**Name:** «Coop Pronto Finder»  
**Zweck:** Standorte und Informationen zu Coop  
Pronto Shops und Coop Tankstellen  
**Beschreibung:** Wenn Sie Hilfe beim Tanken  
brauchen, können Sie über die App die  
Telefonnummer der Tankstelle wählen.  
**Kosten:** Gratis



[Link zur iPhone-App](#)  
[Link zur Android-App](#)

**Name:** «Migrol»  
**Zweck:** Standorte und Informationen zu  
Migrol Tankstellen  
**Beschreibung:** Finden Sie in der ganzen  
Schweiz Migrol oder Shell Tankstellen. Dazu  
bekommen Sie die Telefonnummern und es  
wird angezeigt ob es Waschanlagen hat.  
**Kosten:** Gratis



Schweizer  
Paralegiker  
Vereinigung

Association  
suisse des  
paraplégiques

Associazione  
svizzera dei  
paralegici

Swiss  
Paralegics  
Association



**Name:** «My Währung»  
**Zweck:** Währungsrechner  
**Beschreibung:** Der Währungsrechner verfügt über mehr als 180 Währungen und aktuelle Umrechnungskurse – praktisch und übersichtlich für unterwegs!  
**Kosten:** Gratis

[Link zur iPhone-App](#)  
[Link zur Android-App](#)



**Name:** «Navigon Europe»  
**Zweck:** Navigations-App für Handy  
**Beschreibung:** Onboard-Karten für die Nutzung ohne Internet. Trotz hoher App-Kosten, immer noch günstiger als viele Navigationsgeräte.  
**Kosten:** iPhone Fr. 80.- / Android Fr. 64.-

[Link zur iPhone-App](#)  
[Link zur Android-App](#)

## Gesundheit/Ernährung



**Name:** «LoFric»  
**Zweck:** Trinkmenge und ausgeschiedener Urin protokollieren  
**Beschreibung:** Das LoFric Miktionsprotokoll ermöglicht Ihnen, Ihre Trinkmenge und den ausgeschiedenen Urin für zwei bzw. drei Tage (48/72 Stunden) aufzuzeichnen.  
**Kosten:** Gratis

[Link zur iPhone-App](#)  
[Link zur Android-App](#)



**Name:** «Erste Hilfe des SRK»  
**Zweck:** Richtig reagieren im Notfall  
**Beschreibung:** Hier finden Sie lebensrettende Infos und Wissen für den Notfall. Übersichtliche und interaktive Anleitungen – Schritt für Schritt.  
**Kosten:** Gratis

[Link zur iPhone-App](#)  
[Link zur Android-App](#)



**Name:** «E-Aid»  
**Zweck:** Finden von und Information zu E-Nummern  
**Beschreibung:** Überprüfen Sie im Supermarkt, welche Lebensmittelzusatzstoffe in gewissen Produkten enthalten sind.  
**Kosten:** Gratis

[Link zur iPhone-App](#)  
[Link zur Android-App](#)



**Name:** «Was ich esse»  
**Zweck:** Ess- und Trinkverhalten prüfen und optimieren  
**Beschreibung:** Mit dieser App kann man festhalten, was und wie viel man den Tag über gegessen und getrunken hat. Eine Ernährungspyramide zeigt, welche Mengen man pro Tag von welchen Lebensmitteln essen sollte.  
**Kosten:** Gratis

[Link zur iPhone-App](#)  
[Link zur Android-App](#)