



GUIDE

Trygghetslarm

En guide för att utveckla äldrevården i din kommun



Så kan ett bra trygghetslarm fungera

Så kan en god morgon med ett effektivt trygghetslarm se ut.

1

Du är verksamhetsansvarig för kommunens trygghetslarm. Efter att ha hämtat en kopp morgonkaffe sätter du dig vid datorn och loggar in i portalen där gårdagens resultat väntar.

2

Du kan direkt se att ingenting verkar avvika gällande svarstider på larmcentralen eller insatstider hos era medarbetare. Ni har haft två geofencelarm från brukare med demenssjukdom där de har lämnat sin hemmazon. Vid det ena larmet kan du se att ni fått stöd av en distriktssjuksköterska som larmcentralen aktiverat som närmsta resurs. Du kan även se att era utförare stöttat i ett ärende som inte rörde någon av era brukare, men där de var närmast och ryckte in då det var väntetid på ambulans.

3

Du ser att ingen fysisk tillsyn har gjorts under natten. Det indikerar att de digitala tillsynerna har fungerat som de ska. Antalet loggade kilometer i bil för era utförare ligger därmed lågt.

4

Plötsligt hör du hur något piper i korridoren. En medarbetare stannar till utanför din dörr och tittar ner i sin telefon. Det är ett prediktivt larm, en tidig varning om att ett problem kan vara på väg att uppstå.

5

Du vänder dig åter mot skärmen och tar fram uppdragslistan. Där ser du mycket riktigt att ett larm har aktiverats hos en av era brukare på grund av att sensorerna har registrerat ett avvikande beteende. Larmcentralen har därför gjort en tillsyn. De har kunnat konstatera att brukaren ligger kvar i sängen trots att klockan snart är nio. Du noterar att medarbetaren som du nyss såg i korridoren redan har kvitterat uppdraget i appen och är på väg. Brukarens lås har ställt sig i vänteläge för att kunna öppnas av personalen via appen.

6

Du slänger ett öga på de tekniska fel-larm som kommit in under föregående dygn. Du bekräftar att samtliga är automatiskt prioriterade och vidareförmedlade till larmtekniker.

7

Till sist får du en notis om att ert lagersaldo för larmknappar ligger strax under förväntad nivå. Du svarar ja på frågan om du vill lägga en kompletteringsbeställning. Du får ett bekräftande pling på att beställningen gått i väg, tar din kaffekopp i handen och går till morgonmötet.



Nya utmaningar kräver nya lösningar



Tekniken gör oss friare men kräver mer i oroliga tider. Trygghetslarmet måste fungera i allt från strömavbrott till pandemier, cyberattacker och i förlängningen även händelse av krig.

Beredskap och civilförsvar är två viktiga perspektiv. Vi upphandlar för en "normal" vardag, men vad händer vid höjd beredskap då allt måste fungera? Utifrån de senaste årens händelser har vi sett en sårbarhet i att förlita sig fullt ut på tekniken. Redundanta lösningar, det vill säga alternativa sätt, som fungerar när tekniken fallerar behöver identifieras.

En larmcentral ska kunna hantera era behov både idag och i framtiden, hur oviss den än kan upplevas. Planera för er förmåga att leverera i händelse av kris och höjd beredskap. Ta hänsyn till hur redundansen ser ut för er verksamhet och för er larmcentral och dess kapacitet i olika lägen.

Inom en snar framtid ser vi möjligheter för en larmcentral att fungera mer proaktivt. Med hjälp av tekniska lösningar och erfaren personal kommer larmcentraler kunna fungera som vårdare på distans och bedöma situationer, snarare än att enbart reagera på brukares larm.

En nyckel till att det här ska fungera mer proaktivt är att balansera de nya resurserna med kärnfunktionen i en larmcentral. På så sätt kan ett större fokus läggas på just anrop och bedömning – det vill säga det larmcentralen är expert på.

Guiden riktar sig till dig som upphandlar omsorgstjänster, såsom enhetschef eller socialchef. Syftet är att ge insikter om möjligheter och utmaningar inom trygghetslarm – nu och i framtiden.



De kommande tio åren förväntas antalet invånare i Sverige som är 85 år eller äldre att öka med drygt 60 procent. Det är bland annat resultatet av en fungerande välfärd och en kvalitativ vård och omsorg. Men samtidigt som allt fler blir allt äldre dyker nya utmaningar upp. Arbetskraften inom välfärden räcker inte till. Mer än hälften av Sveriges kommuner anger att de har ett underskott inom äldreomsorg och individ- och familjeomsorg. Klimatet och en orolig omvärld ställer helt nya krav på motståndskraft i våra system. Och de kanske viktigaste av dessa system är de som håller oss trygga.

Källa: SKR, Ekonomirapporten, maj 2024 och maj 2025.



Anpassa ert trygghetslarm i fyra steg

Så får du en effektiv lösning som hjälper dig och din verksamhet att skapa trygghet utifrån era förutsättningar och behov.

I en tid av snabb teknisk utveckling läggs grunden för ett väl fungerande trygghetslarm i en robust och modern digital strategi. Undvik att fastna i föråldrad infrastruktur med osmidiga rutiner och för många leverantörer genom att satsa på en lösning som är smidig, flexibel och anpassad för just din verksamhet.

Se på din verksamhet som helhet när du sätter din strategi: ska särskilda boenden inkluderas, eller bara enskilda brukare? Ska hela kommunen omfattas eller vill ni dela upp era områden? Och finns det samarbeten med regionen som ni måste ta hänsyn till?

Det är lätt att se trygghetslarmet på individnivå, både ur ett funktions- och kostnadsperspektiv, men det är ofta svårare att inkludera alla delar som nämnts ovan. Det gäller att göra ett bra förarbete.

Det är också lätt att slå på all teknik och alla funktioner på en gång, men det är viktigt att balansera kostnad kontra nytta. Till exempel kan fler tillbehör ibland leda till ett större åtagande för personalen om inte tekniken tillåter att hantera ärenden på distans.



Vilka behov har du och dina brukare?

För att möta utmaningar med en åldrande befolkning, brist på arbetskraft och en orolig omvärld är det avgörande med en stabil, hållbar och flexibel strategi. En effektiv verksamhet ska kunna skalas upp och ner samt snabbt anpassas efter omvärldsläget.

Första steget är att skaffa god insikt om er verksamhets förmågor och hur yttre faktorer som klimatförändringar påverkar er och era medborgare.

- Sätt er vision och strategi genom att identifiera vilka värdeord som ni vill ska prägla ert arbete med trygghetslarm – både idag och imorgon.
- Formulera era behov och identifiera grundkraven.
- Samarbeta genom att involvera hela verksamheten. På det sättet kan ni skapa en stabil och trygg process som alltid fungerar.
- Identifiera vilka nyckeltal som är viktiga för att följa er verksamhetsplan.

Utmana marknadens leverantörer och be dem att ge exempel på hur de kan leva upp till era behov och bidra till ert arbete, snarare än att bara lyfta fram specifika tekniska lösningar.



2. NYA TEKNISKA MÖJLIGHETER

Framtidssäkra genom att lyfta blicken

Den tekniska utvecklingen går fort och nya funktioner kan ge nya förutsättningar för din verksamhet. Därför är det viktigt att inte fastna i gamla system och tankar, utan att lyfta blicken. Det viktigaste är att det är motståndskraftigt och framtidssäkert. Fundera också över hur länge ditt system behöver vara kompatibelt med den hårdvara ni har idag.

Ett vanligt misstag är att utgå från det som finns idag. Sedan blir tanken "hur får vi det här, fast bättre?" Då finns risken att tekniken man landar i redan är förlegad. Det bästa sättet är att ställa frågor som fokuserar på den effekt du önskar få ut. Till exempel: hur kan vi hjälpa till mer på distans för att undvika onödiga resor till brukare?

En sak vi ser ökat intresse för är e-tillsyn, det vill säga kameratillsyn nattetid. Det gör det möjligt för din personal att genomföra tillsyn på distans – eller avlastas helt – och i stället låta larmcentralens operatörer göra en första bedömning om vilken insats som krävs.



Mobila trygghetslarm är på framfart och erbjuder en helt annan frihet för brukaren som tack vare larmet kan känna sig trygg även utanför hemmet. Larmen har dubbel funktionalitet: dels kan larmoperatören via GPS-teknik enkelt se var brukaren befinner sig, dels kan enheten med hjälp av geofence automatiskt larma om en brukare lämnar ett givet område.

Teknisk utveckling som radar, wifi och bluetooth ger larmen helt nya möjligheter. Inom några år kommer säkerhetsbranschen att kunna vara mer proaktiv med hjälpsensorer, rörelsedetektorer, AI, dataanalys och i förlängningen robotar – teknik som kan hjälpa brukare innan de själva inser att de kommer att behöva hjälp. Larmcentraler behöver följa med i utvecklingen och underlätta för kunden och bidra till brukarens trygghet.

Tekniken finns, den har till och med sprungit före. Efter kvarstår lagstiftning och sekretess samt frågor som vad som ska hanteras kommunalt respektive regionalt. Till exempel i fallet med de mobila trygghetslarmen. Vem ska exempelvis hantera larmet om brukaren är i grannkommunen, eller kanske till och med utomlands? Kan brukaren förlita sig på att larmet fungerar oavsett var hen befinner sig, eller finns det begränsningar?

När brukaren inte befinner sig i hemmet behövs nya former av samarbeten. Det kan även handla om andra typer av resurser som larmcentralen kan nyttja, till exempel undersköterskor eller andra insatser med väktare, förstärkt medmänniska eller räddningstjänst. Det här arbetssättet behöver utvecklas för ökad samverkan.

Begränsa risker och få tid till det som är viktigt

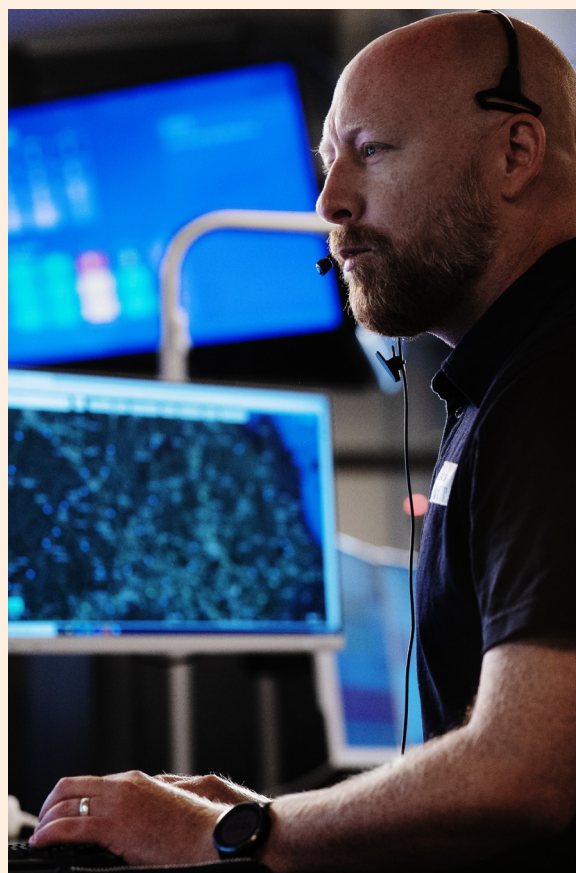
Användardata och personuppgiftshantering är i fokus. Hur data säkras och inte hamnar i fel händer samt hur den kan användas för att förstå och förbättra verksamheten är viktiga frågor idag.

Något som utvecklas snabbt är möjligheten till analys och insikt med hjälp av Business intelligence-verktyg. De erbjuder användarvänliga dashboards där du kan se allt om hur trygghetslarmet fungerar.

Tidigare har det mest omfattat standardinformation, som hur många larm du haft. Nu finns helt andra möjligheter med data om allt som hände när brukaren tryckte på larmknappen. Du kan skapa egna dashboards med olika typer av information och analyser beroende på vad du behöver. Detta skapar insikter som effektiviserar verksamheten.

Det finns dock en risk i att samla mycket data på ett ställe, eftersom det kan öka sårbarheten. För att hitta en balans mellan dessa är ett proaktivt arbete med informationsklassning och datahantering av största vikt.

Rätt data och information bör tillgängliggöras på rätt sätt, i rätt tid och med rätt typ av lösning. Det är klart att en "one-size-fits-all" hade förenklats mycket, men med ett sådant vägval riskerar man att gå miste om många av de vinster som ny teknik möjliggör och samtidigt dra på sig väldigt höga kostnader. Bedömningen blir därför att diversifiering, hybridlösningar och löpande utvärderingar är den bästa vägen att maximera effekten och begränsa riskerna.



4. MISSA INTE VIKTIGA DETALJER

Skynda långsamt

Idag finns mer teknik och möjligheter än vad de flesta verksamheter kan hantera på ett effektivt sätt. Det finns många tillbehör att addera som till exempel sensorer, GPS-larm, kameror och brandlarm. När uppkopplingen gick från radio till wifi och bluetooth öppnades en ny värld och toppmoderna system gör en stabil uppkoppling extra viktig.

Det finns stor risk att du missar viktiga detaljer i en iver att spara pengar. Ett exempel är roaming-funktionaliteten, där du vill att ditt system ständigt ska koppla upp sig mot den leverantör som har bäst uppkoppling just nu. Det är viktigt att det inte står och faller med att din leverantörs nät inte fungerar optimalt. Det kan innebära en lösning med flera olika teleoperatörer, vilket skulle innebära ett mer robust larm. Det bidrar även till en mer stabil uppkoppling mot din larmcentral.

Räkna också den tid och resurser det tar att installera och hantera tillbehören. Ju mer utrustning som är förkonfigurerad och enkel att installera, desto bättre. Till exempel sparar produkter med ett förmonterat sim-kort tid samtidigt som du undviker krångel. De är redo att placeras ut direkt och du behöver exempelvis inte gå in i systemet och ändra larmkoden. Det tar fem minuter, sedan vidare till nästa.

72
timmar

En rekommendation är att säkerställa att era larmenheter ska kunna klara sig utan ström i minst 72 timmar, det vill säga i minst tre dygn. Det gör er verksamhet mer motståndskraftig. I en värld av klimatförändringar och politisk oro behövs ett ökat civilförsvar och en förmåga att hantera oväntade händelser.

Vill du veta mer, kontakta någon av oss:



Jonas Magnusson

jonas.magnusson@sosalarm.se



Linda Jarkvist

linda.jarkvist@sosalarm.se



Lars Gustavsson

lars.gustavsson@sosalarm.se